

Tarihin rayuwar wani ɗan Yogi

Mai biye da shi

rubuce-rubucen ruhaniya na

Paramhansa Yogananda

Tarihin Rayuwar Kai na wani Yogi



**B
y
Paramhans
a
Yogananda**

DA GABATARWA TA

.WY Evans-Wentz, MA, D.Litt., D.Sc

Sai dai ku"
gani alamu
kuma
abubuwan
al'ajabi, ba
za ku yarda
ba."—
Yohanna
.4:48

Hakkin
mallaka,
1946, ta
Paramha
nsa
Yoganand
a

Sadaukarwa Zuwa The Kwakwalwa Na

LUTHER BURBANK

An Ba'amurke Waliyyi

Abubuwan da ke ciki

Gabatarwa, Daga WY EVANS- WENT Z

Jerin Zane- zane

Babi

1. Iyayena da Rayuwata ta Farko e
2. Mutuwar Uwa da kuma Amulet
3. Waliyyi Mai Jiki Biyu (Swami Pranabananda)
4. Jirgina da aka katse zuwa Himalaya
5. Wani "Wanda Yake Turare" Yana Yin Abubuwan Al'ajabinsa
6. Tiger Swami
7. Ma'aukaki Saint (Nagendra Nath Bhaduri)
8. Babban Masanin Kimiyya kuma Mai Kirkira na Indiya, Jagadis Chandra Bose
9. Mai Biyayya Mai Albarka da Soyayyarsa ta Duniya (Master Mahasaya)
10. Na Haɗu da Ubangidana, Sri Yukteswar
11. Yara Biyu Marasa Karuwa a Brindaban
12. Gidan Sarauta na na Master
13. Waliyin da Ba ya barci (Ram Gopal Muzumdar)
14. Kwarewa a Fahimtar Duniya
15. Furen Furen Cauliflower
16. Yin Wayo ga Taurari
17. Safirai Uku
18. Ma'aikacin Al'ajabi na Mohammed (Afzal Khan)
19. Malamina yana bayyana a lokaci guda a Calcutta da Serampore
20. Ba Mu Ziyarci Kashmir Ba
21. Mun Ziyarci Kashmir
22. Hoton Zuciyar Dutse
23. Digiri na a Jami'a
24. Na Zama Limamin Daular Swami
25. Dan'uwa Ananta da 'Yar'uwa Nalini

26. [Kimiyyar Kriya Yoga](#)
27. [Kafa Makarantar Yoga a Ranchi](#)
28. [Kashi, An Haifa da kuma An Sake Ganowa](#)

29. Makarantun Rabindranath Tagore da Ni
30. Dokar Mu'ujizai
31. Hira da Uwar Allah Mai Tsarki (Kashi Moni Lahiri)
32. An Tashi Rama daga Matattu
33. Babaji, Yogi-Christ na Indiya ta Zamani
34. Gina Fadar Sarauta a cikin Himalayas
35. Rayuwar Lahiri Mahasaya Irin Ta Kristi
36. Sha'awar Babaji a Yamma
37. Ina zuwa Amurka
38. Waliyin Amurka
39. Therese Neumann, mai sukar Katolika na Bavaria
40. Na dawo Indiya
41. An Idyl a Kudancin Indiya
42. Kwanaki na Karshe tare da Guru na
43. Tashin Sri Yukteswar
44. Tare da Mahatma Gandhi a Wardha
45. "Uwar da ta cika da farin ciki" ta Bengali (Ananda Moyi Ma)
46. Mace Mai Yin Yogi Ba Ta Ci Abinci Ba (Giri Bala)
47. Na Koma Yamma
48. A Encinitas a California

ZANE-ZANNE

Babban
labarin e
Taswirar
Indiya

Nawa Uba, Bhagabati Charan
Ghosh Uwa ta

Swami Pranabananda, "The Waliyyi Tare da
Biyyu Jikuna" Babban dan'uwana, Ananta

Bikin Taro a cikin Lallai Farfajiyar Gida na nawa Guru's Hermitage a
"cikin Serampore Nagendra Nath Bhaduri, "The Levitating Saint

Ni ina da shekaru 6

Jagadis Chandra Bose, Shahararren Masanin Kimiyya

Biyu 'Yan'uwa na Therese Neumann, a
Konnersreuth Jagora Mahasaya, Mai Ibada Mai
Albarka

Jitendra Mazumdar, nawa Abokin Hulɗa a kunne Lallai "Ba tare da
"kudɗi ba Gwaji" a Brindaban Ananda Moyi Ma, "Uwa Mai Jin Daɗi

Himalaya Kogo An mamaye ta
hanyar Babaji Sri Yukteswar,
Jagorana

Kungiyar Gane Kai, Hedkwatar Los Angeles

Gane Kai Coci na Duk Addinai, Hollywood
Gidan Tarihi na Bahar Maliya da ke Puri

Gane Kai Coci na Duk Addinai, San Diego
'Yan'uwana mata -- Roma, Nalini, da Uma

Yar'uwata Uma'

Ubangiji a fuskarsa kamar Shiva

Yogoda Lissafi, Hermitage a
Dakshineswar Makarantar Ranchi,
Babban Gini

Kashi, An Haifa da kuma An Sake Ganowa

Bishnu, Motilal Mukherji, Babana, Mr. Wright, TN Bose, Swami Satyananda
Rukuni na Wakilai zuwa Lallai Na Kasa da Kasa Majalisa na Addini 'Yan
Liberal, Boston, 1920 Malami da Almajiri a cikin Tsohon Gidan Sarauta

Babaji, Lallai Yogi-Christ na Na Zamani
Indiya Lahiri Mahasaya

A Yoga Aji a cikin Washington,
DC Luther Burbank

Therese Neumann na Konnersreuth,
Bavaria Taj Mahal a Agra

Shankari Mai Jiew, Kawai Rayuwa Almajiri na Lallai mai girma
Trailanga Swami Krishnananda tare da Lionness d'insa

Rukuni a kunne Lallai Cin Abinci Baranda na nawa
Guru's Serampore Hermitage Miss Bletch, Mr. Wright,
da ni kaina -- a Masar

Rabindranath Tagore

Swami Keshabananda, a nasa Hermitage a cikin
Brindaban Krishna, Tsohon Annabin Indiya

Mahatma Gandhi, a Wardha

Giri Bala, Lallai Mace Yogi Hukumar
Lafiya ta Duniya Ba a taƙa Cin abinci
Mista EE Dickinson

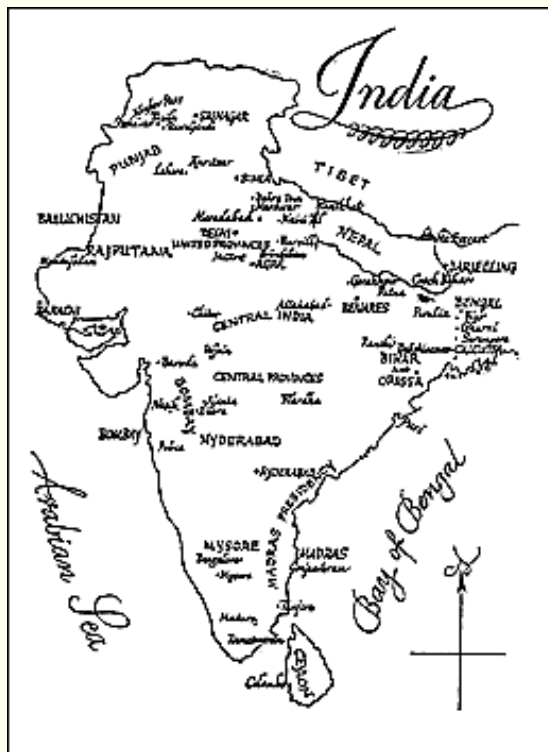
Nawa Malami
kuma Ni kaina
Daliban Ranchi
Encinitas

Taro a cikin San Francisco

Swami Premananda

Uba na





Taswira na Indiya

GABATARWA

.By WY Evans-Wentz, MA, D.Litt., D.Sc

Yesu Kwaleji, Oxford; Marubuci
Littafin *Matattu na Tibet*,
,*Babban Yogi Milarepa na Tibet*

.*Yoga na Tibet da kuma Rukunan Sirri*, da sauransu

Darajar tarihin rayuwar Yogananda ta karu sosai saboda kasancewarta d'aya daga cikin littattafai kaɗan da aka rubuta a Turanci game da masu hikima na Indiya waɗanda ba ɗan jarida ko baƙo ba ne ya rubuta su, amma wani daga cikin kabilarsu da horonsu - a takaice, littafi ne *game da yogis ta wani yogi*. A matsayin shaida, ya ba da labarin abubuwan ban mamaki game da tarihin rayuwar Yogananda. rayuwa kuma iko na na zamani Hindu waliyyai, Lallai littafi yana da muhimmanci duka biyun kan lokaci kuma Ba ta da iyaka. Ga marubucinta mai daraja, wanda na ji daɗin saninsa a Indiya da Amurka, bari kowane mai karatu ya ba da godiya da godiya da ya dace. Takardar rayuwarsa mai ban mamaki tabbas d'aya ce daga cikin mafi bayyana zurfin tunani da zuciyar Hindu, da kuma arzikin ruhaniya na Indiya, wanda aka .taba bugawa a Yamma

Na sami damar haɗuwa da d'aya daga cikin masanan da tarihin rayuwarsu ke cikin wannan labarin - Sri Yukteswar Giri. Wani kamannin waliyyi mai daraja ya bayyana a matsayin wani ɓangare na gaba na *Yoga na Tibet da Koyarwar Sirri* . **1-1** A Puri ne, a Orissa, a kan Tekun Bengal, na haɗu da Sri Yukteswar. A lokacin shi ne shugaban wani ashrama mai natsuwa kusa da bakin teku a can, kuma ya fi shagaltuwa da horar da ruhi na wata kungiya. na matashi

almajiransa. Shi bayyana sha'awa sha'awa a cikin Lallai jindadin jama'a na Lallai mutane na Lallai Hadaka Jihohi da kuma dukkan Amurka, da kuma Ingila, kuma sun yi mini tambayoyi game da ayyukan nesa, musamman waɗanda ke California, na babban almajirinsa, Paramhansa Yogananda, wanda yake kauna kwarai, kuma ya aika, a cikin 1920, a matsayin .manzonsa zuwa Yamma

Sri Yukteswar yana da murya mai taushi da taushi, yana da fara'a a wurinsa, kuma ya cancanci .girmamawar da ya yi masa

Mabiyansa sun yi masa maraba ba zato ba tsammani. Duk wanda ya san shi, ko daga al'ummarsa ne ko a'a, yana girmama shi sosai. Ina tuna da siffarsa mai tsayi, madaidaiciya, mai son zuciya, sanye da rigar saffron ta wanda ya yi watsi da ayyukan duniya, yayin da yake tsaye a bakin gidan ibada don yi mini maraba. Gashinsa doguwa ne kuma ɗan lankwasa, kuma fuskarsa a gemu. Jikinsa ya yi karfi sosai, amma siriri kuma mai kyau, kuma nasa mataki mai kuzari. Shi yana da wanda aka zaɓa kamar yadda nasa wuri na na duniya wurin zama Lallai mai tsarki birnin Puri, inda dimbin mabiya addinin Hindu masu ibada, wakilan kowace lardin Indiya, ke zuwa kowace rana don yin aikin hajji zuwa shahararren Haikalin Jagannath, "Ubangijin Duniya." A Puri ne Sri Yukteswar ya rufe idanunsa na mutuwa, a cikin 1936, zuwa ga yanayin wannan yanayi na wucin gadi kuma ya rasu, yana sane da cewa an kai shi ga halittarsa zuwa ga karshe mai nasara. Ina farin ciki, hakika, da na sami damar yin rikodin wannan shaidar. Ina farin ciki, da na sami damar yin rikodin wannan shaidar. zuwa Lallai mai girma hali kuma tsarki na Sri Yukteswar. Abubuwan da ke ciki zuwa saura mai nisa daga Lallai taro, ya ba da kansa ba tare da wata shakka ba kuma cikin natsuwa ga wannan rayuwa mai kyau wadda Paramhansa Yogananda, almajirinsa, yanzu ya bayyana tsawon shekaru. WY
EVANS-WENTZ

1-1 : Oxford University Press, 1935.

Marubuci Godiya

Ina matukar godiya ga Miss LV Pratt saboda dogayen ayyukanta na edita kan rubutun wannan littafin. Na gode. su ne an biya kuma zuwa Miss Rut Zahn don shiri na Lallai fihirisa, zuwa Mr. C. Richard Wright don izinin amfani da wasu bayanai daga littafin tarihin tafiye-tafiyensa na .Indiya, da kuma ga Dr. WY Evans-Wentz don shawarwari da karfafa gwiwa

PARAMHANSA YOGANANDA

*ga Oktoba, 1945 28
Encinitas, California*

Nawa Iyaye kuma Da wuri Rayuwa

Sifofin al'adun Indiya sun daƙe suna neman ainihin gaskiya da kuma almajiri-guru mai alaka da juna **1-2** dangantakata. Hanyata ta kai ni ga wani malami mai kama da Kristi wanda rayuwarsa mai kyau ta kasance mai tsari tsawon shekaru. Yana ɗaya daga cikin manyan malamai waɗanda su kaɗai ne a Indiya.

Duk da cewa suna tasowa a kowace tsara, sun yi wa kasarsu katanga daga makomar Babila da Masar.

Ina ganin farkon tunanina ya kunshi siffodin da ba su dace ba na wani abu da ya faru a baya. Tunani bayyanannu ya zo mini game da rayuwa mai nisa, wato yogi **1-3**, a tsakiyar duser kankara ta Himalayas. Waɗannan abubuwan da suka faru a baya, ta hanyar wata alaƙa mara girma, sun kuma ba ni ɗan hangen gaba.

Ba a kawar da wulakancin da ake yi wa jarirai ba daga zuciyata. Na san ba zan iya tafiya ko bayyana kaina cikin 'yanci ba. Addu'o'i sun taso a cikina yayin da na fahimci rashin karfin jikina. Rayuwata mai karfi ta motsin rai ta ɗauki tsari a shiru kamar kalmomi a cikin harsuna da yawa.

Daga cikin rudanin harsuna a cikin zuciyata, kunnena ya saba da kalmomin Bengali masu kama da na mutanenmu. Tsarin tunanin jariri mai ban sha'awa! wanda aka ɗauka a matsayin abin wasa da yatsun kafa.

Rashin hankali da kuma rashin jin daɗin jikina sun kawo ni ga yawan kukan da nake yi. Ina tuna da ruɗani da iyalina suka yi game da wahalar da nake sha. Tunawa masu daɗi ma sun yi ta taruwa a kaina: shafa mahaifiyata, da kuma kokarina na farko na yin magana da kuma yin tafiya a kan kujera. Waɗannan nasarorin farko, waɗanda galibi ake mantawa da su da sauri, duk da haka tushen amincewa da kai ne na halitta.

Tunanina masu zurfi ba na musamman ba ne. An san cewa yawancin yogis sun rike sanin kansu ba tare da katsewa ba ta hanyar sauye-sauye masu ban mamaki zuwa da kuma daga "rai" da "mutuwa." Idan mutum jiki ne kawai, asararsa hakika yana sanya lokacin karshe zuwa ga asali. Amma idan annabawa a cikin karni da yawa sun yi magana da gaskiya, mutum ainihin yanayin jiki ne. Tushen girman kai na ɗan adam yana da alaƙa ne kawai da fahimtar hankali.

Ko da yake abubuwan ban mamaki da bayyanannu game da jarirai ba su da yawa. A lokacin tafiye-tafiye a kasashe da yawa, na saurari abubuwan tunawa na farko daga bakin maza da mata masu gaskiya.

An haife ni a cikin shekaru goma na karshe na karni na sha tara, kuma na cika shekaru takwas na farko a Gorakhpur. Wannan ita ce wurin haifuwata a Lardunan Hadaddiyar Daular Larabawa na arewa maso gabashin Indiya. Mu yara takwas ne: maza huɗu da mata huɗu. Ni, Mukunda Lal Ghosh **1-4**, ni ce ɗa na biyu kuma ɗa na huɗu.

Uba da Mama 'yan Bengal ne, na kabilar *ksatriya* . **1-5** Dukansu sun sami albarkar ɗabi'ar tsarkaka. Kaunar junansu, natsuwa da mutunci, ba ta taɓa bayyana kanta a matsayin abin dariya ba. Cikakkiyar jituwa ta iyaye ita ce cibiyar natsuwa ta tashin hankalin yara takwas masu tasowa.

Uba, Bhagabati Charan Ghosh, yana da kirki, mai karimci, wani lokacin kuma mai tsaurin kai. Muna kaunarsa sosai, amma mu yara mun lura da wani nisa na girmamawa. Babban masanin lissafi da dabaru, hankalinsa ne ke jagorantarsa. Amma Mama sarauniya ce ta zukata, kuma ta koya mana ta hanyar soyayya kawai. Bayan mutuwar, Baba ya nuna tausayinsa na ciki. A lokacin na lura cewa kallonsa yakan canza zuwa na mahaifiyata.

A gaban Mama mun dandani farkon saninmu da nassosi masu daci. Labarai daga Lallai *mahabbarata* kuma *ramayana* **1-6** sun kasance cikin hikima an gayyace shi zuwa haɗu Lallai abubuwan da suka dace

na tarbiyya. Umarni kuma horo ya tafi hannu a cikin hannu.

Mama ta yi mana suturar girmamawa kowace rana da rana don yi mana maraba da dawowa gida daga ofis. Matsayinsa ya yi kama da na mataimakin shugaban ƙasa, a cikin layin dogo na Bengal-Nagpur, ɗaya daga cikin manyan kamfanonin Indiya. Aikinsa ya haɗa da tafiye-tafiye, kuma iyalinmu sun zauna a birane da dama a lokacin yarintata.

Mahaifiyata ta riƙe hannu a buɗe ga mabukata. Baba kuma yana da kirki, amma girmama doka da oda ya kai ga kasafin kuɗi. Mako biyu da suka wuce Mahaifiyata ta kashe, wajen ciyar da talakawa, fiye da kuɗin shiga na wata-wata na Baba.

"Abin da kawai nake buƙata, don Allah, shi ne a kiyaye ayyukan agajin ku a cikin iyaka mai dacewa." Ko da tsawatarwa mai laushi daga mijinta ya yi wa Mama mummunan rauni. Ta ba da umarnin a kawo mata motar yaƙi, ba tare da nuna wa yaran wata rashin jituwa ba.

"Sai anjima; Ni am za a yi nesa zuwa nawa na uwa gida." Tsoho ƙarshe!

Mun yi ta kuka cikin mamaki. Kawun mahaifiyarmu ya iso da kyau; ya yi wa Baba raɗa da shawara mai hikima, babu shakka tun daga zamanin da. Bayan Baba ya yi wasu kalamai masu daɗi, Mama ta sallami motar cikin farin ciki. Ta haka ne kawai matsalar da na taɓa fuskanta tsakanin iyayena ta ƙare. Amma na tuna wata tattaunawa mai ma'ana.

"Don Allah a bani rupee goma ga wata mata marar sa'a da ta iso gidan."
Murmushin Mama yana da nasa ra'ayin.

"Me yasa ake biyan rupees goma? Ɗaya ya isa." Baba ya ƙara da cewa: "Lokacin da mahaifina da kakannina suka mutu ba zato ba tsammani, na fara jin talauci. Karin kumallo na kawai, kafin in yi tafiya mai nisa zuwa makarantata, ƙaramin ayaba ne. Daga baya, a jami'a, ina cikin matsananciyar buƙata har na nemi taimakon wani alkali mai arziki na rupee ɗaya a kowane wata. Ya ƙi, yana mai cewa ko da rupee ɗaya yana da mahimmanci."

"Yaya kika tuna da kin musanta wannan kuɗin!" Zuciyar Mama ta yi wani tunani nan take. "Shin kina son wannan matar ta tuna da baƙin cikin kin ƙi kuɗin rupee goma da take buƙata cikin gaggawa?"

"Ka yi nasara!" Da irin wannan alama ta mazan da aka kayar, ya buɗe walat ɗinsa. "Ga takardar kuɗi ta rupee goma. Ka ba ta da nufin alheri."

Mahaifina yakan fara cewa "A'a" ga kowace sabuwar shawara. Ra'ayinsa game da wata baƙuwa da ta zo Tausayin da Mama ta nuna cikin gaggawa misali ne na taka tsantsan da ya saba da shi. Kiyayyar amincewa nan take - kamar yadda yake a

tunanin Faransawa a Yamma - kawai girmama ka'idar "tunani ne mai kyau." Kullum ina ganin Baba yana da hankali kuma yana daidaita hukunci daidai gwargwado. Idan na Zai iya karfafa bukatuna da dama da hujjoji daya ko biyu masu kyau, koyaushe yana sanya burin da nake so a iya cimmawa, ko dai tafiya hutu ne ko sabuwar babur.

Uba ya kasance mai tsaularan ladabtarwa ga 'ya'yansa a lokacin kuruciyarsu, amma halinsa game da shi kansa Spartan ne da gaske. Misali, bai taɓa zuwa gidan wasan kwaikwayo ba, amma ya nemi nishadinsa a cikin ayyuka daban-daban na ruhaniya da kuma karanta *bhagavad gita* . **1-7** Zai manne wa duk wani abu mai dadɓi da zai ci gaba da yi. zuwa ɗaya tsoho biyu na takalma har sai su sun kasance mara amfani. Nasa 'ya'ya maza an saya motoci bayan Sun fara amfani da su sosai, amma Baba koyaushe yana gamsuwa da motar trolley don tafiyarsa ta yau da kullun zuwa ofis. Tarin kuɗi don neman iko ba sabon abu bane ga yanayinsa. Wani lokaci, bayan ya shirya Bankin Urban na Calcutta, ya ƙi amfanar kansa ta hanyar riƙe kowane hannun jari. Kawai yana son yin aikin jama'a a lokacin hutunsa.

Shekaru da dama bayan da Baba ya yi ritaya daga fansho, wani akawu ɗan Ingila ya zo don ya duba littattafan Kamfanin Jirgin Kasa na Bengal-Nagpur. Mai binciken da ya yi mamakin ya gano cewa Baba bai taɓa neman ƙarin kuɗi ba a lokacin da ya kamata.

"Shi ne ya yi Lallai aiki na uku maza! Lallai akawu an fadɓa Lallai kamfani. "Shi ne yana da rupees 125,000 (game da \$41,250.) wanda ake bin sa a matsayin diyya." Jami'an sun bai wa Baba cekin wannan adadin. Bai yi tunani sosai ba har ya manta da duk wani ambaton da aka yi wa iyalinsa. Bayan haka karamin ɗan'uwana Bishnu ya yi masa tambayoyi, wanda ya lura da babban kuɗin da aka ajiye a asusun banki.

"Me zai sa a yi farin ciki da ribar duniya?" Baba ya amsa. "Wanda ya bi burinsa na rashin damuwa ba ya jin dadɓin riba ko kuma ba ya jin dadɓin asara. Ya san cewa mutum yana zuwa ba tare da kuɗi ba a wannan duniyar, kuma yana tafiya ba tare da ko sisi ba."



UBA

Bhagabati Charan Ghosh

A Almajiri na Lahiri Mahasaya

A farkon rayuwarsu ta aure, iyayena sun zama almajiran wani babban malami, Lahiri Mahasaya na Benares. Wannan hulɗar ta karfafa halin Baba na son zaman lafiya. Mahaifiyata ta yi wa babbar 'yar'uwata Roma magana mai ban mamaki: "Mahaifinki da ni muna zaune tare a matsayin miji da mata sau ɗaya kawai a shekara, don manufar samun 'ya'ya."

Uba ya fara haɗuwa da Lahiri Mahasaya ta hanyar Abinash Babu, **1-8** ma'aikaci ne a ofishin Gorakhpur na layin dogo na Bengal-Nagpur. Abinash ya koyar da kunnena matasa labarai masu kayatarwa game da tsarkakan Indiya da yawa. Kullum yana kammalawa da girmama manyan hazikan malamansa.

"Shin ka taɓa jin labarin yanayi na ban mamaki da mahaifinka ya zama almajirin Lahiri Mahasaya?"

A wani lokaci na rana mai sanyin bazara ne, yayin da ni da Abinash muka zauna tare a harabar gidana, sai ya yi mini wannan tambayar mai ban sha'awa. Na girgiza kaina da murmushin tsammani.

"Shekaru da suka wuce, kafin a haife ka, na roki babban jami'ina - mahaifinka - ya ba ni hutun mako guda daga ayyukan Gorakhpur domin in ziyarci malamina a Benares. Mahaifinka ya yi mini ba'a game da shirina.

""Za ka zama mai tsattsauran ra'ayi na addini?' Ya tambaya. 'Ka mai da hankali kan aikin ofishinka idan kana son ci gaba.'

"Abin bakin ciki, ina tafiya gida a kan hanyar daji a wannan rana, na haɗu da mahaifinki a cikin wani barewa. Ya sallami bayinsa da kuma hanyarsa, ya faɗi kusa da ni. Yana neman ya ta'azantar da ni, sai ya nuna min fa'idodin koƙarin samun nasara a duniya. Amma na ji shi cikin rashin gajiya. Zuciyata tana maimaitawa: 'Lahiri Mahasaya! Ba zan iya rayuwa ba tare da ganinka ba!'

"Hanyarmu ta kai mu gefen wani fili mai natsuwa, inda hasken rana da rana ta yi zafi har yanzu yana kan dogayen ciyawa daji. Mun tsaya cikin sha'awa. A can cikin filin, 'yan yadi kaɗan daga gare mu, siffar babban malamina ta bayyana ba zato ba tsammani! **1-9**

""Bhagabati, kin yi wa ma'aikacinki tsauri sosai!" Muryarsa ta yi karfi a cikin kunnuwanmu masu ban mamaki. Ya face kamar yadda ya zo a ɓoye. A durkusa na ke ihu, 'Lahiri Mahasaya! Lahiri Mahasaya!' Mahaifinki ya yi shiru saboda mamaki na ɗan lokaci.

""Abinash, ba wai kawai ina ba *ki* izini ba, har ma ina ba *da kaina* izinin fara zuwa Benares gobe. Dole ne in san wannan babban Lahiri Mahasaya, wanda zai iya bayyana kansa yadda ya ga dama domin ya yi maka addu'a! Zan ɗauki matata in roki

wannan maigidan ya fara da mu a tafarkinsa na ruhaniya. Za ka shirya da mu zuwa gare shi?"

"Hakika.' Farin ciki ya cika ni da amsar addu'ata mai ban mamaki, da kuma saurin faruwar abubuwa masu kyau.

"Washegari da yamma ni da iyayenka muka yi atisaye zuwa Benares. Mun hau keken doki washegari, kuma to yana da zuwa tafiya ta hanyar kunkuntar hanyoyi zuwa nawa na malaman addini keɓancewa gida. Shigarwa nasa karami

Dakin kwananmu, mun yi sujada a gaban maigidan, mun kulle a cikin yanayinsa na lotus. Ya lumshe idanunsa masu ratsa jiki ya daidaita su a kan mahaifinka.

"'Bhagabati, kana da taurin kai ga ma'aikacinka!' Kalamansa iri ɗaya ne da waɗanda ya yi amfani da su kwana biyu da suka gabata a fagen Gorakhpur. Ya kara da cewa, 'Ina farin ciki da ka bar Abinash ta ziyarce ni, kuma kai da matarka kun raka shi.'

"Don farin cikinsu, ya fara da iyayenku a cikin aikin ruhaniya na *Kriya Yoga* . **1-10** Ubanka Ni kuma, a matsayina na 'yan'uwa almajiransa, abokai ne na kud da kud tun ranar da aka yi wahayin. Lahiri Mahasaya ya nuna sha'awar haihuwarka. Tabbas rayuwarka za ta kasance da nasa: albarkar ubangiji ba ta karewa."

Lahiri Mahasaya ya bar wannan duniyar jim kaɗan bayan na shiga ta. Hotonsa, a cikin wani kyakkyawan tsari, koyaushe yana kawata bagadin iyalinmu a biranen da ofishinsa ya kai Baba. Sau da yawa safe da yamma muna samun Mama da ni muna bimbini a gaban wani wurin ibada, muna mika furanni a cikin man sandal mai kamshi. Tare da turare da mur da kuma haɗin kai na ibada, mun girmama allahntakar da ta sami cikakkiyar bayyana a cikin Lahiri Mahasaya.

Nasa hoto yana da wani mafi girma tasiri sama nawa rayuwa. Kamar yadda Ni girma, Lallai tunani na Lallai ubangida girma da ni. A cikin bimbini Ni zai sau da yawa gani nasa mai daukar hoto hoto bayyana daga nasa karami na yi kama da mutum, na zauna a gabana. Lokacin da na yi kofarin taɓa kafafun jikinsa mai haske, zai canza ya sake zama abin da ake so. Yayin da kuruciya ta shiga kuruciya, na sami Lahiri Mahasaya canza a cikin nawa hankali daga wani karami hoto, an ɗaure shi a cikin wani firam, zuwa wani rayuwa, kasancewarsa mai haske. Sau da yawa ina yi masa addu'a a lokutan gwaji ko ruɗani, ina samun hanyarsa ta ta'aziyya a cikina. Da farko na yi bakin ciki domin ba ya rayuwa ta zahiri. Da na fara Domin in gano sirrin kasancewarsa a ko'ina, ban kara yin kuka ba. Sau da yawa ya rubuta wa almajiransa waɗanda suka damu da ganinsa: "Me ya sa nake zuwa ganin kasusuwana da namana, alhali ina cikin kusanci da *kutastha ɗinku* (na ruhaniya)?"

Na sami albarka a lokacin da nake ɗan shekara takwas da samun waraka mai ban mamaki ta hanyar hoton Lahiri Mahasaya. Wannan abin ya kara wa soyayyata karfi. A lokacin da nake gidanmu da ke Ichapur, Bengal, na kamu da cutar kwalara ta Asiya. Rayuwata ta yanke kauna; likitoci za su iya yi. babu komai. A gefen gadona, Mama ta yi min alama da tsoro na kalli hoton Lahiri Mahasaya da ke kan bango a sama da kaina.

"Ki rusuna masa a hankali!" Ta san cewa ina da rauni sosai har ma da ban ɗaga hannuwana don gaisuwa ba. "Idan da gaske kin nuna ibadarki kuma kika durkusa a gabansa, za a ceci rayuwarki!"

Na kalli hotonsa sai na ga wani haske mai rufe jikina da dukkan jikina. ɗaki.

Mafarkina da sauran alamun da ba za a iya shawo kansu ba sun bace; na warke. Nan da nan na ji karfin da zan iya sunkuya in taɓa kafafun Mama don godiya ga imaninta mai girma ga malaminta. Mama ta matse kanta akai-akai a kan karamin hoton.

"O Ko'ina Jagora, Ni na gode kai wancan naka haske yana da warkar nawa da!"

Na fahimci cewa ita ma ta shaida wutar da ta kama ni nan take daga wata cuta mai saurin kisa.

Daya daga cikin mafi kyawun kayana shine wannan hoton. Lahiri Mahasaya da kansa ya ba wa Uba, yana dauke da wani irin yanayi mai ban mamaki. Hoton yana da asali mai ban mamaki. Na ji labarin daga almajirin dan'uwan Baba, Kali Kumar Roy.

Da alama maigidan yana jin kyamar a dauki hotonsa. A kan zanga-zangarsa, an taɓa daukar hoton rukuni na shi da kuma wasu masu ibada, ciki har da Kali Kumar Roy. Wani mai daukar hoto ne mai ban mamaki wanda ya gano cewa farantin da ke dauke da hotunan dukkan almajiran, bai bayyana komai ba sai wani sarari a tsakiya inda ya yi tsammanin zai sami taswirar Lahiri Mahasaya. An tattauna wannan lamari sosai.

Wani dalibi kuma kwararre mai daukar hoto, Ganga Dhar Babu, ya yi alfahari da cewa mutumin da ya gudu ba zai tsere masa ba. Washegari da safe, yayin da malamin ya zauna cikin salon lotus a kan benci na katako tare da Bayan wani allo a bayansa, Ganga Dhar Babu ya iso da kayan aikinsa. Ya dauki duk matakan da suka dace don samun nasara, ya fallasa faranti goma sha biyu cikin kwadayi. Ba da daɗewa ba ya sami alamar benci da allon katako a kan kowannensu, amma kuma siffar maigidan ta face.

Da hawaye da kuma girman kai, Ganga Dhar Babu ya nemi malaminsa. Sa'o'i da yawa kafin Lahiri Mahasaya ya karya shirunsa da wani sharhi mai ciki:

"Ni am Ruhu. Can naka kyamara yi tunani Lallai yana ko'ina Ba a iya gani ba?"

"Na ga ba zai yiwu ba! Amma, Mai Tsarki, ina son hoton haikalin jiki inda shi kaɗai, ga hangen nesana mai zurfi, wannan Ruhu yana zaune a sarari."

"Zo, to, gobe safe. Ni nufin matsayi don kai."

Mai daukar hoton ya sake mayar da hankali kan kyamararsa. A wannan karon, mutum mai tsarki, wanda ba a lullube shi da wani abu mai ban mamaki ba, ya yi kaifi a kan farantin. Mai daukar hoton bai taɓa daukar wani hoto ba; akalla, ban ga ko ɗaya ba.

An sake buga hoton a cikin wannan littafin. Siffofin Lahiri Mahasaya masu kyau, na 'yan wasan kwaikwayo na duniya baki ɗaya, ba sa nuna wa wane irin kabila yake bi. Farin cikinsa mai girma na haɗin kai da Allah ya bayyana kaɗan a ciki. wani ɗan lokaci mai sihiri murmushi. Nasa idanu, rabi a buɗe zuwa nuna wani na musamman alkibla a kunne Lallai duniyar waje ma, rabi a rufe take. Ba tare da sanin mummunan tarko na duniya ba, ya kasance a farke sosai a kowane lokaci ga matsalolin ruhaniya na masu neman waɗanda suka kusanci don falalarsa.

Ba da daɗewa ba bayan warkarwa ta hanyar karfin hoton malamin, na sami hangen nesa na ruhaniya mai tasiri. Zaune a kan gadona wata safiya, na faɗi cikin wani yanayi mai zurfi.

"Me ke bayan duhun idanu masu rufe?" Wannan tunanin bincike ya zo mini da karfi. Nan take wani babban haske ya bayyana a idanuna na ciki. Siffofin allahntaka na tsarkaka, suna zaune a cikin tsayuwar tunani a cikin kogo na tsaunuka, sun yi kama da kananan hotunan sinima a kan

babban allo mai haske a goshina.

"Wane ne kai?" Na yi magana da

babbar murya.

"Mu ne 'yan yogi na Himalaya." Amsar da aka bayar ta sama tana da wuyar bayyanawa; zuciyata ta yi farin ciki.

"Ah, ina sha'awar zuwa Himalayas in zama kamar ku!" Ganin ya fance, amma hasken azurfa ya fadada a cikin da'irori masu fadafawa har zuwa marar iyaka.

"Menene shine wannan abin mamaki haske?"

"Ni ce Iswara. **1-11** Ni Haske ne." Muryar ta kasance

kamar gajimare masu gunaguni. "Ina so in zama d'aya da

Kai!"

Daga raguwar farin cikina na allahntaka a hankali, na sami gadon wahayi na dindindin don neman Allah. "Shi farin ciki ne na har abada!" Wannan tunawa ta ci gaba da wanzuwa tun bayan ranar fyaucewa.

Wani abin tunawa da wuri abin mamaki ne; kuma a zahiri, domin ina d'auke da tabon har zuwa yau. Ni da babbar 'yar'uwata Uma muna zaune da sanyin safiyar a karkashin bishiyar *neem* a cikin gidanmu na Gorakhpur. Tana taimaka mini da abin goge baki na Bengali, a lokacin da zan iya kawar da idanuna daga aku da ke kusa suna cin 'ya'yan itacen margosa da suka nuna. Uma ta yi korafin cewa akwai tafasa a kafarta, ta d'auko kwalbar man shafawa. Na shafa d'an man shafawa a hannuna.

"Me yasa yi kai amfani magani a kunne wani lafiya hannu?"

"To, Sis, ina jin zan yi kurji gobe. Zan gwada man shafawanki a wurin da kurjin zai bayyana."

"Kai karami makaryaci!

"Yar uwa, kar a yi kira ni wani makaryaci har sai kai gani me ya faru a cikin Lallai safe." Fushi cike ni.

Uma ba ta yi mamaki ba, kuma sau uku tana maimaita zaginta. Wani kuduri mai karfi ya yi kara a cikin muryata yayin da na yi jinkirin amsawa.

"Da ikon da ke cikina, ina cewa gobe zan sami babban tafasa a wannan wuri a hannuna; kuma *kumburin* zai kumbura zuwa ninki biyu na girmansa na yanzu!"

Da safe na same ni da wani kuraje mai karfi a wurin da aka nuna; girman kurar Uma ta ninka sau biyu. Da ihu, 'yar'uwata ta yi sauri ta je wurin Mama. "Mukunda ta zama mai sihiri!" Abin mamaki, Mama ta umarce ni da kada in taɓa amfani da ikon kalmomi don cutar da mutane. Kullum ina tuna da shawararta, kuma ina bin ta.

Nawa tafasa ya kasance ta hanyar tiyata an yi masa magani. A abin lura tabo, hagu ta hanyar Lallai na likita yankewa, shine yanzu yau. A kunne

nawa dama hannu da hannu shine wani mai dorewa tunatarwa na Lallai iko a cikin na mutum a bayyane kalma.

Wadannan kalmomi masu sauƙi kuma marasa lahani ga Uma, waɗanda aka yi magana da su da zurfin tunani, suna da isasshen karfin boyewa don fashewa kamar bama-bamai da kuma haifar da sakamako masu tabbas, kodayake suna da illa. Daga baya na fahimci cewa karfin girgiza mai fashewa a cikin magana za a iya amfani da shi cikin hikima don 'yantar da rayuwar mutum daga wahalhalu, don haka yana aiki ba tare da tabo ko tsawatarwa ba. **1-12**

Iyalinmu sun kaura zuwa Lahore a Punjab. A can na sami hoton Uwar Allah a cikin siffar Allahn Kali. **1-13** Ya tsarkake wani karamin wurin ibada na yau da kullun a barandar gidanmu. Na sami wani tabbaci mara misaltuwa cewa cikawa zai zama babban abin da ya fi muhimmanci ga duk addu'o'ina da na yi a wannan wuri mai tsarki. A tsaye a wurin tare da Uma wata rana, na kalli kites biyu suna shawagi a kan rufin gine-ginen da ke gefen gefen titin mai kunkuntar.

"Me yasa su ne kai haka shiru?" Uma tura ni cikin wasa.

"Ina tunanin abin mamaki ne cewa Uwar Allah ta ba ni duk abin da na

roka." "Ina tsammanin za ta ba ku waɗannan kyanwa biyu!" 'Yar'uwata ta yi dariya cikin dariya.

"Me yasa ko ba haka ba?" Ni ya fara shiru addu'o'i don nasu mallaka.

Ana buga wasanni a Indiya da kites waɗanda aka rufe igiyoyinsu da manne da gilashi. Kowanne ɗan wasa yana ƙoƙarin yanke igiyar abokin hamayyarsa. Kite mai 'yanci yana tafiya a kan rufin; akwai daɗi sosai wajen kama shi. Tun da ni da Uma muna kan baranda, da alama ba zai yiwu ba a sami wani kite da ya saki ya shigo hannunmu; igiyarsa za ta rataye a kan rufin.

'Yan wasan da ke gefen layin sun fara wasansu. An yanke igiya ɗaya; nan da nan kite ɗin ya yi shawagi a kaina. Ya tsaya cak na ɗan lokaci, ta hanyar rage iska kwatsam, wanda Ya isa ya ɗaure igiyar da itacen cactus a saman gidan da ke gaban gidan. An samar da madaidaicin madauri don kama ni. Na mika wa Uma kyautar.

"Kawai wani hatsari ne na musamman, ba amsa ga addu'arka ba. Idan ɗayan kifin ya zo gare ka, to zan yi imani." Idanun 'yar'uwa masu duhu sun nuna mamaki fiye da kalmominta.

Na ci gaba da addu'ata da karfi. Jawowar da ɗayan ɗan wasan ya yi ya sa aka rasa

kite dīnsa ba zato ba tsammani. Ya nufi wurina, yana rawa cikin iska. Mataimakina mai taimako, shukar cactus, ya sake dāure igiyar kite dīn a cikin madauri da ya dace don in kama ta. Na mika wa Uma kofina na biyu.

"Hakika, Uwar Allah tana sauraronki! Wannan abin mamaki ne a gare ni!" Sister ta yi sauri kamar dān rago mai tsoro.

.....
1-2 : ruhaniya malami; daga Sanskrit tushe *gu* r, zuwa daga, zuwa dagawa.

1-3 : A mai aiki na yoga, "Kungiyar," na da 'Yan Indiya kimiyya na bimbini a kunne Allah.

1-4 : Nawa suna ya kasance ya canza zuwa Yogananda yausha Ni shiga Lallai na da 'yan sufaye Swami Oda a cikin 1914. Nawa guru na ba ni lakabin addini na *Paramhansa* a shekara ta 1935 (duba babi na 24 da kuma 42).

1-5 : A al'adance, Lallai dakika kabila na mayaka kuma masu mulki.

1-6 : Wadannan na da almara su ne Lallai taska na Indiya tarihi, tatsuniyoyi, kuma falsafa. An "Kowane mutum Laburare" girma,
.(*Ramayana kuma Mahabharata* , shine wani danshi a cikin Turanci aya ta hanyar Roma Dutt (Sabo) York: E. P. Dutton

1-7 : Wannan wakar Sanskrit mai daraja, wadda ta bayyana a matsayin wani bangare na almarar *Mahabharata* , ita ce Littafi Mai Tsarki na Hindu. Fassarar Turanci mafi waka ita ce *The Song Celestial na Edwin Arnold* (Philadelphia: David McKay, 75 cents). Daya daga cikin mafi kyawun fassarori tare da cikakken bayani sharhi shine Sri Aurobindo's *Sako Na The Gita* (Jupiter Latsawa, 16 Semudoss St., Madras, Indiya, \$3.50).

1-8 : *Babu* (Mista) shine an sanya a cikin Bengali sunaye a Lallai karshen.

1-9 : The abin mamaki iko mallaka ta hanyar mai girma masters su ne an yi bayani a cikin babi 30 , "The Dokar na Mu'ujizai.

1-10 : A yogic dabara ta yadda Lallai azanci hargitsi shine shiru, ba da izini mutum zuwa cimma wani kullum yana karuwa asali tare da sanin sararin samaniya. (Duba babi na 26.)

1-11 : A Sanskrit suna don Allah kamar yadda Mai mulki na Lallai sararin samaniya; daga Lallai tushe *Shin* , zuwa mulki. A can su ne 108 sunaye don Allah a cikin Littattafan Hindu, kowannensu yana d'auke da inuwa daban-daban ta ma'anar falsafa.

1-12 : The marar iyaka iko na sauti samu daga Lallai Kir'ira Kalma, *Aum* , Lallai sararin samaniya rawar jiki iko a baya duk kuzarin atom. Duk wata kalma da aka fada da fahimta mai zurfi da kuma zurfin fahimta tana da kimar zahiri. Maimaitawa mai karfi ko shiru na mai ban sha'awa kalmomi yana da kasance an samo mai tasiri a cikin Coueism kuma makamancin haka tsarin na ilimin halayyar d'an adam; Lallai sirri karya a cikin mataki-mataki na Lallai hankali rawar jiki kima. The mawaƙi Tennyson yana da hagu mu, a cikin nasa *Abubuwan Tunawa* , wani asusu na nasa na'urar maimaitawa don wucewa ta cikin tunanin da aka sani zuwa cikin zurfin sani:

Wani irin mafarki mai farkawa - wannan saboda rashin kalma mafi kyau - sau da yawa ina jin daɗi tun ina yaro, lokacin "da nake ni kaɗai," Tennyson ya rubuta. "Wannan ya same ni ta hanyar *maimaita* sunana a raina a hankali, har sai da lokaci guda, kamar yadda yake daga karfin sanin mutum ɗaya, mutum ɗaya da kansa ya yi kama da ya narke ya bace cikin mara iyaka kasancewa, kuma wannan ba wani ruɗewa jiha amma Lallai mafi bayyananne, Lallai mafi tabbas na Lallai mafi aminci, gaba ɗaya fiye da haka kalmomi - inda mutuwa ta kasance abin dariya - asarar hali (idan haka ne) kamar ba ta bace ba, amma rayuwa ta gaskiya ce kawai." Ya ci gaba da rubutawa: "Ba wani abin mamaki ba ne, amma ".yanayi ne na abin mamaki mai girma, wanda ke da alaƙa da cikakken bayyanannen tunani

1-13 : Kali shine wani alama na Allah a cikin Lallai bangare na har abada Uwa Yanayi.

BABI: 2

Nawa Na Uwa Mutuwa Kuma The Sirri Amulet

Nawa na uwa mafi girma sha'awa ya kasance Lallai aure na nawa dattijo ɗan'uwa. "A'a, yausha Ni gani Lallai fuska na

Matar Ananta, zan sami aljanna a wannan duniyar!" Sau da yawa nakan ji Mama tana bayyana a cikin waƙannan kalmomin ƙarfin ra'ayinta na Indiya game da ci gaba da iyali.

Ina da kimanin shekara goma sha ɗaya a lokacin da aka yi wa Ananta aure. Mama tana Calcutta, tana kula da shirye-shiryen bikin auren cikin farin ciki. Ni da mahaifina mu kaɗai muka zauna a gidanmu da ke Bareilly a arewacin Indiya, inda aka canja Baba daga nan bayan shekaru biyu a Lahore.

Na taɓa shaida kyawun bukukuwan aure ga 'yan'uwana mata biyu, Roma da Uma; amma ga Ananta, a matsayin ɗan fari, shirye-shiryen sun yi matuƙar kyau. Mama tana maraba da 'yan uwa da yawa, suna isa Calcutta kowace rana daga gidaje masu nisa. Ta ba su masauki cikin kwanciyar hankali a wani babban gida da aka saya a 50 Amherst Street. Komai yana cikin shiri - kayan abinci na liyafa, kursiyin 'yan luwaɗi wanda za a kai Ɗan'uwa zuwa gidan amarya, layukan fitilu masu launuka iri-iri, manyan giwaye da raƙuma na kwali, ƙungiyar makaɗa ta Ingila, Scotland da Indiya, ƙwararrun masu nishadantarwa, firistoci don tsoffin al'adu.

Ni da Baba, cikin farin ciki, muna shirin shiga cikin iyalin a kan lokaci don bikin. Amma jim kaɗan kafin wannan babbar rana, na sami wani mummunan wahayi.

A Bareilly ne da tsakar dare. Yayin da nake barci kusa da Baba a kan piazza na gidanmu, sai na farka da wani irin bugu na musamman na ragar sauro da ke kan gado. Labulen da suka yi laushi suka rabu, na ga siffar mahaifiyata da nake so.

"Ka farkar da mahaifinka!" Muryarta kawai ta yi kamar rada. "Ka hau jirgin ƙasa na farko da ake da shi, da ƙarfe huɗu na safe. Ka yi sauri zuwa Calcutta idan za ka gan ni!" Mutumin mai kama da ...

"Baba, Uba! Mama tana mutuwa!" Tsoron da ke cikin muryarta ya tashe shi nan take. Na yi ta kuka ina jin labarin mutuwar.

"Kada ku damu da wannan mafarkin naku." Baba ya nuna rashin amincewarsa ga wani sabon yanayi. "Mahaifiyarku tana cikin koshin lafiya. Idan muka sami wani mummunan labari, za mu tafi gobe."

"Ba za ka taɓa yafe wa kanka ba don rashin fara yanzu!" Cikin damuwa ya sa na ƙara da zafi, "Kuma ba zan taɓa yafe maka ba!"

Safiya mai cike da baƙin ciki ta zo da kalmomi a sarari: "Uwa tana cikin mawuyacin hali; an dage auren; zo nan take."

Ni da Baba muka tafi cikin shagala. Daya daga cikin kawuna ya haɗu da mu a kan hanya a wurin canja wuri. Jirgin ƙasa ya yi ƙara zuwa gare mu, yana tahowa da ƙarar na'urar hangen nesa. Daga cikin hayaniyar da nake ciki, sai na fara yanke

shawara na jefa kaina a kan layin dogo. Na riga na rasa mahaifiyata, na ji kamar ba zan iya jure wa duniya ba. Ina son Mama a matsayin kawata mafi kauna a duniya. Idanunta masu duhu masu kwantar da hankali sun kasance mafakata mafi tabbas a cikin bala'o'in yarinta.

"Shin ita duk da haka rayuwa?" Ni an tsaya don daya na karshe tambaya zuwa nawa kawu.

"Tabbas tana raye!" Bai yi jinkirin fassara damuwar da ke fuskata ba. Amma da kyar na yarda da shi.

Lokacin da muka isa gidanmu na Calcutta, kawai sai na fuskanci abin mamaki na mutuwa. Na fadɓi cikin wani yanayi na rashin rai. Shekaru sun shude kafin sulhu ya shiga zuciyata. Ina shiga kofofin sama, kukana ya kira Uwar Allahntaka. Kalmominta sun kawo waraka ta kanshe ga raunukana masu radadi:

"Ni ne na kula da kai, rayuwa bayan rai, cikin tausayin iyaye mata da yawa! Ka ga a cikin idona idanu biyu baki, kyawawan idanu da suka bace, kana nema!"

Ni da Baba mun koma Bareilly jim kafan bayan an gama yi wa kaunataccenmu jana'iza. Da sassafe kowace safiya ina yin wani abin tunawa mai ban tausayi - aikin hajji zuwa wani babban itacen *sheoli* wanda ya yi inuwa a kan lawn mai santsi da kore mai launin zinare a gaban gidanmu. A lokutan waka, na yi tunanin cewa furannin *sheoli masu launin fari* suna yaduwa da son rai a kan bagadin ciyawa. Ina haɗuwa da hawaye da raba, sau da yawa ina ganin wani haske mai ban mamaki yana fitowa daga wayewar gari. Jin zafin sha'awar Allah ya mamaye ni. Na ji sha'awar Himalayas sosai.

Daya daga cikin 'yan uwana, wanda ya dawo daga tafiya a tsaunuka masu tsarki, ya ziyarce mu a Bareilly. Na saurari labaransa da himma game da mazaunin yogis da swamis masu tsayi a kan dutse. **2-1**

"Mu gudu zuwa Himalayas." Wata rana shawarata ga Dwarka Prasad, karamin ɗan mai gidanmu da ke Bareilly, ta fadɓi a kunnena ba tare da tausayi ba. Ya bayyana shirina ga babban ɗan'uwana, wanda ya zo ganin Baba. Maimakon ya yi dariya kafan game da wannan makircin karamin yaro, Ananta ta mai da shi abin dariya.

"Ina shine naka lemu riga? Kai ba za iya ba zama wani swami ba tare da hakan!"

Amma kalamansa sun burge ni ba tare da wani bayani ba. Sun nuna min yadda nake yawo a Indiya a matsayina na sufaye. Watakila sun tada tunanin rayuwata ta baya; ko ta yaya, na fara ganin irin sauƙin da zan saka rigar wannan tsarin sufaye na da.

Ina hira da Dwarka wata safiya, sai na ji kamar ina son Allah yana saukowa da kansin zaftarewar kasa. Abokina ya ɗan kula da maganar da ke tafe, amma ina sauraron kaina da zuciya ɗaya.

Na gudu da yammacin ranar zuwa Naini Tal a cikin tsaunukan Himalayas. Ananta ta bi sawu da kansin; An tilasta min komawa Bareilly cikin bakin ciki. Aikin hajji ɗaya tilo da ya ba ni damar yin sa shine na al'ada da asuba zuwa bishiyar *sheoli*. Zuciyata ta yi kuka ga Uwaye da suka bace, na ɗan adam kuma na allahntaka.

Hayar da aka bari a cikin gidan saboda mutuwar Mama ba za a iya gyara ta ba. Baba bai sake yin aure ba a cikin kusan shekaru arba'in da suka rage masa. Da yake ɗaukar nauyin da Uba-Uwa ke da shi ga karamin garkensa, ya kara zama mai tausayi, mai saukin kusantarsa. Da natsuwa da basira, ya magance matsalolin iyali daban-daban. Bayan lokutan ofis, ya yi ritaya kamar wani mai wayo zuwa ɗakin ɗakinsa, yana yin *Kriya Yoga* cikin kwanciyar hankali. Bayan mutuwar Mama, na yi kokarin yin aiki tare da wani

Nas dɓin Ingila don kula da cikakkun bayanai waɗanda zasu sa rayuwar iyayena ta fi daɗi. Amma Baba ya girgiza kansa.



Nawa Uwa

A Almajiri na Lahiri Mahasaya

"Bauta min ta kare da mahaifiyarka." Idanunsa sun yi nesa da ibadar da yake yi har abada. "Ba zan karɓi hidima daga kowace mace ba."

Watanni goma sha huɗu bayan rasuwar Mama, na ji cewa ta bar mini wani muhimmin saƙo. Ananta tana nan a gadon mutuwarta kuma ta rubuta kalamanta. Duk da cewa ta nemi a bayyana min wannan labarin cikin shekara ɗaya, ɗan'uwana ya jinkirta. Nan ba da daɗewa ba zai bar Bareilly zuwa Calcutta, don ya auri yarinyar da Mama ta zaɓa masa. 2-2 Wata rana da yamma ya kira ni gefe .

"Mukunda, na daɗe ina jin tsoron ba ki labari mai ban mamaki." Muryar Ananta ta nuna murabus. "Tsorona shine in kara rura wutar sha'awarki ta barin gida. Amma ko ta yaya kina cikin tsananin sha'awar Allah. Lokacin da na kama ki kwanan nan a kan hanyarki ta zuwa Himalayas, na yanke shawara mai kyau. Ba zan kara jinkirta cikar alkawarin da na yi ba." Dan'uwana ya mika mini karamin akwati, ya isar da sakon Mama.

"Bari waɗannan kalmomi su zama albarkata ta karshe, kaunataccen ɗana Mukunda!" Mama ta ce. "Lokaci ya yi da zan ba da labarin wasu abubuwan ban mamaki da suka faru bayan haihuwarki. Na fara sanin hanyar da kika kaddara tun lokacin da kike jaririya a hannuna. Daga nan na ɗauke ki zuwa gidan malamina a

Benares. Kusan a boye a bayan taron almajiran, da kyar na ga Lahiri Mahasaya yayin da yake zaune yana tunani mai zurfi.

"Yayin da nake shafa ka, ina addu'a cewa babban malamin ya lura ya kuma yi maka albarka. Yayin da bukatar ibadata ta yi ta karuwa, sai ya buɗe idanunsa ya yi min alama da in kusanci. Sauran suka yi mini hanya; na sunkuya a kafafun alfarma. Maigidana ya zaunar da kai a kan cinyarsa, yana dora hannunsa a goshinka ta hanyar yi maka baftisma ta ruhaniya.

"Karamar uwa, d'anki zai zama yogi. A matsayin injin ruhaniya, zai d'auki rayuka da yawa zuwa mulkin Allah."

"Zuciyata ta yi tsalle da farin ciki don ganin addu'ata ta sirri da malamin ilimi ya bayar. Jim kaɗan kafin haihuwarki, ya gaya mini za ki bi hanyarsa."

"Daga baya, d'ana, ni da 'yar'uwarka Roma mun san hangen nesanka na Babban Haske, domin daga d'akin da ke gaba mun gan ka ba tare da motsi ba a kan gado. Karamin fuskarka ta haskaka; muryarka ta yi haske. ya yi ihu da karfi yayin da kake magana game da zuwa Himalayas don neman Allahntaka.

"Ta waɗannan hanyoyi, d'ana, na san cewa hanyarka ta yi nisa da burin duniya. Abin da ya fi muhimmanci a rayuwata ya kawo farin tabbaci - wani lamari wanda yanzu ya motsa sakon mutuwata.

"Hira ce da wani mai hikima a Punjab. A lokacin da iyalinmu ke zaune a Lahore, wata safiya sai baran ya shigo d'akina da sauri.

"Yar'uwa, wani abin mamaki *sadhu* ²⁻³ shine nan. Shi nace wancan shi "gani" Lallai uwa na Mukunda."

"Waɗannan kalmomi masu sauƙi sun yi mini tasiri sosai; nan da nan na je na gaishe da bakon. Ina durkusawa a kafafunsa, na ji cewa a gabana mutumin Allah ne na gaske."

"Mama,' in ji shi, 'manyar malamai suna so ki sani cewa zamanki a duniya ba zai daɗe ba. Rashin lafiyarki ta gaba za ta zama ta karshe." ²⁻⁴ Sai aka yi shiru, a lokacin ban ji wani tsoro ba, sai dai kawai girgizar babban zaman lafiya. A karshe ya sake yi mini magana:

"Kai ne za ka zama mai kula da wani layman azurfa. Ba zan ba ka ba yau; domin ka nuna gaskiya a cikin maganata, layman zai bayyana a hannunka gobe yayin da kake tunani. A kan gadon mutuwa, dole ne ka umurci d'anka na fari Ananta ya ajiye layman na tsawon shekara guda sannan ya miƙa shi ga d'anka na biyu. Mukunda zai fahimci ma'anar layman daga manyan. Ya kamata ya same shi a lokacin da yake shirye ya yi watsi da duk wani bege na duniya ya fara neman Allah. Idan ya riƙe layman na wasu shekaru, kuma idan ya cika manufarsa, zai bace. Ko da an ajiye shi a wuri mafi boye, zai dawo inda ya fito."

"Na yi sadaka 2-5 ga waliyyi, kuma ya yi masa sujada cikin girmamawa kwarai. Ya mika hadaya, ya tafi da albarka. Da yamma, yayin da nake zaune da hannuwana a nade ina tunani, wani laya ta azurfa ta bayyana a tsakanin tafuna, kamar yadda *sadhu* ya yi alkawari. Ya bayyana kansa a fili. ta hanyar wani sanyi, santsi taɓawa. Ni suna da da kishi an tsare shi don Kara fiye da biyu shekaru, kuma Yanzu ka bar shi a hannun Ananta. Kada ka yi baƙin ciki a kaina, domin babban malamina ne zai jagorance ni.

cikin Lallai makamai na Lallai Ba shi da iyaka. Barka da zuwa, nawa yaro; Lallai Cosmic Uwa nufin kare kai."

Hasken haske ya zo mini da mallakar layman; tunanin barci da yawa ya farka. Layman, zagaye kuma mai ban mamaki na da, an lulluƙe shi da haruffan Sanskrit. Na fahimci cewa ya fito ne daga malaman rayuwar da ta gabata, waɗanda ke jagorantar takawata ba tare da ganuwa ba. Akwai wani muhimmin abu a can, hakika; amma mutum ba ya bayyana cikakken zuciya layman.

Yadda mayukan sihiri suka face a ƙarshe a cikin mawuyacin yanayi na rayuwata; da kuma yadda rashinsa ya kasance mai shelar ribar da na samu daga wani malami, ba za a iya faɗi a cikin wannan babi ba.

Amma ƙaramin yaron, wanda ya gaza a ƙoƙarinsa na isa Himalayas, yana tafiya mai nisa kowace rana a kan fikafikan layyarsa.

2-1 : Sanskrit tushe ma'ana na *swami* shine "shi Hukumar Lafiya ta Duniya shine ɗaya tare da nasa Kai (*Swa*)." An yi amfani da shi zuwa wani memba na Lallai 'Yan Indiya oda na sufaye, taken yana da girmamawa ta asali ga "rabaran".

2-2 : The 'Yan Indiya al'ada, ta yadda iyaye zaɓi Lallai abokin rayuwa don nasu yaro, yana da tsayayya Lallai mai kaifi hare-hare na lokaci. Kaso mafi girma na auren Indiya masu farin ciki.

2-3 : An ancorite; ɗaya Hukumar Lafiya ta Duniya yana bin sa wani *sadhana* ko hanya na ruhaniya tarbiyya.

2-4 : Yaushe Ni an gano ta hanyar waɗannan kalmomi wancan Uwa yana da mallaka sirri ilimi na wani gajere rayuwa, Ni an fahimta don na farko lokaci me yasa ita yana da kasance nacewa a kunne sauri Lallai tsare-tsare don Ananta aure. Duk da haka ita ya mutu kafin Lallai bikin aurenta, burinta na uwa shi ne ta shaida bukukuwan.

2-5 : A al'ada alamar nuna isa na girmamawa zuwa *sadhus* .

BABI: 3

The Waliyyi Tare da Biyu Jikuna

"Baba, idan Ni alkawari zuwa dawo gida ba tare da tilastawa, watan Mayu Ni ɗauka wani ganin gani tafiya zuwa Benares?"

Baba ba kasafai yake hana ni son tafiya ba. Ya bar ni, ko da ina yaro, in ziyarci birane da wurare da yawa na aikin hajji. Yawanci ɗaya ko fiye daga cikin abokaina ne ke raka ni; mukan yi tafiya cikin kwanciyar hankali a kan takardun izinin shiga

na farko da Baba ya bayar. Matsayinsa na ma'aikacin jirgin kasa ya gamsar da makiyayan da ke cikin iyalin.

Uba an yi alkawari zuwa bayar nawa bukata an biya la'akari. The na gaba rana shi an gayyace shi ni kuma an gudanar

fitu wani tafiya da dawowa izinin wucewa daga Bareilly zuwa Benares, wani lamba na rupee bayanin kula, kuma biyu wasiku.

"Ina da wata matsala ta kasuwanci da zan yi wa wani abokin Benares, Kedar Nath Babu tayin aure. Abin takaici na rasa adireskinsa. Amma ina ganin za ku iya samun wannan wasikar a gare shi ta hanyar abokinmu na yau da kullun, Swami Pranabananda. Swami, ɗan'uwana almajiri, ya kai matsayin ruhaniya mai girma. Za ku amfana da ra'ayinsa; wannan rubutu na biyu zai zama gabatarwarku."

Na Uba idanu walƙiya kamar yadda shi an kara, "Hankali, a'a Kara jiragen sama daga gida!"

Na tafi da farin cikin shekaruna goma sha biyu (kodayake lokaci bai taɓa rage min farin cikina game da sabbin abubuwa da fuskokin da ba a saba gani ba). Da na isa Benares, sai na ci gaba nan da nan zuwa gidan swami. Kofar gaba a buɗe take; na nufi wani dogon ɗaki mai kama da zauren a hawa na biyu. Wani mutum mai ƙarfi, sanye da mayafi kawai, yana zaune cikin yanayin lotus a kan wani dandamali mai ɗan tsayi. Kansa da fuskarsa mara wrinkles an aske su sosai; murmushi mai daɗi ya ratsa bakinsa. Don kawar da tunanin da na yi, ya gaishe ni a matsayin tsohon abokina.

" *Baba anand* (allah ya jikan masoyi na)." An yi masa maraba da murya kamar ta yara. Na durkusa na taɓa kafafunsa.

"Suna kai Swami Pranabananda?"

Ya gyada kai. "Kai ne ɗan Bhagabati?" Kalamansa sun fito fili kafin na sami lokacin ɗaukar wasikar Baba daga aljihuna. Cikin mamaki, na miƙa masa takardar gabatarwa, wadda yanzu ta yi kama da ba ta da amfani.

"Tabbas zan nemo maka Kedar Nath Babu." Waliyin ya sake ba ni mamaki da bayyananniyarsa. Ya kalli wasikar, ya kuma yi wasu kalamai masu daɗi ga mahaifiyata.

"Ka sani, ina jin daɗin fansho guda biyu. Daya daga cikinsu shine shawarar mahaifinka, wanda na taɓa ba shi shawara a kansa. ya yi aiki a cikin Lallai layin dogo ofis. The wani shine ta hanyar Lallai shawarwari na nawa Mai Sama Uba, wanda na gama ayyukana na duniya a gare shi da himma."

Na ga wannan maganar a boye take. "Wane irin fansho kake karɓa daga Uban Sama? Shin yana zuba kuɗi a cinyarka?"

Ya yi dariya. "Ina nufin fansho na zaman lafiya mara misaltuwa - lada na tsawon shekaru masu yawa na zurfafa tunani. Ban taɓa yin sha'awar kuɗi yanzu ba. An tanadar mini da yan buƙatuna na kayan masarufi. Daga baya za ku fahimci

mahimmancin fansho na biyu."

Nan take sai da muka gama tattaunawarmu, sai waliyyin ya zama babu motsi. Iska mai kama da ta kashin kugu ta lulluƙe shi. Da farko idanunsa suka yi haske, kamar suna kallon wani abu mai ban sha'awa, sannan suka yi duhu. Na ji kunya a wurin zamansa; bai gaya mini yadda zan iya haɗuwa da abokin Baba ba tukuna. Na kalli kaina cikin ɗaki mara hayaniya, babu kowa sai mu biyu. Kallon da nake yi ba tare da na yi ba ya nuna takalmansa na katako, a karkashin kujerar dandamali.

"Yallabai, **3-1** Kada ka damu. Mutumin da kake son gani zai kasance tare da kai cikin rabin sa'a." Yogi ɗin yana karanta tunanina - wannan ba abu ne mai wahala ba a yanzu!

Sai ya sake yin shiru ba tare da sanin komai ba. Agogona ya sanar da ni cewa mintuna talatin sun shude. Swami ya tashi da kansa. "Ina tsammanin Kedar Nath Babu yana gab da kofar."

Na ji wani yana hawa matakala. Wani mamaki ya tashi ba zato ba tsammani; tunanina ya tashi cikin ruɗani: "Ta yaya zai yiwu a kira abokin Baba zuwa wannan wuri ba tare da taimakon manzo ba? Swami bai yi magana da kowa ba sai ni tun lokacin da na isa!"

Ba zato ba tsammani na bar ɗakin na sauko daga matakalar. Daga tsakiyar kasa na haɗu da wani mutum mai sirara, mai launin fari, mai matsakaicin tsayi. Da alama yana cikin gaggawa.

"Suna kai Kedar Nath Babu?" Farin ciki masu launi nawa murya.

"Eh. Kai ba ɗan Bhagabati bane wanda yake jira a nan ya same ni?" Ya yi murmushi cikin salon abokantaka.

"Yallabai, yaya yi kai faru zuwa zo nan?" Ni ji rikicewa fushi sama nasa wanda ba a iya bayyana shi ba kasancewarsa.

"Komai abin mamaki ne a yau! Kasa da awa daya da ta wuce na gama wanka a Ganges lokacin da Swami Pranabananda kusantowa ni. Ni suna da a'a ra'ayi yaya shi ya san Ni ya kasance a can a wancan lokaci.

"Dan Bhagabati yana jiranka a ɗakina," in ji shi. 'Za ka zo tare da ni?' Na yarda da farin ciki. Yayin da muka ci gaba da tafiya hannu da hannu, mai ruwa a cikin takalminsa na katako ya yi mini abin mamaki, duk da cewa ina sanye da waɗannan takalman tafiya masu karfi.

"Har yausha za ka kai wurina?' Pranabanandaji ya tsaya ba zato ba tsammani ya yi mini wannan tambayar.

"Game da rabi wani awa.'

"Ina da wani abu da zan yi a yanzu.' Ya kalle ni da mamaki. 'Dole ne in bar ka a baya. Za ka iya tare da ni a gidana, inda ni da ɗan Bhagabati za mu jira ka.'

"Kafin in sake yin magana, sai ya wuce ni da sauri ya face a cikin taron jama'a. Na yi tafiya nan da sauri kamar yadda zai yiwu."

Wannan bayani kawai ya karu nawa rudani. Ni tambaya yaya dogo shi yana da sananne Lallai swami.

"Mun haɗu sau da yawa a bara, amma ba kwanan nan ba. Na yi matukar farin ciki da sake ganinsa a yau a wurin wanka . "

"Ni ba za a iya ba yi imani nawa kunnuwa! Am Ni rasa nawa hankali? An yi kai haɗu shi a cikin wani hangen nesa, ko ya yi kai a zahiri

gani shi, taɓawa nasa hannu, kuma ji Lallai sauti na nasa kafafu?

"Ban san abin da kake tuki ba!" Ya yi ruri a fusace. "Ba karya nake yi maka ba. Ba za ka iya fahimtar cewa ta hanyar swami kawai zan iya sanin kana jirana a wannan wuri ba ?"

"Me yasa, wannan mutumin, Swami Pranabananda, bai bar ganina ba ko da na ɗan lokaci tun lokacin da na fara zuwa kimanin awa ɗaya da ta wuce." Na faɗi labarin gaba ɗaya.

Idanunsa suka buɗe sosai. "Shin muna rayuwa ne a wannan zamanin na duniya, ko kuwa muna mafarki ne? Ban taɓa tsammanin ganin irin wannan mu'ujiza a rayuwata ba! Na yi tunanin wannan swami mutum ne kawai na yau da kullun, kuma yanzu ni Ka ga zai iya sake kama wani jiki ya kuma yi aiki a kansa!" Tare muka shiga ɗakin waliyyi.

"Duba, waɗannan su ne takalman da yake sanye da su a wurin *bikin* ," in ji Kedar Nath Babu a rada. "An saka masa riga kawai, kamar yadda nake ganinsa yanzu."

Kamar yadda Lallai baƙo sunkuya kafin shi, Lallai waliyyi juya zuwa ni tare da wani mai ban mamaki murmushi.

"Me ya sa ka rikice a duk wannan? Haɗin kai mai zurfi na duniyar ban mamaki ba ya ɓoye daga yogis na gaskiya. Nan take ina gani kuma ina tattaunawa da almajirana a Calcutta mai nisa. Haka nan za su iya wuce duk wani cikas na babban abu yadda suka ga dama."

Watakila don in tayar da sha'awar ruhaniya a cikin ƙaramin ƙirjina ne ya sa swami ta ƙaskantar da kanta zuwa gaya ni na nasa iko na astral rediyo kuma talabijin. **3-2** Amma maimakon haka Na sha'awar, tsoro ne kawai ya kama ni. Tunda an ƙaddara ni in yi bincikena ta hanyar wani malami na musamman - Sri Yukteswar, wanda ban taɓa haɗuwa da shi ba tukuna - ban ji sha'awar karɓar Pranabananda a matsayin malamina ba. Na kalle shi cikin shakku, ina mamakin ko hakan zai faru. shi ko takwaransa ne a gabana.



Swami Pranabananda
"The Waliyyi Tare da Biyu Jikuna"

An An d'aukaka Almajiri na Lahiri Mahasaya

Maigidan ya yi kofarin kawar da damuwar da nake ciki ta hanyar kallon raina da kuma wasu kalmomi masu karfafa gwiwa game da malaminsa.

"Lahiri Mahasaya ya kasance Lallai mafi girma Yogi Ni har abada ya sani. Shi ya kasance Allahntaka Kanta a cikin Lallai siffa na nama."

Idan almajiri, na yi tunani, zai iya bayyana wani siffa ta jiki kamar yadda ya ga dama, wadanne mu'ujizai ne za a iya hana wa maigidansa?

"Zan gaya muku yadda taimakon malami yake da tamani. Na kan yi bimbini tare da wani almajiri na tsawon awanni takwas kowace dare. Dole ne mu yi aiki a ofishin jirgin kasa da rana. Ganin wahalar gudanar da ayyukana na coci, sai na so in sadaukar da dukkan lokacina ga Allah. Na tsawon shekaru takwas ina nacewa, ina yin bimbini rabin dare. Na sami sakamako mai kyau; manyan fahimta na ruhaniya sun haskaka hankalina. Amma wani d'an lullubi koyaushe yana tsakanina da Marasa Iyaka. Ko da da himma ta d'an adam, na ga an hana ni haɗin gwiwa na karshe da ba za a iya sokewa ba. Wata rana da yamma na ziyarci Lahiri Mahasaya na roki addu'ar Allahntaka. Na ci gaba da yin addu'a a duk tsawon daren.

"Mala'iku Guru, baƙin cikina na ruhaniya ya kai yadda ba zan iya jure rayuwata ba tare da na haɗu da Babban Masoyi fuska da fuska ba!"

"Me gwangwani Ni yi? Kai dole ne yin bimbini Kara sosai.

"Ina rokonka, Ya Allah Ubangijina! Ina ganinka a zahiri a gabana a cikin jiki na zahiri; albarkace ni domin in gan ka a cikin siffarka mara iyaka!"

"Lahiri Mahasaya ya mika hannunsa cikin wata irin murya mai daɗi. 'Ka je yanzu ka yi tunani. Na yi maka addu'a da Brahma.' **3-3**

"Cikin farin ciki mai girma, na koma gidana. A cikin bimbini a daren, na cimma burin rayuwata mai zafi. Yanzu ina jin daɗin fansho na ruhaniya ba tare da faɗa lokaci ba. Tun daga wannan rana, Mahaliccin Ni'ima bai taɓa boyewa daga idanuna a bayan wani boye na ruɗani ba."

Fuskar Pranabananda ta cika da hasken allahntaka. Zaman lafiya ta wata duniya ta shiga zuciyata; duk tsoro ya gudu. Waliyyin ya kara amincewa.

"Watanni bayan haka na koma Lahiri Mahasaya na yi kofarin gode masa saboda kyautar da ya ba ni. Sai na ambaci wani batu."

"Mai girma, ba zan iya aiki a ofis ba. Don Allah a sake ni. Brahma yana ci gaba da sa ni cikin maye."

"Nemi fansho daga kamfaninka."

"Menene dalili zan bayar, tun da wuri a

lokacin hidimata?" "Fadī abin da kake ji."

"The na gaba rana Ni yi nawa aikace-aikace. The likita tambaya Lallai filaye don nawa da wuri kafin lokaci bukata.

"A wurin aiki, na ga wani abu mai karfi yana tashi a cikin kashin baya na." **3-4** Yana ratsa jikina gaba daya, ba ya dace da ni don yin ayyukana ba.

"Ba tare da karin tambaya ba likitan ya ba ni shawarar fansho sosai, wanda na samu nan ba da daɗewa ba. Na san nufin Allah na Lahiri Mahasaya ya yi aiki ta hanyar likitan da jami'an jirgin kasa, ciki har da mahaifinka. Sun yi biyayya ga umarnin ruhaniya na babban malamin, kuma sun 'yantar da ni don rayuwa ta zumunci mara yankewa da kaunataccena." **3-5**

Bayan wannan wahayi mai ban mamaki, Swami Pranabananda ya koma cikin ɗaya daga cikin dogayen shirunsa. Ina ɗaukar hutu, ina taɓa kafafunsa cikin girmamawa, sai ya sa mini albarka:

"Rayuwarka ta dogara ne da hanyar kin yarda da yoga. Zan sake ganinka, tare da mahaifinka, daga baya." Shekarun sun kawo cikas wadannan annabcin guda biyu.

3-6

Kedar Nath Babu ya raka ni a gefena cikin duhun da ke taruwa. Na isar da wasikar Baba, wadda abokina ya karanta a karkashin fitilar titi.

"Mahaifinka ya ba ni shawarar in ɗauki matsayi a ofishin kamfanin jirgin kasa na Calcutta. Abin farin ciki ne in yi fatan akalla ɗaya daga cikin fanshon da Swami Pranabananda ke jin daɗinsa! Amma ba zai yiwu ba; ba zan iya barin Benares ba. Abin takaici, gawawwaki biyu ba su nan a gare ni ba tukuna!"

3-1 : *Choto Mahasaya* shine Lallai wa'adi ta hanyar wanda wani lamba na 'Yan Indiya waliyyai an magance matsalar ni. Yana fassara "kanana yallaɓai."

3-2 : A nasa hanyar, kimiyyar zahiri tana tabbatar da ingancin dokokin da yogis suka gano ta hanyar kimiyyar tunani. Misali, wani zanga-zanga wancan mutum yana da talabijin iko ya kasance da aka bayar a kunne Nuwamba 26, 1934 a Lallai Sarauta Jami'a na Roma. "Dr. Giuseppe Calligaris, farfesa a fannin ilimin halayyar ɗan adam, ya matse wasu wurare na jikin wani mutum kuma mutumin ya amsa da ɗan takaitaccen bayani game da wasu mutane da abubuwa a gefen bango. Dr. Calligaris ya gaya wa sauran farfesoshi cewa idan wasu wurare a kan fata suka yi tashin hankali, ana ba mutumin damar ganin abubuwan da ba zai iya fahimta ba. Don bai wa mutumin damar fahimtar abubuwa a ɗayan gefen bango, Farfesa Calligaris ya matsa a wani wuri a gefen dama na kirjin na tsawon mintuna goma sha biyar. Dr. Calligaris ya ce idan wasu tabo na jiki suka tashi, mutumin zai iya ganin abubuwa a kowane nesa, ko sun taɓa ganin wadannan abubuwan a da."

3-3 : Allah a cikin Nasa bangare na Mai halitta; daga Sanskrit tushe *brih* , zuwa faɗaɗa. Yaushe Emerson's waka

Brahma ya bayyana a cikin Tekun *Atlantika Kowane wata* a cikin 1857, mafi Lallai masu karatu sun kasance cikin ruɗani. Emerson ya yi dariya. "Ka faɗa su," shi ya ce, "zuwa faɗi 'Jehobah' maimakon 'Brahma' kuma ba za su ji wani ruɗani ba."

3-4 : A cikin zurfi tunani, Lallai na farko kwarewa na Ruhu shine a kunne Lallai bagadi na Lallai kashin baya, kuma to a cikin Lallai kwakwalwa. The Ni'ima mai karfi tana da girma, amma yoga yana koyon sarrafa bayyanarsa ta waje.

3-5 : Bayan nasa ritaya, Pranabananda ya rubuta ɗaya na Lallai mafi zurfi sharhi a kunne Lallai *Bhagavad* Gita, ana samunsa a cikin Bengali da Hindi.

BABI: 4

Nawa An katse Jirgin sama Zuwa ga The Himalayas

"Ku fita daga ajin ku bisa wani karamin dalili, ku yi amfani da motar yaƙi. Ku tsaya a layin da babu wanda zai iya ganinku a gidana."

Wadannan su ne umarnin karshe da na ba Amar Mitter, wani abokin makarantar sakandare wanda ya shirya raka ni zuwa Himalayas. Mun zaɓi jirginmu washegari. An buƙaci yin taka-tsantsan, yayin da Ananta ke nuna ido a hankali. Ya kuɗuri aniyar wargaza shirin tserewa wanda yake zargin shine mafi muhimmanci a cikin zuciyata. Layukan, kamar yisti na ruhaniya, suna aiki a hankali a cikina. A tsakiyar dusar kankara ta Himalaya, ina fatan samun maigidan da fuskarsa ke bayyana a gare ni a cikin wahayi.

Iyalin suna zaune yanzu a Calcutta, inda aka canja Baba zuwa wani wuri na dindindin. Bisa ga al'adar kakannin Indiya, Ananta ya kawo amaryarsa ta zauna a gidanmu, yanzu a 4 Gurpar Road. A can a cikin karamin ɗaki na sama ina yin bimbini a kullum kuma ina shirya hankalina don binciken allahntaka.

Da safe mai ban mamaki ya iso da ruwan sama mai karfi. Jin tayoyin motar Amar a kan hanya, sai na yi sauri na ɗaura bargo, takalma, hoton Lahiri Mahasaya, kwafin Bhagavad *Gita*, jerin duwatsun addu'a, da kuma mayafi biyu. Wannan tarin da na jefa daga tagar bene na uku. Na yi gudu na sauko daga matakala na wuce kawuna, ina siyan kifi a kofar.

"Menene shine Lallai farin ciki?" Nasa kallo roved da tuhuma sama nawa mutum.

Na yi masa murmushi ba tare da wani sharafi ba, na yi tafiya zuwa layin. Da na dawo da kayana, sai na haɗu da Amar da taka tsantsan. Mun tuka mota zuwa Chadni Chowk, wani cibiyar sayar da kayayyaki. Tsawon watanni muna adana kuɗin tiffin ɗinmu don siyan kayan Ingila. Da sanin cewa ɗan'uwana mai wayo zai iya zama ɗan sanda cikin sauƙi, sai muka yi tunanin za mu yi masa zamba ta hanyar amfani da kayan Turai.

A kan hanyarmu ta zuwa tashar jirgin, mun tsaya don ganin ɗan uwana, Jotin Ghosh, wanda na kira Jatinda. Sabon tuba ne, yana sha'awar wani malami a Himalayas. Ya sanya sabuwar rigar da muka shirya. Mun yi fatan a boye! Murna ta mamaye zukanmu.

"Abin da kawai muke bukata yanzu shine takalman zane." Na jagoranci abokan tafiyata zuwa wani shago da ke nuna takalman roba. "Labarai" na fata, samu kawai ta hanyar Lallai yanka na dabbobi, dole ne zama babu shi a wannan tafiya mai tsarki." Na tsaya a kan titi don cire murfin fata daga *Bhagavad Gita dina*, da kuma madaurin fata daga *sola topee* (kwalkwali na) da na yi a Turanci.

A tashar jirgin mun sayi tikiti zuwa Burdwan, inda muka yi shirin canja wuri zuwa Hardwar a tsaunin Himalayas. Da zarar jirgin, kamar mu, ya tashi, na yi magana da wasu daga cikin abubuwan da nake tsammani.

"Ka yi tunanin!" Na yi maniyyi. "Malamai za su fara da mu kuma mu fuskanci yanayin sanin sararin samaniya. Jikinmu zai cika da irin wannan maganadisu har dabbobin daji na Himalayas za su zo kusa da mu. Damisa ba za su zama kamar kyanwa masu tawali'u da ke jiran mu shafa wa ba!"

Wannan furucin - wanda ke nuna wani mutum da na yi tunanin zai burge ni, a zahiri da kuma a zahiri - ya kawo murmushi mai daɗi daga Amar. Amma Jatinda ya kawar da kallonsa, yana nuna shi ta taga zuwa ga yanayin da ke cike da rudani.

"A raba kuɗin gida uku." Jatinda ya karya dogon shirun da wannan shawara. "Kowannenmu ya kamata ya sayi tikitinsa a Burdwan. Don haka babu wanda ke tashar da zai yi zaton cewa tare muke guduwa."

Na yarda ba tare da wata shakka ba. Da magariya jirginmu ya tsaya a Burdwan. Jatinda ya shiga ofishin tikitin; ni da Amar muka zauna a kan dandamali. Mun jira mintuna goma sha biyar, sannan muka yi tambayoyi marasa amfani. Muna bincike a ko'ina, sai muka yi ihu da sunan Jatinda cikin gaggawar tsoro. Amma ya face cikin duhun da ba a san ko'ina ba da ke kewaye da karamin tashar.

Na tsorata gaba ɗaya, na yi mamakin wani irin suma da na yi. Cewa Allah zai fuskanci wannan lamari mai ban tausayi! An yi mummunan rashin jituwa a lokacin da na fara shirin tashi da jirgin sama na farko bayan Shi.

"Amar, dole ne mu koma gida." Ina kuka kamar yaro. "Tafiyar Jatinda cikin rashin tausayi abin tsoro ne. Wannan tafiyar za ta gaza."

"Shin wannan naka soyayya don Lallai Ubangiji? Ba za a iya ba kai tsayawa Lallai karami gwaji na wani mayaudari abokin tarayya?"

Ta hanyar shawarar Amar na jarabawar Allah, zuciyata ta daure. Mun wartsake kanmu da shahararrun naman zaki na Burdwan, *sitabhog* (abinci ga allahiya) da *motichur* (nuggets na lu'u-lu'u mai daɗi). Cikin 'yan awanni kaɗan, muka yi horo don Hardwar, ta hanyar Bareilly. Canza jiragen kasa a Moghul Serai, mun tattauna wani muhimmin batu yayin da muke jira a kan dandamali.

"Amar, nan ba da jimawa ba jami'an layin dogo za su yi mana tambayoyi sosai. Ba na raina wayo na ɗan'uwana! Ko menene sakamakon, ba zan fadɪ karya ba."

"Duk Ni tambaya na kai, Mukunda, shine zuwa ajiye har yanzu. Kar a yi dariya ko murmushi yayin da Ni am magana."

A wannan lokacin, wani wakilin tashar jiragen ruwa na Turai ya zo wurina. Ya daga wayar tarho wadda na fahimta nan take.

"Suna kai gudu nesa daga gida a cikin fushi?"

"A'a!" Na yi farin ciki da zaɓin kalmominsa ya ba ni damar yin martani mai karfi. Ba fushi ba ne, amma "baƙin ciki mai ban tsoro" ne ya jawo, na sani, saboda ɗabi'ata ta daban.

Sai jami'in ya juya ga Amar. Faɗar da aka yi bayan haka ba ta ba ni damar riƙe wannan shawara mai karfi ba.

"Ina yaron na uku yake?" Mutumin ya saka masa cikakken iko. "Zo mu faɗi gaskiya!"

"Yallaɓai, na lura kana sanye da gilashin ido. Ba ka ganin cewa mu biyu ne kawai ba?" Amar ya yi murmushi cikin rashin kunya. "Ni ba mai sihiri ba ne; ba zan iya tunanin wani abokin tarayya na uku ba."

Jami'in, wanda ya firgita da wannan rashin da'a, ya nemi wani sabon fagen

kai hari. "Menene sunanka?"

"Ana kiran ni Thomas. Ni ɗan wata uwa 'yar Ingila ce kuma mahaifina Kirista 'yar

Indiya." "Menene sunan abokinka?"

"Ni kira shi Thompson.

A wannan lokacin farin cikina ya kai wani matsayi; na yi tafiya zuwa jirgin ƙasa ba tare da wani sharaɗi ba, ina busa don tashi. Amar ya biyo bayan jami'in, wanda ya kasance mai rashin yarda da abin da ya kamata. don sanya mu a cikin wani yanki na Turai. Babu shakka ya yi masa zafi idan ya tuna da yara maza biyu 'yan Ingila da ke tafiya a yankin da aka ware wa 'yan asalin ƙasar. Bayan fitowarsa cikin ladabi, na kwanta a kan kujera na yi dariya ba tare da na iya jurewa ba. Abokina ya nuna gamsuwarsa da ya yi wa wani tsohon jami'in Turai wayo.

A kan dandamali na yi niyyar karanta wayar tarho. Daga ɗan'uwana, abin ya ce kamar haka: "Yara uku 'yan Bengali sanye da kayan Turanci suna gudu daga gida zuwa Hardwar ta hanyar Moghul Serai. Don Allah a tsare su har sai na iso. Lada mai yawa ga ayyukanku."

"Amar, na gaya maka kada ka bar jadawalin da aka yi alama a gidanka." Kallon da na yi ya bata min rai. "Dan'uwa lallai ya sami ɗaya a wurin."

Abokina ya amince da wannan kira cikin rashin kunya. Mun tsaya na ɗan lokaci a Bareilly, inda Dwarka ya tsaya cak. Prasad ya jira mu da wayar tarho daga Ananta. Tsohon abokina ya yi kofari sosai don ya tsare mu; na shawo kansa cewa jirginmu ba a yi shi da sauki ba. Kamar yadda aka yi a baya, Dwarka

ya ki nawa gayyatar zuwa saita gaba zuwa Lallai Himalayas.

Yayin da jirginmu ya tsaya a tashar jirgin a daren, kuma ina barci rabin sa'a, wani jami'in tambaya ya tashe Amar. Shi ma ya mutu sakamakon kyawawan halayen "Thomas" da "Thompson." Jirgin ya kai mu cikin nasara har muka isa Hardwar da asuba. Duwatsu masu girma sun yi kyau sosai a nesa. Mun yi sauri ta tashar jirgin muka shiga 'yancin jama'ar birni. Abu na farko da muka yi shi ne mu canza zuwa kayan gargajiya, kamar yadda Ananta ta shiga cikin rigarmu ta Turai. Tunanin kamawa ya mamaye ni.

Da ganin cewa ya dace mu bar Hardwar nan take, sai muka sayi tikiti don mu ci gaba zuwa arewa zuwa Rishikesh, kasa mai tsawon kafafuwa da yawa. Na riga na hau jirgin kasa, yayin da Amar ya tsaya cak a kan dandamali. Sai wani ɗan sanda ya tsayar da shi ba zato ba tsammani. Mai kula da mu wanda ba a so ya raka mu zuwa wani gidan haya ya ɗauki kudfinmu. Ya yi mana bayani cikin ladabi cewa wajibi ne ya riƙe mu har sai babban ɗan'uwana ya iso.

Koyo wancan Lallai masu rashin lafiya inda za a je yana da kasance Lallai Himalayas, Lallai jami'i mai alaƙa wani abin mamaki labari.

"Na ga kana da hauka game da waliyyai! Ba za ka taɓa haɗuwa da wani babban mutum na Allah fiye da wanda na gani ba! jiya kawai. Ni da ɗan'uwana jami'i muka fara haɗuwa da shi kwana biyar da suka wuce. Muna sintiri a wurin. ta Ganges, suna neman wani mai kisan kai. Umarninmu shi ne a kama shi, ko da yana raye ko a mace. An san shi yana yin ba'a kamar *mai satar mutane* don yin fashi ga mahajjata. A ɗan gajeren lokaci a gabanmu, mun ga wani mutum wanda yayi kama da bayanin mai laifin. Ya yi watsi da umarninmu na tsayawa; mun gudu don mu rinjaye shi. Ina kusantowa bayansa, na riƙe gatarina da ƙarfi mai yawa; hannun dama na mutumin ya yanke kusan gaba ɗaya daga jikinsa.

"Ba tare da ihu ko kallon mummunan raunin ba, baƙon ya ci gaba da saurin tafiyarsa cikin mamaki. Yayin da muka yi tsalle a gabansa, sai ya yi magana a hankali.

"Ni am ba Lallai mai kisan kai kai su ne neman.

"Na yi matuƙar baƙin ciki da ganin na ji wa wani mai hikima mai kama da allahntaka rauni." Da kaina a kafafunsa, na roke shi gafara, na kuma mika min mayafin rawanina don ya rage yawan zubar jini.

"Dana, wannan kuskure ne da za a iya fahimta daga gare ka." Waliyyin ya kalle ni da kyau. 'Gudu ka tafi, kada ka raina kanka. Uwar da aka ƙaunata tana kula da ni.' Ya tura hannunsa da ke rataye a cikin kututturensa, sai ga shi! ya manne; jinin ya daina gudana ba zato ba tsammani.

"Ka zo gare ni a karkashin bishiyar nan cikin kwana uku, za ka same ni lafiya lau.
Don haka ba za ka ji nadama ba."

"Jiya ni da ɗan'uwana jami'i muka je wurin da aka keɓe da himma. *Sadhu* yana wurin
kuma ya bar mu mu duba hannunsa. Babu tabo ko alamar rauni a hannunsa!"

"Ni am za a yi ta hanyar Rishikesh zuwa Lallai Himalaya kaɗaici.' Shi albarka mu
kamar yadda shi tafi da sauri. Ni

ji wancan nawa rayuwa yana da kasance an daga ta hanyar nasa tsarki.

Jami'in ya kammala da fitar da maniyyi mai tsarki; abin da ya faru a bayyane ya motsa shi fiye da yadda ya saba. Da wata alama mai ban mamaki, ya ba ni wani rubutu da aka buga game da mu'ujiza. A cikin irin wannan jarida mai ban sha'awa (ba a rasa ba, kai! har ma a Indiya), an d'an kara girman sigar d'an jaridar: yana nuna cewa an yi wa *sadhu ado* . kusan an yanke masa kai!

Ni da Amar mun yi kuka da cewa mun yi kewar babban mai yoga wanda zai iya gafarta wa mai tsananta masa ta hanyar da ta dace da Kristi. Indiya, wadda take cikin talauci a cikin karni biyu da suka gabata, amma tana da asusu mai yawa na dukiyar Allah; "masu hawa sama" na ruhaniya na iya fuskantar su a wasu lokutan ta hanyar da ba ta dace ba, har ma da mutanen duniya kamar wannan d'an sanda.

Mun gode wa jami'in da ya sassauta mana damuwarmu da labarinsa mai ban mamaki. Watakila yana jin cewa ya fi mu sa'a: ya haɗu da wani waliyyi mai haske ba tare da kofari ba; bincikenmu na gaske ya kare, ba a kafafun wani maigida ba, amma a ofishin 'yan sanda mai tsauri!

Don haka kusa da tsaunukan Himalayas, duk da haka, a lokacin da muke tsare, zuwa yanzu, na gaya wa Amar cewa na ji kamar ina da karfi sosai don neman 'yanci.

"Mu tafi idan dama ta samu. Za mu iya tafiya da kafa zuwa wurin mai tsarki Rishikesh." Na yi murmushi mai karfafa gwiwa.

Amma abokin aikina ya zama mai rashin bege da zarar an kwace mana kudinmu mai karfi.

"Idan muka fara tafiya a kan irin wannan kasa mai haɗari ta daji, ya kamata mu gama, ba a cikin birnin waliyyai ba, sai a cikin cikin damisa!"

Ananta da d'an'uan Amar sun iso bayan kwana uku. Amar ya gaishe da d'an'uwansa cikin jin dadi. Ban yi sulhu ba; Ananta ba ta samu komai daga gare ni ba sai tsawa mai tsanani.

"Na fahimci yadda kake ji." Dan'uwana ya yi magana cikin nutsuwa. "Abin da kawai nake rokonka shi ne ka raka ni zuwa Benares don ganawa da wani waliyyi, sannan ka tafi Calcutta don ziyartar mahaifinka mai bakin ciki na 'yan kwanaki. Sannan za ka iya ci gaba da neman ubangida a nan."

Amar ya shiga tattaunawar a wannan lokacin don ya musanta duk wani niyyar komawa Hardwar tare da ni. Yana jin daɗin zaman lafiya a cikin iyali. Amma na san ba zan taɓa yin watsi da neman guru na ba.

Namu biki masu sha'awar don Benares. A can Ni yana da wani mufuradi kuma nan take martani zuwa nawa addu'o'i.

Ananta ya riga ya shirya wani shiri mai kyau. Kafin ya gan ni a Hardwar, ya tsaya a Benares don neman wani masanin littafi mai tsarki ya yi min hira daga baya. Duk wani mai sharhi da ɗansa sun yi alkawarin yin watsi da ni daga hanyar *sannyasi* . ~~4-~~

Ananta ya kai ni gidansu. Dan, saurayi mai halin kwarjini, ya gaishe ni a tsakar gida. Ya yi min dogon jawabi na falsafa. Da yake yana da'awar cewa yana da masaniya game da makomara, ya yi watsi da ra'ayina na zama sufi.

"Za ka ci gaba da fuskantar rashin sa'a, kuma ba za ka iya samun Allah ba, idan ka dage kan barin nauyin da ke kanka na yau da kullun! Ba za ka iya sarrafa karmarka ta baya ba 4-2 ba tare da abubuwan da suka faru a duniya ba.

Kalmomin Krishna marasa mutuwa sun tashi a bakina suna amsa: "Ko da shi da mafi munin karma wanda ke yin bimbini a kaina ba tare da tsayawa ba da sauri yana rasa tasirin munanan ayyukansa na baya. Da yake zama mai girman kai, nan ba da dadewa ba zai sami kwanciyar hankali na dindindin. Arjuna, ka san wannan tabbas: mai ibada wanda ya dogara gare ni ba zai taɓa halaka ba!" 4-3

Amma karfin hasashen saurayin ya ɗan girgiza karfin gwiwata. Da dukkan karfin zuciyata na yi addu'a ga Allah a hankali:

"Don Allah a warware mini rudanina, ka amsa mini, a nan da yanzu, idan kana so in rayu kamar wanda ya fi ko kuma mutumin duniya!"

Na lura da wani *irin yanayi* mai kyau a tsaye a wajen gidan mai sharhin. Babu shakka ya ji tattaunawar da ke tsakanin ni da mai kiran kansa mai shela, domin bakon ya kira ni zuwa gefensa. Na ji wani babban iko yana fitowa daga nutsuwarsa. idanu.

"Dana, kada ka saurari wannan jahilin. A cikin amsa addu'arka, Ubangiji ya gaya mini in tabbatar maka cewa hanyarka ɗaya tilo a wannan rayuwar ita ce ta kin yarda da kai."

Tare da mamaki kamar yadda to, kamar yadda godiya, Ni murmushi cikin farin ciki a wannan mai hukunci saƙo.

"Ka rabu da wannan mutumin!" "Jahilin" yana kirana daga farfajiyar gidan. Jagorata mai tsarki ya ɗaga hannunsa yana sa albarka sannan ya tafi a hankali.

"Wannan *sadhu* mahaukaci ne kamar kai." Mai haƙora ne ya yi wannan abin lura mai ban sha'awa. Shi da ɗansa suna kallona cikin mamaki. "Na ji cewa shi ma ya bar gidansa yana neman Allah."

Na juya. Na gaya wa Ananta cewa ba zan sake tattaunawa da masu masaukin baki ba. Dan'uwana ya yarda ya tafi nan take; ba da dadewa ba muka yi atisaye zuwa Calcutta.



Ni tsayawa a baya nawa dattijo ɗan'uwa, Ananta.



Bikin Karshe na Solstice wanda Sri Yukteswar ya yi, Disamba, 1935.
Malamina yana zaune a tsakiya; ina gefen damansa, a babban farfajiyar
gidan ibadarsa da ke Serampore.

"Mr. Detective, ta yaya ka gano na gudu da abokan tafiya biyu?" Na bayyana wa Ananta sha'awar da nake da ita a lokacin tafiyarmu ta komawa gida. Ya yi murmushi cikin mugunta.

"A makarantarku, na gano cewa Amar ya fita daga ajinsa kuma bai dawo ba. Na tafi

gidansa washegari da safe na tono jadawali mai alama. Mahaifin Amar yana tafiya ne kawai.

karusa kuma ya kasance magana zuwa Lallai mai horarwa.

"Dana ba zai tafi makarantarsa da ni da mota ba da safe. Ya face!" uban ya yi gunaguni.

"Na ji daga wani d'an'uwana mai horar da 'yan'uwa cewa d'anka da wasu mutane biyu, sanye da kayan Turai, sun shiga jirgin kasa a Tashar Howrah," in ji mutumin. 'Sun ba wa direban tasi kyautar takalmansu na fata.'

"Saboda haka Ni yana da uku alamu-da jadawalin aiki, Lallai uku na samari, kuma Lallai Turanci tufafi.

Ina sauraron bayanin Ananta tare da farin ciki da kuma bacin rai. Karimcinmu ga mai horar da 'yan wasan ya d'an yi kuskure!

"Tabbas na yi gaggawa na aika wa jami'an tsaro sakonni a duk biranen da Amar ya ja layi a jadawalin aikin. Ya duba Bareilly, don haka na aika wa abokinka Dwarka waya a can. Bayan bincike a unguwarmu ta Calcutta, na ji cewa d'an uwanmu Jatinda bai zo ba wata rana da daddare amma ya dawo gida washegari da safe sanye da kayan Turai. Na neme shi na gayyace shi cin abincin dare. Ya yarda, saboda halina na abokantaka. A kan hanya na kai shi ofishin 'yan sanda ba tare da wata shakka ba. Jami'ai da dama da na zaba a baya saboda kamanninsu na mugunta sun kewaye shi. A karkashin kallonsu mai ban tsoro, Jatinda ya yarda ya ba da bayani game da abin da ya aikata na ban mamaki.

"Na fara zuwa Himalayas cikin yanayi mai cike da ruhi," in ji shi. 'Wahayi ya cika ni da tsammanin haduwa da masters. Amma da zarar Mukunda ya ce, "A lokacin murnarmu a cikin kogo na Himalayas, damisa za su yi mamaki kuma su zauna a kusa da mu kamar farji mai laushi," ruhuna ya daskare; gumi ya fito a goshina. "To me?" Na yi tunani. "Idan ba a canza mummunan yanayin damisa ta hanyar ikon ruhinmu na ruhaniya ba, za su yi mana alheri kamar kyanwa na gida?" A cikin tunanina, na riga na ga kaina wanda aka tilasta wa cikin wani damisa shiga can ba tare da jiki gaba daya ba, amma ta hanyar sassa daban-daban na jikinsa !"

Fushin da na yi game da facewar Jatinda ya kare da dariya. Abin dariya da ya biyo baya a cikin jirgin ya cancanci duk bakin cikin da ya jawo mini. Dole ne in furta da d'an gamsuwa: Jatinda ma bai tsira daga haduwa da 'yan sanda ba!

"Ananta, **4-4** Kai d'an karen farauta ne da aka haifa!" Kallon nishadina ba tare da wani d'an takaici ba ne. "Kuma zan gaya wa Jatinda ina farin ciki da cewa bai yi wani irin cin amana ba, kamar yadda ya bayyana, sai dai kawai ta hanyar hikimar kiyaye kansa!"

A gida a Calcutta, Baba ya roke ni da in rage kafafuna da ke tafiya har sai akalla, akalla, na kammala karatun sakandare. A lokacin da ba ni nan, ya shirya makirci ta hanyar shirya wani mai wa'azi, Swami Kebalananda, **4-5**. zuwa gida akai-akai.

"The mai hikima nufin zama naka Sanskrit mai kula da mu," nawa iyaye an sanar da amincewa.

Uba fatan zuwa gamsar da nawa masu addini sha'awa ta hanyar umarni daga wani ya koya masanin falsafa. Amma an juya al'amura cikin dabara: sabon malamina, wanda ba ya bayar da zurfin tunani, ya kara rura wutar burina na Allah. Ba tare da sanin Baba ba, Swami Kebalananda babban almajiri ne na Lahiri Mahasaya. Malamin da ba shi da irin wannan kama ya mallaki dubban almajirai, wadanda suka ja hankalinsa a hankali. ta hanyar rashin juriyar maganadisu na allahntaka. Daga baya na ji cewa Lahiri Mahasaya ya saba siffanta Kebalananda a matsayin *rishi* ko kuma mai haske.

Kyawawan gashin ido sun yi wa kyakkyawar fuskar malamina ado. Idanunsa masu duhu ba su da wayo, tare da bayyananniyar fuskar yaro. Duk motsin jikinsa mai sauƙi an yi masa alama da tunani mai natsuwa. Duk da yake yana da tausayi da ƙauna, ya kafu sosai a cikin sanin da ba shi da iyaka. Yawancin lokutan farin cikinmu tare mun yi su ne cikin zurfin tunani *na Kriya* .

Kebalananda sanannen masani ne kan tsoffin *shastras* ko littattafai masu tsarki: iliminsa ya sa ya sami laƙabin "Shastri Mahasaya," wanda galibi ana kiransa da shi. Amma ci gaban da na samu a fannin ilimin Sanskrit ba abin lura ba ne. Na nemi kowace dama ta daina nahawun prosaic da kuma yin magana game da yoga da Lahiri Mahasaya. Malamina ya tilasta mini wata rana ta hanyar gaya mini wani abu game da rayuwarsa da maigidan.

"Ba kasafai ake samun sa'a, Ni ya kasance iya zuwa saura kusa Lahiri Mahasaya don goma shekaru. Nasa Benares Gida shine burina na yin aikin hajji na dare. Malamin yana nan a wani ƙaramin falo a bene na farko. Yayin da yake zaune a kan kujera mai kauri a kan kujera mai kauri, almajiransa suka yi masa ado da rabi-da'ira. Idanunsa suna walƙiya suna rawa da farin cikin Allahntaka. Sun kasance a rufe, suna leƙawa ta cikin sararin samaniyar da ke cikin wani yanki na jin dadɓi na har abada. Ba kasafai yake yin magana mai tsawo ba. Wani lokaci kallonsa yakan mayar da hankali kan dalibi da ke buƙatar taimako; kalmomin warkarwa suna zuba kamar ruwan haske.

"Salama marar misaltuwa ta bayyana a cikina a kallon maigidana. Na ji kamshinsa ya ratsa ni, kamar daga wani irin itacen lotus mara iyaka. Kasancewa tare da shi, ko da ba tare da musayar kalma ba tsawon kwanaki, gogewa ce da ta canza rayuwata gaba daya. Idan wani shingen da ba a iya gani ya taso a kan hanyar Da na mayar da hankalina, sai na yi bimbini a kafafun malamin. A can ne yanayin da ya fi rikitarwa ya zo mini cikin sauƙi. Irin waɗannan fahimta sun bace mini a gaban kananan malamai. Malamin haikali ne mai rai na Allah wanda kofofin sirrinsa a buɗe suke ga dukkan almajirai ta hanyar ibada.

"Lahiri Mahasaya ba mai fassara littattafai ba ne. Ya nutse cikin 'laburaren allahntaka' cikin sauƙi. Kumfa na kalmomi da feshi na tunani sun fito daga maɓuɓɓugar iliminsa na komai. Yana da ban mamaki clavis wanda ya buɗe zurfin

ilimin falsafa da aka saka a cikin *Vedas shekaru da suka gabata* . **4-6** Idan aka tambaye shi ya yi bayani game da hanyoyi daban-daban na sanin yakamata da aka ambata a cikin tsoffin rubuce-rubuce, zai amince da hakan da murmushi.

"Zan shawo kan waɗannan yanayin, kuma yanzu zan gaya muku abin da na fahimta." Don haka bai yi kama da komai ba. Lallai malamai Hukumar Lafiya ta Duniya aikata littafi mai tsarki zuwa kwakwalwa kuma to bayar gaba ba a fahimta ba abubuwan da aka foye.

"Don Allah a bayyana surorin tsarki kamar yadda ma'anar ta bayyana a gare ku.' Malamin taciturn sau da yawa yana ba da wannan umarni ga almajiri da ke kusa. 'Zan shiryyar da tunaninku, domin fassarar da ta dace ta kasance

an fadfi.' Ta haka aka rubuta yawancin fahimtar Lahiri Mahasaya, tare da sharhi mai yawa daga dalibai daban-daban.

"Maigida bai taɓa ba da shawara ga imani na bauta ba. 'Kalmomi kawai harsashi ne,' in ji shi. 'Ka sami tabbacin kasancewar Allah ta hanyar hulfarka da kanka cikin farin ciki a cikin bimbini.'

"A'a abu me Lallai almajiran matsala, Lallai guru an ba da shawara *Kriya Yoga* don nasa mafita.

"Mabudfin yogic ba zai rasa ingancinsa ba lokacin da ba na nan a cikin jiki don in jagorance ku. Ba za a iya dfaure shi, a shigar da shi, a manta da shi ba, ta hanyar wahayi na ka'ida. Ci gaba da ci gaba da tafiya a kan hanyarku ta 'yanci ta hanyar *Kriya* , wanda ikonsa yana cikin aiki."

"Ni kaina ina dfaukar *Kriya* a matsayin mafi inganci hanyar ceto ta hanyar kokarin kai da aka taɓa samu a cikin binciken mutum na Madfaukaki." Kebalananda ya kammala da wannan shaidar gaskiya. "Ta hanyar amfani da shi, Allah mai iko duka, wanda aka boye a cikin dukkan mutane, ya zama jiki a bayyane cikin jikin Lahiri Mahasaya da wasu almajiransa."

Wani mu'ujiza irin ta Almasihu ta Lahiri Mahasaya ta faru a gaban Kebalananda. Malamina mai tsarki ya ba da labarin wata rana, idanunsa sun yi nesa da rubutun Sanskrit da ke gabanmu.

"Wani makaho almajiri, Ramu, ya tayar min da hankali. Shin bai kamata ya sami haske a idanunsa ba, lokacin da yake yi wa maigidanmu hidima da aminci, wanda Allah yake haskakawa a cikinsa? Wata safiya na nemi yin magana da Ramu, amma ya zauna na tsawon awanni yana hura guru da *punkha mai ganyen dabino da aka yi da hannu* . Lokacin da mai ibada ya bar dfakin, na bi shi.

"Ramu, yaya dogo suna da kai kasance makaho?"

"Tun daga haihuwata, yallabai! Ban taɓa ganin rana a idanuna ba."

"Gwamnanmu mai iko duka zai iya taimaka maka. Don Allah ka yi

addu'a."

"Washegari Ramu ya kusanci Lahiri Mahasaya cikin rashin karfin hali. Almajirin ya ji kamar yana jin kunyar rokon a kara masa dukiya ta zahiri ga yalwar ruhaniyarsa."

"Malam, Mai haskaka sararin samaniya yana cikinka. Ina rokonka ka kawo haskensa a idanuna, domin in ga karamin hasken rana."

"Ramu, wani ya yi dabara ya sanya ni cikin mawuyacin hali. Ba ni da ikon

warkarwa.' ""Yallaɓai, Wanda ba shi da iyaka a cikinka tabbas zai iya

warkarwa."

"Hakika wannan ya bambanta, Ramu. Iyakar Allah ba ta ko'ina ba! Wanda ya kunna taurari da kwayoyin nama da hasken rai mai ban mamaki zai iya kawo haske a idanunku."

"Maigidan ya taɓa goshin Ramu a daidai inda gira ke tsakanin gira." 4-7 ""Ka mai da hankali kan kanka a can, kuma akai-akai waƙa Lallai suna na Lallai annabi Rama 4-8 don bakwai kwanaki. The

kawa na Lallai rana zai suna da wani na musamman alfijir don kai.'

"Ga shi! A cikin mako guda haka abin ya kasance. A karon farko, Ramu ya ga kyakkyawar fuskar yanayi. Mai Masanin Komai ya umurci almajirinsa da ya maimaita sunan Rama, wanda ya fi sauran tsarkaka. Imani da Ramu shine kasar da aka noma ta hanyar ibada inda guru mai karfi iri na dindindin yake. warkarwa ya tsiro. Kebalananda ya kasance shiru don wani lokaci, to an biya wani karin girmamawa ga malaminsa.

"A bayyane yake a cikin dukkan mu'ujizai da Lahiri Mahasaya ya yi cewa bai taɓa barin ka'idar girman kai **ta 4-9 ba.**" don d'aukar kansa a matsayin karfin da ke haifar da hakan. Ta hanyar cikakkiyar mika wuya ba tare da wata shakka ba, maigidan ya ba wa Babban Ikon Warkarwa damar gudana cikin yardar kansa.

"Jiki da yawa da aka warkar da su ta hanyar Lahiri Mahasaya a karshe dole ne su kona wutar kona gawa. Amma farkawa ta ruhaniya da ya yi shiru, almajiransa masu kama da na Kristi da ya kirkira, su ne mu'ujizai marasa lalacewa."

Ni ba za a taɓa yi ba ya zama wani Sanskrit malami; Kebalananda an koyar ni wani mai duba tsarin rubutu.

4-1 : A zahiri, "ki sake." Daga Sanskrit fi'ili tushen, "zuwa 'yan wasan kwaikwayo gefe."

4-2 : Tasiri na abin da ya gabata ayyuka, a cikin wannan ko wani na baya rayuwa; daga Sanskrit *kri* , "zuwa yi."

4-3 : *Bhagavad Gita* , IX, 30-31. Krishna ya kasance Lallai mafi girma annabi na Indiya; Arjuna ya kasance nasa mafi girma almajiri.

4-4 : Ni koyaushe an magance matsalar shi kamar yadda Ananta-da. *Da* shine wani girmamawa karin bayani wanda Lallai mafi tsufa d'an'uwa a cikin wani 'Yan Indiya iyali yana karɓa daga kanana 'yan'uwa maza da mata.

4-5 A lokacin taronmu, Kebalananda bai riga ya shiga cikin kungiyar Swami ba kuma galibi ana kiransa "Shastri Mahasaya." Zuwa gujewa ruɗani tare da Lallai suna na Lahiri Mahasaya kuma na Jagora Mahasaya (babi 9), Ni am yana nufin ga nawa Sanskrit malami kawai ta hanyar nasa daga baya 'yan sufaye suna na Swami Kebalananda. Nasa tarihin rayuwa yana da kasance kwanan nan an buga a cikin

Bengali. An haife ni a cikin Lallai Khulna gundumar na Bengal a cikin 1863, Kebalananda bayar sama nasa jiki a cikin .Benares a Lallai shekaru na sittin da takwas

.Nasa iyali suna ya kasance Ashutosh Chatterji

4-6 : The na da huɗu *Vedas* kunshi sama 100 na yanzu na canonical littattafai. Emerson an biya Lallai masu biyo baya girmamawa a cikin nasa *Mujallar Vedic* ta yi tunani: "Yana da kyau kamar zafi da dare da kuma teku mara numfashi. Ya kunshi kowace irin ra'ayi ta addini, duk manyan d'abi'u da ke ziyartar kowace zuciyar waƙar mai daraja. Ba shi da amfani a ajiye littafin; idan na dogara ga kaina a cikin

dazuzzuka ko a cikin wani jirgin ruwa a kan Lallai tafki, Yanayi yana yi wani *Brahmin* na ni a halin yanzu: har abada Wannan ita ce akidarta. Aminci, ta ce mini, da larura, har abada diyya, iko mara misaltuwa, shiru mara karyewa. tsarki da cikakkiya

.watsi- waɗannan magani kafara duk zunubi kuma kawo kai zuwa Lallai albarka na Lallai Takwas Allah

4-7 : The kujera na Lallai "ɗaya" ko ruhaniya ido. A mutuwa Lallai sani na mutum shine yawanci an zana zuwa wannan mai tsarki tabo, yana lissafin idanun da aka d'aga sama da aka samu a cikin matattu.

4-8 : The tsakiya tsarki siffa na Lallai Sanskrit almara, *Ramayana* .

4-9 : Ahankara, son kai; a zahiri, "Ni yi." The tushe dalili na biyunci ko mafarki na *Maya* , ta yadda Lallai mutum (sirri) suna bayyana a matsayin abu; halittun suna tunanin kansu a matsayin masu halitta.

BABI: 5

A "Tufafi Waliyyi" Nuni Nasa Abubuwan Al'ajabi

"Zuwa ga kowace abu a can shine wani kakar wasa, kuma wani lokaci zuwa kowace manufa a farkashin Lallai aljanna.

Ban sami wannan hikimar Sulemanu da za ta kwantar da hankalina ba; Na kalli kaina ina bincike a kaina, a duk lokacin da na yi tafiya daga gida, don neman fuskar malamina da na kaddara. Amma hanyar da na bi ba ta wuce ta kansa ba sai bayan kammala karatun sakandare.

Shekaru biyu sun shude tsakanin tafiyar da na yi da Amar zuwa Himalayas, da kuma babbar ranar da Sri Yukteswar ya shigo rayuwata. A wannan lokacin na haɗu da wasu masana - "Wanda ya fi turare," "Damisar Swami," Nagendra Nath Bhaduri, Jagora Mahasaya, da kuma shahararren masanin kimiyyar Bengali, Jagadis Chandra Bose.

Gamuwata da "Wanda Ya Fi Kamshi" tana da gabatarwa guda biyu, ɗaya mai jituwa ɗayan kuma mai ban dariya.

"Allah mai sauƙi ne. Duk sauran abubuwa masu rikitarwa ne. Kada ku nemi cikakkun dabi'u a cikin duniyar yanayi."

Wadannan maganganun falsafa sun shiga kunnena a hankali yayin da na tsaya a hankali a gaban hoton Kali na haikalin. Na juya, na fuskanci wani dogon mutum wanda tufafinsa, ko rashinsa, ya nuna masa wani irin *sadhu mai yawo* .

"Hakika ka shiga cikin rudanin tunani na!" Na yi murmushi da godiya. "Rudani game da kyawawan halaye masu kyau da ban tsoro a cikin yanayi, kamar yadda Kali ya nuna, 5-1 ya rikitar da kawunan da suka fi nawa hikima!

"Kadan ne daga cikin wadanda suka warware asirinta! Alheri da mugunta su ne kalubalen da rayuwa ke sanyawa kamar sphinx kafin kowace hankali. Ba tare da kokarin magance matsalar ba, yawancin maza suna rasa rayukansu, hukunci yanzu kamar yadda yake a zamanin Thebes. A nan da can, wani mutum mai kafaici ba ya taɓa yin kuka da rashin nasara. Daga *Maya* 5-2 na biyun yana cire gaskiyar haɗin kai mara tushe.

"Kai yi magana tare da amincewa, yallaɓai."

"Na dade ina yin nazari mai zurfi, hanya mai matukar zafi ga hikima. Bin diddigin kai, bin tunanin mutum akai-akai, wata kwarewa ce mai ban mamaki da ban tsoro. Yana bata girman kai mafi girma. Amma nazarin kai na gaskiya ta hanyar lissafi yana aiki don samar da masu hangen nesa. Hanyar 'bayyana kai,' yarda da kai, tana haifar da masu girman kai, wadanda suka tabbata da haƙƙinsu.

mai zaman kansa fassarori na Allah kuma Lallai duniya.

"Gaskiya cikin tawali'u ritaya, a'a shakka, kafin irin wannan girman kai asali. Ni ya kasance jin dadi Lallai tattaunawa.

"Mutum ba zai iya fahimtar wani abu na har abada ba har sai ya 'yantar da kansa daga zato. Hankalin dan adam, wanda aka fallasa shi ga wani karamin rami, yana cike da rayuwa mai bankyama ta rudu marasa adadi na duniya."

Fadace-fadacen da ake yi a fagen daga ba su da wani muhimmanci a nan, lokacin da mutum ya fara fafatawa da abokan gaba na ciki! Babu wani makiyi na mutum da zai iya shawo kan waɗannan, don a shawo kansu ta hanyar karfin da ke tafe! Yana ko'ina, yana cikin tashin hankali, yana bin mutum ko da a barci, yana sanye da makamin yaƙi mai ban tsoro, waɗannan sojojin sha'awar jahilci suna neman su kashe mu duka. Mutumin da ba shi da tunani shi ne wanda ya binne manufofinsa, yana mika wuya ga kaddara ta gama gari. Shin zai iya zama kamar wani abu banda rashin karfi, katako, kuma abin kunya?

"Mai girma Malam, ba ka tausaya wa jama'a da suka rufe

ba?" Mai hikima ya yi shiru na dan lokaci, sannan ya amsa a

hankali.

"Son Allahn da ba a gani, Ma'ajiyar Duk Kyawawan Hali, da kuma mutum da ake gani, wanda ba shi da komai, sau da yawa abin mamaki ne! Amma fasaha daidai take da tatsuniyoyi. Binciken ciki ba da daɗewa ba ya fallasa haɗin kai a cikin dukkan tunanin dan adam - dangin da ke da karfin zuciya na son kai. A wata ma'ana aƙalla, 'yan'uwantaka ta mutum ta bayyana. Tawali'u mai ban tsoro yana bin wannan binciken da aka yi. Yana nuna tausayi ga abokan aikinsa, makanta ga ikon warkarwa na rai da ke jiran bincike."

"The waliyyai na kowace shekaru, yallaɓai, suna da ji so kanka don Lallai baƙin ciki na Lallai duniya."

"Mutumin da ba shi da zurfi ne kawai ke rasa amsa ga matsalolin rayuwar wasu, yayin da yake nutsewa cikin wahalar kansa." Fuskar SADHU mai tsauri ta yi laushi sosai. "Wanda ke yin aiki a hankali." mai yanke kansa zai san faɗaɗa tausayin duniya baƙi ɗaya. Ana ba shi 'yanci daga buƙatun girman kansa masu kururuwa. Kaunar Allah tana fure a kan irin wannan ƙasa. A ƙarshe halittar ta juya ga Mahaliccinsa, ba don wani dalili ba sai don ya yi tambaya cikin baƙin ciki: 'Me ya sa, Ya Ubangiji, me ya sa?' Ta hanyar bulala mai raɗaɗi da ba a yi watsi da ita ba, a ƙarshe an tura mutum zuwa ga Kasancewar Mara iyaka, wanda kyawunsa kaɗai ne zai jawo shi."

Ni da mai hikima mun kasance a Haikalin Kalighat na Calcutta, inda na je don ganin kyawunsa. Da wata alama mai karfi, abokin tarayyata ya yi watsi da wannan

kyakkyawan mutuncin.

"Bulo kuma turmi rera waka mu a'a mai ji waka; Lallai zuciya yana budewa kawai zuwa Lallai ɗan adam waka na kasancewa."

Mun yi tafiya zuwa ga hasken rana mai kyau a kofar shiga, inda tarin masu ibada ke wucewa.

"Kai karami ne." Mai hikimar ta yi min tambayoyi cikin tunani. "Indiya ma karama ce. Tsohon *rishis dīn ya ci* 5-3. Sun shimfida tsare-tsare na rayuwa ta ruhaniya da ba za a iya kawar da su ba. Ka'idojinsu na wauta sun isa ga wannan zamani da kasa. Ba su da tsari, ba su da kwarewa a kan dabarun abin duniya, ka'idodin horo suna kama da na Indiya har yanzu. A cikin shekaru aru-aru - fiye da malamai masu kunya suna son yin lissafi! - mai shakkar Lokaci ya tabbatar da darajar Vedic. Ku ɗauki ta a matsayin gadonku.

Yayin da nake bankwana da mai ba da shawara cikin girmamawa , sai ya bayyana wani

ra'ayi mai haske: "Bayan ka tafi nan yau, wani abin mamaki zai zo maka."

Na bar harabar haikalin na yi yawo ba tare da wata manufa ba. Na juya gefe, na ci karo da wani tsohon abokina - ɗaya daga cikin waɗannan mutanen da ke da dogon buri waɗanda ikon tattaunawa ba ya kula da lokaci kuma suna rungumar har abada.

"Zan sake ka nan da ɗan lokaci kaɗan, idan za ka gaya min duk abin da ya faru a cikin shekaru shida na rabuwarmu."

"Menene wani rashin jituwa! Ni dole ne tafi kai yanzu."

Amma ya riƙe ni a hannuna, yana fitar da wasu bayanai. Kamar kerkeci ne mai cin nama, na yi tunani a cikin nishaɗi; tsawon lokacin da na yi magana, haka nan yake jin yunwar da yake ji don samun labarai. A ciki na roki Allahn Kali da ta kirkiro wata hanya mai kyau ta tserewa.

Abokina ya bar ni ba zato ba tsammani. Na yi nishi da sauƙi na kuma ninka gudu na, ina tsoron sake komawa cikin zazzabin da ke damuna. Jin takun da ke tafe a bayana, sai na ƙara sauri. Ban yi ƙarfin halin kallon baya ba. Amma da ƙarfin hali, sai matashin ya sake haɗuwa da ni, yana rungume kafadata cikin fara'a.

"Na manta ban gaya maka Gandha Baba (Mai turare), wanda ke yi wa gidan nan ado." Ya nuna wani gida mai nisan 'yan yadi kaɗan. "Ka haɗu da shi; yana da ban sha'awa. Wataƙila ka sami wata irin kwarewa ta musamman. Sai anjima," kuma ya bar ni a zahiri.

Hasashen irin wannan nasiha game da *sadhu* a Haikalin Kalighat ya faɗo mini a rai. Da mamaki na shiga gidan aka shigar da ni cikin wani ɗaki mai kayan abinci. Taron mutane suna zaune, a Gabas, a nan da can a kan kafet mai kauri mai launin orange. Wani raɗa mai ban mamaki ya isa kunnena:

"Ga Gandha Baba a fatar damisa. Zai iya ba wa mara ƙamshi turaren kowace fure na halitta. ɗaya, ko farfaɗo da wani ya yi laushi fure, ko yi wani na mutum fata fitar da kaya mai daɗi kamshi.

Na kalli waliyyin kai tsaye; kallonsa na sauri ya tsaya a kaina. Yana da kiba da gemu, fata mai duhu da manyan idanu masu sheƙi.

"Dana, ina farin cikin ganinka. Ka faɗi abin da kake so. Za ka so turare?"

"Me za a yi?" Na yi tunanin kalamansa kamar na yara ne.

"Don jin dadin hanyar ban mamaki ta jin dadin turare." "Yin

amfani da Allah don yin kamshi?"

"Menene na shi? Allah yana yi turare ko ta yaya."

"Eh, amma yana kera kwalaben fure masu rauni don amfani sabo kuma a zubar da su. Za ku iya sake yin fure?"

"Ni zahiri turare, karami aboki.

"Sannan kamshi masana'antu nufin je fita na kasuwanci.

"Zan bar su su ci gaba da sana'arsu! Manufara ita ce in nuna ikon Allah." "Yallaɓai, shin ya zama dole in tabbatar da Allah? Shin ba yana yin mu'ujizai a cikin komai, ko'ina ba?" "Eh, amma mu ma ya kamata mu nuna wasu daga cikin nau'ikan halittarsa marasa iyaka."

"Har yausha aka dauki kafin ka kware a fannin fasaharka?" "Shekaru goma sha biyu."

"Don kera kamshi ta hanyar taurari! Da alama, waliyyina mai daraja, ka bata shekaru goma sha biyu don kamshi wanda za ka iya samu da 'yan rupees daga shagon mai furanni."

"Turare shudewa tare da furanni.

"Turare shudewa tare da mutuwa. Me yasa ya kamata Ni sha'awa wancan wanda yana farantawa Lallai jiki kawai?"

"Malam Falsafa, ka faranta min rai. Yanzu, ka mika hannunka na dama." Ya yi alamar albarka.

Ina da kafafu kafan daga Gandha Baba; babu wanda ya isa ya taɓa jikina. Na mika hannuna, wanda ɗan yoga bai taɓa ba.

"Wane turare kike so?"

"Rose."

"Ka kasance shi haka."

Abin mamaki, sai ga kamshin fure mai daɗi ya fito daga tsakiyar tafi hannuna. Na dauki wata babbar fure mai launin fari mara kamshi daga cikin wani tukunya da ke kusa da ni.

"Shin wannan furen mara wari zai iya cika da

jasmine?" "Ko haka ne."

Nan take wani kamshi mai kama da jasmine ya fito daga furannin. Na gode wa mai aikin al'ajabi kuma na zauna kusa da ɗaya daga cikin ɗalibansa. Ya sanar da ni cewa Gandha Baba, wanda sunansa na ainihi shine Vishudhananda, ya koyi wasu sirrin yoga masu ban mamaki daga wani kwararre a Tibet.

yogi, Ni ya kasance tabbas, yana da cimma Lallai shekaru na sama wani dubu shekaru.

"Almajirinsa Gandha Baba ba koyaushe yake yin turarensa ta hanyar magana mai sauƙi da kuka gani ba." Dalibin ya yi magana da alfahari a fili ga maigidansa. "Ayyukansa sun bambanta sosai, daidai da bambancin halaye. Yana da ban mamaki! Yawancin membobin masu hankali na Calcutta suna cikin mabiyansa."

Na yanke shawarar kada in kara kaina a cikin adadinsu. Wani malamin addini mai "ban mamaki" bai burge ni ba. Da ladabi na gode wa Gandha Baba, na tafi. Ina tafiya gida, na yi tunani a kan abubuwa uku da suka faru a ranar.

'Yar uwata Uma ta tarye ni yayin da na shiga kofar

Gurpar Road dɪnmu. "Kana kara yin kyau, kana

amfani da turare!"

Ba tare da wani kalma, Ni an yi motsi ta zuwa kamshi nawa hannu.

"Menene wani mai kyau fure kamshi! Yana shine ba a saba gani ba mai karfi!

Tunanin cewa "babban abu ne," na sanya furen mai kamshi a farkashin hancinta a hankali.

"Kai, ina son jasmine!" Ta kama furen. Wani abin mamaki ya ratsa fuskarta yayin da take shakar kamshin jasmine daga wani nau'in fure da ta san ba shi da kamshi. Martanin da ta yi ya kawar da zato na cewa Gandha Baba ya haifar da yanayin da ba shi da alaƙa da kai wanda ni kaɗai zan iya gano kamshin.

Daga baya na ji daga wani abokina, Alakananda, cewa "Wanda ya fi turare" yana da iko wanda ina fata miliyoyin mutanen Asiya da ke fama da yunwa da kuma na Turai a yau ma suna da shi.

"Na kasance tare da wasu baƙi ɗari a gidan Gandha Baba da ke Burdwan," Alakananda ya gaya mini. "Wani biki ne mai kayatarwa. Domin ana ganin yogi yana da ikon fitar da abubuwa daga iska mai laushi, na roƙe shi da dariya ya saka wasu tangerines na lokacin bazara. Nan da nan *luchis ya tashi* **da ci 5-4**, waɗanda ke kan dukkan faranti na ganyen ayaba suka yi kumfa. Kowanne ambulan burodi ya tabbatar yana ɗauke da ɗan tangerine da aka bare. Na ciji nawa cikin tsoro, amma na ga yana da daɗi.

Shekaru bayan haka, na fahimci yadda Gandha Baba ya cimma burinsa. Wannan hanyar, abin takaici! ta fi karfin waɗanda ke fama da yunwa a duniya.

Bambancin abubuwan da ke motsa ji da mutum ke amsawa - tactual, na gani, na sha'awa, na ji, da na kamshi - ana samar da su ne ta hanyar bambancin rawar jiki a cikin electrons da protons. Ana sarrafa girgizar ta hanyar "lifetrans," kananan karfin rayuwa ko kuzarin da ya fi na atomic wadanda aka cika da ra'ayoyi guda biyar na jin dadi - abubuwa masu ban mamaki.

Gandha Baba, yana daidaita kansa da farfin sararin samaniya ta hanyar wasu ayyukan yoga, ya sami damar jagorantar lifestrongs don sake tsara tsarin rawar jikinsu da kuma samar da sakamakon da ake so. Turarensa, 'ya'yan itacensa da sauran mu'ujizai ainihin abubuwan da suka faru ne na girgizar kasa, ba abubuwan da ke cikinsa da aka samar ta hanyar hypnotic ba. 5-5

Ayyukan mu'ujizai kamar yadda "Wanda Yake da Turare" ya nuna ba su da amfani a ruhaniya. Ba su da wani amfani fiye da nishadfi, sun zama karkacewa daga bincike mai zurfi game da Allah.

Likitoci sun yi amfani da hypnotism a kananan tiyata a matsayin wani nau'in chloroform na ruhaniya ga mutanen da ke cikin hadarin kamuwa da maganin sa barci. Amma yanayin hypnotic yana da illa ga waƙanda galibi ake yi musu; wani mummunan tasiri na tunani yana faruwa wanda daga baya ke lalata kwayoyin kwakwalwa.

Hypnotism kutsa kai cikin yankin sanin wani. Abubuwan da ke faruwa na ɗan lokaci ba su da alaƙa da mu'ujizai da mutanen da suka fahimci Allah ke yi. Ku farka cikin Allah, tsarkaka na gaskiya suna yin canje-canje a cikin wannan duniyar mafarki ta hanyar wasiyya da ta dace da Mafarkin Halittar Duniya.

Malamai suna sukar nuna iko na musamman. Malamin sihiri na Farisa, Abu Said, ya taɓa yi wa wasu *fakir dariya* waƙanda suke alfahari da ikonsu na mu'ujiza a kan ruwa, iska, da sararin samaniya.

"Kwadi ma yana gida a cikin ruwa!" Abu Said ya nuna cikin izgili mai laushi. "Hakaka da ungulu suna tashi cikin sauki a sararin sama; Shaidan yana nan a lokaci guda a Gabas da Yamma! Mutum na gaske shine shi Hukumar Lafiya ta Duniya zama a cikin adalci a tsakanin nasa abokin aiki maza, Hukumar Lafiya ta Duniya sayayya kuma yana sayarwa, duk da haka shine ba za a taɓa yi ba Na manta da Allah nan take!" A wani lokaci kuma babban malamin Farisa ya ba da ra'ayinsa game da rayuwar addini kamar haka: "Ku ajiye abin da ke cikin kanku (sha'awa da buri na son kai); ku bayar da abin da ke hannunku cikin yardar rai; kuma kada ku taɓa yin kasa a gwiwa daga duka bala'o'i!"

Ba wani mai hikima mai son kai a Haikalin Kalighat ko kuma mai yoga da Tibet ta horar ba ya gamsar da sha'awar da nake da ita ta neman malami. Zuciyata ba ta buƙatar malami don gane ta, kuma ta yi ihu "Bravos!" cikin ƙarfi saboda ba a cika kiranta daga shiru ba. Lokacin da na haɗu da maigidana, ya koya mini ta hanyar misali kawai gwargwadon mutumin gaske.

5-1 : Kali wakiltar Lallai har abada ka'ida a cikin yanayi. Ita ce shine bisa ga al'ada hoton kamar yadda wani mai makamai huɗu mace, tsaye a kunne fom ɗin na Lallai Allah Shiva ko Lallai Babu iyaka, saboda yanayi ko Lallai abin mamaki duniya shine tushen a cikin Lallai Noumenon. The huɗu makamai suna wakiltar halaye na musamman, biyu masu alheri, biyu masu halakarwa, suna nuna mahimmancin abu biyu ko halitta.

5-2 : Cosmic mafarki; a zahiri, "da mai aunawa. *Maya* shine Lallai sihiri iko a cikin kirƙira ta hanyar wanda iyakoki kuma rarrabuwa sune a fili yanzu a cikin Lallai Ba a iya aunawa ba kuma Ba za a iya raba shi ba. Emerson ya rubuta Lallai

masu biyo baya waƙa, zuwa wanda shi bayar taken *Maya* :

Mafarki ayyuka wanda ba zai iya shiga ba, Saka yanar gizo ba za a iya kirgawa ba, Ita d'an luwadi hotuna ba za a taɓa yi ba kasa, Taron jama'a kowanne wani, mayafi a kunne lulluɓi, Mai fara'a wanda za a yi imani da shi Ta mutumin da .ke jin kishin a yaudare shi

5-3 : The *rishis* , a zahiri "masu kallo," sun kasance Lallai marubuta na Lallai *Vedas* a cikin

wani wanda ba a iya tantancewa ba tsohon zamani.. 5-4: Gurasar Indiya mai faɗi, zagaye.

Masu zaman kansu da kyar fahimta Lallai babba matakai na karni na ashirin kimiyya. Canji na karfe kuma wani :5-5 Mafarkan alchemical su ne gani cikawa kowace rana a cikin cibiyoyin na kimiyya bincike sama Lallai duniya. The fitattu Faransanci masanin kimiyya, M. Georges Claude, ya yi "mu'ujizai" a Fontainebleau a shekarar 1928 kafin a haɗa shi da kimiyya ta hanyar ilimin sinadarai na canjin iskar oxygen. "Sandar mai sihirinsa" iskar oxygen ce mai sauƙi, tana kumfa a cikin bututu a kan teburi. Masanin kimiyya "ya mayar da ɗan yashi zuwa duwatsu masu daraja, karfe ya zama kamar .cakulan da aka narke, kuma bayan ya hana furanni launinsu, ya mayar da su zuwa daidaiton gilashi

M. Claude ya bayyana yadda za a iya juya teku ta hanyar sauye-sauyen iskar oxygen zuwa miliyoyin fam na karfin "dawaki; yaya ruwa wanda kuraje shine ba dole ne konewa; yaya karami tuddai na yashi, ta hanyar wani mara aure shaka na Lallai bututun iskar oxygen, ana iya canza shi zuwa duwatsu masu daraja, ruby, da topazes; kuma ya annabta lokacin da zai yiwu mutane su yi tafiya a kasan teku ban da kayan aikin mai nutsewa. A karshe masanin kimiyyar ya ba .wa masu kallonsa mamaki ta hanyar mayar da fuskokinsu baki ta hanyar cire ja daga hasken rana

Wannan fitaccen masanin kimiyyar Faransa ya samar da iskar ruwa ta hanyar amfani da hanyar fadadawa wadda ta ba shi damar raba iskar da ke tsakanin nau'ikan iska daban-daban. iskar gas na Lallai iska, kuma yana da an gano daban-daban . hanyar na injina amfani na bambance-bambance na zafin jiki a cikin ruwan teku

BABI: 6

The Damisa Swami

"Ni suna da an gano Lallai Damisa Swami's adireshe. Bari mu ziyarci shi gobe."

Wannan shawarar maraba ta fito ne daga Chandi, ɗaya daga cikin abokaina na makarantar sakandare. Na yi sha'awar haɗuwa da waliyyin da, a rayuwarsa ta premonastic, ya kama damisa ya kuma yi yaƙi da su da hannunsa tsirara. Sha'awar samari game da irin waɗannan abubuwan ban mamaki tana da ƙarfi a cikina.

Washegari sanyi ya fara kamawa, amma ni da Chandi muka fita da fara'a. Bayan farautar banza a Bhowanipur, a wajen Calcutta, mun isa gidan da ke daidai. Kofar tana ɗauke da zoben ƙarfe guda biyu, waɗanda na ji suna hudawa. Duk da hayaniya, wani bawa ya zo da sauri cikin nutsuwa. Abin dariyarsa murmushi da aka nuna wancan baki, duk da nasu hayaniya, sun kasance babu ƙarfi zuwa damewa Lallai natsuwa na gidan waliyyi.

Da jin tsawatarwar da aka yi min, ni da abokin aikina muka yi godiya da aka gayyace mu zuwa ɗakin kwanan dalibai. Tsawon lokacin da muka yi a wurin ya haifar da shakku mara daɗi. Dokar Indiya da ba a rubuta ba ga mai neman gaskiya

ita ce hakuri; maigidan zai iya gwada sha'awar mutum don saduwa da shi da gangan. Likitoci da likitocin hakora suna amfani da wannan dabarar tunani kyauta a Yammacin duniya!

Daga farshe baran ya kira ni, ni da Chandi muka shiga wani daki mai barci. Shahararren Sohong ya doke ni **da ci 6-1**. Swami yana zaune a kan gadonsa. Ganin jikinsa mai ban mamaki ya shafe mu abin mamaki.

Da idanunmu masu kyalli, muka tsaya cak babu magana. Ba mu taɓa ganin irin wannan kirji ko kuma kamar kwallon kafa ba. A kan babban wuya, fuskar swami mai karfi amma mai natsuwa an kawata ta da mayafi masu gudana, gemu da gashin baki. Wani irin halaye masu kama da kurciya da kama da damisa sun haskaka a idanunsa masu duhu. Bai saka kaya ba, sai dai fatar damisa da ke kusa da kugunsa mai tsoka.

Da na samu muryoyinmu, ni da abokina muka gaisa da malamin, muna nuna sha'awarmu ga kwarewarsa a fagen wasan kyanwa mai ban mamaki.

"Don Allah ba za ka gaya mana yadda ake iya cin nasara a kan mafi muguntar namun daji, wato 'yan Bengals na sarauta ba?"

"Ya'yana maza, ba wani abu ba ne a gare ni in yi yaƙi da damisa. Zan iya yin hakan a yau idan ya zama dole." Ya yi dariya kamar yara. "Kuna kallon damisa kamar damisa; na san su a matsayin kuraye."

"Swamiji, ina tsammanin zan iya burge ni da tunanin cewa damisa kuliyoyi ne na farji, amma zan iya sa damisa ta yarda da hakan?"

"Tabbas karfi ma yana da mahimmanci! Ba za a iya tsammanin nasara daga jariri wanda ke tunanin damisa a matsayin kyanwa ta gida ba! Hannuna masu karfi su ne isassun makamai na."

Ya roke mu mu bi shi zuwa baranda, inda ya bugi gefen bango. Bulo ya faɗi kasa; sama ta leka ta cikin haƙorin bangon da ya face da karfin hali. Na yi tuntube cikin mamaki; wanda zai iya cire tubalan da aka yi da turmi daga bango mai karfi da bugu daya, na yi tunani, tabbas zai iya kawar da haƙoran damisa!

"Wasu maza suna da karfin jiki kamar nawa, amma har yanzu ba su da kwarin gwiwa sosai. Waɗanda suke da karfin jiki amma ba masu karfin tunani ba za su iya suma idan suka ga wata dabbar daji tana yawo a cikin daji cikin 'yanci. Damisa a cikin karfinta na halitta da kuma wurin zama ya bambanta sosai da dabbar da ake ciyar da ita da opium!

"Duk da haka, mutane da yawa masu karfin hali sun tsoratar da su cikin rashin taimako kafin harin da wani sarki Bengal ya kai musu. Don haka damisar ta mayar da mutumin, a cikin tunaninsa, zuwa ga yanayi mara tsoro kamar na kyanwar farji. Yana yiwuwa ga namiji, wanda yake da jiki mai karfi da kuma kuduri mai karfi, ya juya wa damisar baya, ya kuma tilasta ta ta yanke hukuncin rashin kariya daga farji. Sau nawa na yi haka!

Na yarda cewa titan da ke gabana ya iya yin juyin halittar tiger-pussycat. Ya yi kama da yana cikin yanayi na koyarwa; ni da Chandi mun saurara da girmamawa.

"Hankali shine mai riƙe tsokoki. Karfin bugun guduma ya dogara ne akan kuzarin

da ake amfani da shi; karfin da kayan aikin jikin mutum ke nunawa ya dogara ne akan karfinsa da jarumtarsa. Jiki ana kera shi kuma yana rike shi ta hanyar tunani. Ta hanyar matsin lamba na ilhami daga rayuwar da ta gabata, karfi ko rauni suna shiga cikin sanin ɗan adam a hankali. Suna bayyana a matsayin halaye, waɗanda daga baya suka zama jiki mai kyau ko mara kyau. Rauni na waje yana da asali na tunani; a cikin da'irar mugunta, jikin da ke ɗaure da ɗabi'a yana hana hankali. Idan maigidan ya yarda da kansa ya

bawa ne ya umarce shi, na karshen ya zama mai mulkin kama-karya; haka nan hankali yana bauta ta hanyar mika wuya ga umarnin jiki.

A bisa rokonmu, babban swami ya yarda ya gaya mana wani abu game da

rayuwarsa. "Burina na farko shine in yaki da damisa. Wasiyyata tana da

karfi, amma jikina ya yi rauni."

Na ji wani irin mamaki ya fito daga raina. Abin mamaki ne cewa wannan mutumin, wanda yanzu "yana da kafadu na Atlantean, yana da karfin daukar nauyi," ya taɓa samun rauni.

"Ta hanyar dagewa da kuma jajircewa a tunanin lafiya da karfi ne na shawo kan nakasata. Ina da dukkan dalilan da zan daukaka karfin tunani mai karfi wanda na ga shi ne ainihin wanda ya yi wa masarautar Bengals mulkin mallaka."

"Shin kana tsammanin, mai daraja swami, zan iya yaki da damisa?" Wannan shine karo na farko, kuma na karshe, da wannan babban buri ya taɓa ziyarta a raina!

"Eh." Yana murmushi. "Amma akwai nau'ikan damisa da yawa; wasu suna yawo a cikin dazuzzukan sha'awar ɗan adam. Babu wata fa'ida ta ruhaniya da ke samuwa ta hanyar buga dabbobi a sume. A maimakon haka, ka yi nasara a kan masu yawo a ciki."

"Mayu mu ji, yallabai, yaya kai ya canza daga wani mai tamer na daji damisa zuwa wani mai tamer na daji sha'awa?"

Damisar Swami ta faɗi cikin shiru. Nisa ta shigo masa, tana nuna masa wahayi na shekarun da suka gabata. Na fahimci ɗan wahalar da yake sha don yanke shawara ko zai biya bukatata. A karshe ya yi murmushi cikin yarda.

"Lokacin da shaharata ta kai kololuwa, hakan ya kawo maye na girman kai. Ba wai kawai na yanke shawarar yaki da damisa ba, har ma na nuna su ta hanyoyi daban-daban. Burina shi ne in tilasta wa dabbobin daji su yi kamar waɗanda aka yi wa kiwon dabbobi. Na fara yin ayyukana a bainar jama'a, tare da samun nasara mai gamsarwa.

"Daya daga cikinsu maraice nawa uba shiga nawa ɗaki a cikin mai tunani yanayi.

"Dana, ina da kalmomin gargafi. Zan cece ka daga munanan abubuwa da ke tafe, waɗanda ke haifar da tayoyin nika na dalili da sakamako."

"Kai mai son mutuwa ne, Baba? Shin ya kamata a bar camfi ya canza launin ruwan ko ayyukana masu karfi?"

"Ni ba mai kisan kai ba ne, ɗana. Amma ina imani da dokar ramuwa mai adalci, kamar yadda aka koyar a cikin littattafai masu tsarki. Akwai kiyayya a kanka a cikin dangin daji; wani lokacin yana iya zama sakamakonka."

"Baba, ka bani mamaki! Ka san damisa sosai - kyau amma marasa tausayi! Ko da bayan cin wani abu mai yawa na wani halitta mara sa'a, damisa ta fara jin sha'awar ganin sabon abincinta. Watafila barewa ce mai farin ciki, tana yawo a kan ciyawa daji. Ta kama ta ta ciji wani rami a makogwaronta mai laushi, wannan dabbar mai mugunta tana ɗandano ɗan jinin kuka kawai,

kuma zai tafi nasa wandon hanya.

"Damisa su ne mafi raina a cikin nau'in daji! Wa ya sani? Duka na na iya sanya ɗan hankali a cikin kawunansu masu kauri. Ni shugaban makaranta ne a makarantar kammala dazuzzuka, don in koya musu ɗabi'u masu laushi!"

"Don Allah, Baba, ka ɗauke ni a matsayin mai tama da damisa ba tare da ka taɓa zama mai kisan damisa ba. Ta yaya kyawawan ayyukana za su iya ɓata mini rai? Ina rokonka kada ka sanya wani umarni da zai sa in canza salon rayuwata."

Ni da Chandi mun kasance masu kulawa, muna fahimtar matsalar da ta gabata. A Indiya yaro ba ya yin biyayya ga bukatun iyayensa kaɗan.

"A cikin shiru Baba ya saurari bayani na. Ya bi shi da wani bayani wanda ya furta da gaske.

"Dana, ka tilasta mini in faɗi wani annabci mai ban tsoro daga leɓunan wani waliyyi. Ya kusance ni jiya yayin da nake zaune a kan baranda ina yin bimbini a kullum."

""Aboki na, na zo da sako ga ɗanka mai faɗa. Bari ya daina ayyukansa na mugunta. In ba haka ba, haɗuwarsa ta gaba da damisa za ta haifar da mummunan raunuka, sannan ta biyo bayan wata shida na rashin lafiya mai tsanani. Sannan zai bar halayensa na baya ya zama sufi."

"Wannan labarin bai burge ni ba. Na yi tunanin cewa Baba ya kasance wanda aka zalunta da rashin imani daga wani mai tsattsauran ra'ayi."

Damisar Swami ta yi wannan iƙirari da rashin haƙuri, kamar dai tana da wani wauta. Shiru na dogon lokaci, sai ya yi kama da bai san da kasancewarmu ba. Lokacin da ya ɗauki zaren labarinsa, sai ya yi shiru ba zato ba tsammani, da muryar da ta yi sanyi.

"Ba da daɗewa ba bayan gargadin Baba, na ziyarci babban birnin Cooch Behar. Yankin mai kyau sabon abu ne a gare ni, kuma na yi tsammanin canji mai daɗi. Kamar yadda aka saba a ko'ina, taron jama'a masu son sani suna bin ni a kan tituna. Ina jin ɗan tsokaci a rada:

""Wannan shine mutumin da ke

yaki da damisa na daji.' ""Yana da

kafafu, ko kuma gangar jikin

itace?'

"Duba a nasa fuska! Shi dole ne zama wani shiga jiki na Lallai sarki na damisa kansa!"

"Ka san yadda kauye ke aiki kamar bugu na karshe na jarida! Da irin saurin da wasifun jawabi na mata ke yawo daga gida zuwa gida! Cikin 'yan awanni kaɗan, duk birnin ya shiga cikin farin ciki da kasancewara."

"Ina hutawa a hankali da yamma, sai na ji karar dawaki masu gudu. Sun tsaya a gaban gidana. Wasu 'yan sanda dogaye da aka yi wa rawani suka shigo.

"Na yi mamaki. 'Duk abu mai yiwuwa ne ga waɗannan halittun dokokin ɗan adam,' na yi tunani. 'Ina mamakin ko za su kai ni ƙara game da al'amuran da ba ni da masaniya a kansu.' Amma jami'an suka sunkuyar da kansu cikin ladabi ba zato ba tsammani.

"Mai girma, an aiko mu ne mu yi maka maraba a madadin Yariman Cooch Behar. Yana farin cikin gayyatarƙa zuwa fadarsa gobe da safe."

"Na yi ta hasashen yiwuwar hakan a wani lokaci. Saboda wani dalili da ba a san ko shi wanene ba, na yi nadama sosai game da wannan katsewar da na yi a cikin tafiyar da na yi cikin natsuwa. Amma yadda 'yan sandan suka yi ta rokona ya motsa ni; na yarda na tafi.

"Washegari na rikice, aka raka ni daga ƙofar gidana cikin wata babbar motar bas da dawaki huɗu suka zana. Wani bawa ya riƙe laima mai ado don kare ni daga hasken rana mai zafi. Na ji daɗin tafiya mai daɗi ta cikin birnin da kuma bayan daji. Sarkin da kansa yana ƙofar fadar don yi mini maraba. Ya miƙa mini kujerarsa mai launin zinare, yana murmushi yana sanya kansa a kan kujera mai sauƙi.

"Duk wannan ladabi tabbas zai sa na rasa wani abu!' Na yi tunani cikin mamaki. Dalilin yarima ya bayyana ne bayan wasu kalamai marasa ma'ana.

"Birnina cike yake da jita-jitar cewa za ka iya yaƙar damisa na daji da komai sai hannunka tsirara. Shin gaskiya ne?"

"Yana shine sosai gaskiya ne.'

"Da kyar na yarda da hakan! Kai ɗan ƙasar Bengali ne na Calcutta, wanda aka renon shi da farin shinkafar mutanen birni. Don Allah ka faɗi gaskiya; shin ba kawai dabbobin da ba su da kashin baya ba ne, waɗanda ake ciyar da su da opium?' Muryarsa tana da ƙarfi da kuma ba'a, tana da lafazin lardin.

"Ni an ba da garanti a'a amsa zuwa nasa cin mutunci tambaya.

"Ina ƙalubalantarka ka yi yaƙi da damisar da na kama, Raja Begum. **6-2** Idan za ka iya yin nasara a kan sa, ka ɗaure shi da sarka, ka kuma bar kejinna a cikin yanayi na sani, za ka sami wannan masarautar Bengal! Za a kuma ba ka dubban rupees da wasu kyaututtuka da yawa. Idan ka ƙi haɗuwa da shi a yaƙi, zan yi amfani da sunanka a duk faɗin jihar a matsayin mai ruɗi!

"Maganar rashin kunyarsa ta same ni kamar harsashi. Na harba da fushi. Rabin ya tashi daga kujera cikin farin ciki, yarima ya nutse da murmushin mugunta. An tunatar da ni sarakunan Romawa waɗanda suka yi farin ciki da sanya Kiristoci a fagen wasan dabbobi.

"Za a shirya wasan na tsawon mako guda daga yanzu. Ina da nadamar rashin ba ku izinin ganin damisar a gaba."

"Ko yariman yana jin tsoron in nemi in yi wa dabbar sihiri, ko kuma in ba shi opium a foye, ban sani ba!"

"Na bar fadar, ina lura da cewa yanzu laima da kocin da ke cikin motar sun face."

"A mako mai zuwa na shirya hankalina da jikina cikin tsari don jarabar da ke tafe. Ta wurin bawana na ji labarai masu ban mamaki. Hasashen waliya ga mahaifina mai tsanani ya fito daga kasashen waje, yana faɗaɗa yayin da yake gudu. Mutane da yawa daga cikin kauyuka sun yi imani da cewa wani mugun ruhu, wanda alloli suka la'anta, ya sake rayuwa a matsayin damisa wanda ke daukar siffofi daban-daban na aljanu da daddare, amma ya kasance dabba mai ratsi a rana. Wannan damisar aljanu an yi zaton ita ce aka aiko don tawali'u na.

"Wani sabon salo na tunani shi ne cewa addu'o'in dabbobi ga Tiger Heaven ya sami amsa kamar Raja Begum. Shi ne zai zama kayan aikin hukunta ni - mai karfin hali, mai cin mutunci ga dukkan nau'in damisar! Mutum mara gashi, mara gashi, wanda ke da karfin halin kalubalantar damisar mai rike da kusoshi masu karfi! Dabin damisar da aka wulakanta - waɗanda kauyen ya ayyana - ya tattara isassun karfin aiki don aiwatar da boyayyun dokoki da kuma kawo karshen mai taurin kai na damisar .

"Bawana ya kara sanar da ni cewa yarima yana cikin waɗanda ke kula da faɗa tsakanin mutum da dabba. Shi ne ya jagoranci gina wani rumfar da ba ta fuskantar guguwa, wadda aka tsara don daukar nauyinta." dubban mutane. Nasa tsakiya an gudanar Raja Begum a cikin wani babban karfe keji, kewaye kusa da wani dakin tsaro na waje. Fursunonin sun yi ta hayaniyar jini ba kakkautawa. An ciyar da shi kaɗan-kaɗan, don ya haifar da yunwa mai zafi. Watakila yarima ya yi tsammanin ni ne abincin lada!

"Taron jama'a daga birni da kewaye sun sayi tikiti cikin himma don mayar da martani ga bugun ganga da ke shelar gasar ta musamman. Ranar yakin ta ga ɗaruruwan mutane sun juya baya saboda rashin kujeru. Maza da yawa sun fasa kofofin tanti, ko kuma sun cika ko'ina a karkashin gidajen tarihi."

Yayin da labarin Tiger Swami ya kusan kai kololuwa, farin cikina ya karu; Chandi ma ya yi shiru sosai.

"Cikin fashewar sauti mai karfi daga Raja Begum, da kuma taron jama'a da suka firgita, na bayyana a hankali. Da na yi tsalle a kuguna, sai na ji babu kariya daga tufafi. Na buɗe kofar dakin tsaro na kulle ta a bayana cikin nutsuwa. Damisar ta ji jini. Tana tsalle da kara mai karfi a kan sandunansa, sai ya yi maraba mai ban tsoro. Masu sauraro sun yi shiru da tsoro mai ban tausayi; na yi kama da ɗan rago mai tawali'u a gaban dabbar da ke tashi.

"A cikin wani yanayi na musamman, ina cikin kejin; amma yayin da na rufe kofar, Raja Begum ya yi min kaca-kaca. Hannuna na dama ya tsage sosai. Jinin ɗan adam, mafi kyawun abin da damisa za ta iya sani, ya faɗi a cikin rafuffuka masu ban tsoro.

Annabcin waliyyi ya yi kama da zai cika.

"Na tashi nan take daga firgicin raunin farko da na samu. Korar da ni daga cikin damuwa. Ganin yatsun hannuna masu rauni ta hanyar tura su a karkashin kugu na, na juya hannuna na hagu da bugun kashi mai fashewa. Dabbar ta juya baya, ta zagaya bayan kejin, ta yi gaba da karfi. Shahararriyar azabar da na sha ta kama shi ta yi masa zafi.

"Amma dandanon jinin Raja Begum ya yi kama da ɗan giya na farko da ya fara sha ga wani ɗan dipsomania da aka daɗe ana nema. Saboda karar da ke kara, hare-haren wannan azzalumi sun karu da fushi. Rashin iya kare kaina da hannu ɗaya kawai ya sa ni cikin haɗari kafin a yi min tiyatar farce da hakora. Amma na ɗauki fansa mai ban tsoro. Mun yi ta fama da juna, muka yi ta faman neman mafita. An yi ta fama da rikici a keji, yayin da jini ke yawo a ko'ina, kuma ana jin zafi da kuma sha'awa mai kisa daga makogwaro.

"'Ku harbe shi!' 'Ku kashe damisar!' Sai ihu ya tashi daga masu sauraro. Mutum da dabba sun yi sauri sosai, cewa harsashin mai gadi ya yi kuskure. Na tattara dukkan karfina, na yi ihu mai karfi, sannan na sami bugun karshe mai kama da na ciki. Damisar ta faɗi ta kwanta a hankali.

"Kamar yadda wani farji!" Ni an katse shi.

The swami dariya a cikin mai zuciya godiya, to ci gaba Lallai mai ban sha'awa labari.

"A karshe an ci Raja Begum. Girman sarautarsa ya kara kaskantar da shi: da hannayena da suka yi rauni, na buɗe muƙamuƙinsa da karfin hali. Na ɗan lokaci, na riƙe kaina a cikin tarkon mutuwa mai hamma. Na duba ko'ina don neman sarka. Na jawo ɗaya daga cikin tarin da ke kasa, na ɗaure damisar da wuyansa zuwa sandunan keji. Cikin nasara na matsa zuwa kofar.

"Amma wancan mugun jiki, Raja Begum, yana da juriya cancanta na nasa an yi zaton mai shaidan asali. Da wani irin bugu mai ban mamaki, ya karya sarkar ya yi tsalle a bayana. Kafadata ta yi sauri a muƙamuƙinsa, na faɗi da karfi. Amma a cikin wani irin bugu na sa aka manne shi a kasata. Bayan duka mara tausayi, dabbar mai ha'inci ta nutse cikin rashin sani. A wannan karon na tsare shi a hankali. A hankali na fita daga kejin.

"Na tsinci kaina cikin wani sabon hayaniya, a wannan karon abin farin ciki ne. Muryar jama'a ta fashe kamar daga babban makogwaro guda ɗaya. Cikin mummunan rauni, har yanzu na cika sharuɗɗa uku na faɗa - harbin damisar, ɗaure shi da sarka, sannan na bar shi ba tare da buƙatar taimako ba. Bugu da ƙari, na ji rauni sosai kuma na tsorata dabbar mai zafin rai har ya gamsu da watsi da kyautar da ta dace da kaina a bakinsa!

"Bayan an yi min magani, an girmama ni kuma an yi min ado da duwatsu masu daraja; daruruwan zinare sun yi ta zuba a kafafuna. Duk birnin ya shiga lokacin hutu. An ji tattaunawa mara iyaka a kowane bangare game da nasarar da na samu a kan daya daga cikin damisa mafi girma kuma mafi mugunta da aka taba gani. An gabatar mini da Raja Begum, kamar yadda aka yi alkawari, amma ban ji wani farin ciki ba. Canjin ruhaniya ya shiga zuciyata. Da alama da fitowar da na yi daga kejin na rufe kofar burina na duniya.

"Wani lokaci mai wahala ya biyo baya. Na shafe watanni shida ina kwance kusa da mutuwa sakamakon gubar jini. Da zarar na warke daga Cooch Behar, sai na koma garinmu na haihuwa.

"Na san yanzu cewa malamina shine mutumin tsarki wanda ya ba da gargadin hikima." Na yi wannan iƙirari ga mahaifina cikin tawali'u. 'Kai, da ace zan iya samunsa!' Burina na gaskiya ne, domin wata rana waliyyi ya iso ba tare da an sanar da shi ba.

"Ya isa haka na damisa tausasawa. Shi ya yi magana tare da natsuwa tabbacin. 'Zo tare da ni; Ni nufin koyar kai zuwa

Ka mallaki dabbobin jahilci da ke yawo a cikin dazuzzukan tunanin ɗan adam. Ka saba da masu sauraro: bari ya zama tarin mala'iku, waɗanda ke nishadantar da kwarewarka mai ban sha'awa ta yoga!

"Gwani mai tsarki na ya shigar da ni cikin tafarkin ruhaniya. Ya buɗe kofofin raina, yana da tsatsa kuma yana da juriya, ba tare da amfani da shi ba na dogon lokaci. Ba da daɗewa ba muka fara horo a Himalayas."

Ni da Chandi muka durkusa a kafafun swami, muna godiya da bayaninsa mai haske game da rayuwa mai cike da guguwa. Na ji an biya ni sosai saboda dogon lokacin da na ɗauka ina jira a ɗakin sanyi!

.....
6-1 : *Sohong* ya kasance nasa 'yan sufaye suna. Shi ya kasance jama'a sananne kamar yadda Lallai "Damisa Swami."

6-2 : "Yarima Gimbiya"-so mai suna zuwa nuna wancan wannan dabba mallaka Lallai a hade tashin hankali na damisa kuma damisa.

BABI: 7

The Kara yawan aiki Waliyyi

"Na ga wani yogi ya rage a sararin sama, kafafu da yawa a sama da kasa, jiya da daddare a wani taron rukuni." Abokiyata, Upendra Mohun Chowdhury, ta yi magana mai ban sha'awa.

Na yi masa murmushi mai cike da farin ciki. "Watafila zan iya gane sunansa. Shin Bhaduri Mahasaya ne, na Upper Circular Road?"

Upendra ta gyada kai, ta ɗan yi mamaki da rashin zama mai ɗaukar labarai. Sha'awar da nake da ita game da waliyyai ta shahara a tsakanin abokaina; sun yi farin cikin sanya ni kan sabuwar hanya.

"Mai yin yoga yana zaune kusa da gidana har nakan ziyarce shi sau da yawa." Kalmomina sun jawo hankalin Upendra sosai, kuma na kara samun kwarin gwiwa.

"Na gan shi a cikin manyan nasarori. Ya kware a fannoni daban-daban *na pranayamas* **da ci 7-1**. na tsohon yoga mai ninki takwas da Patanjali ya tsara. **7-2** Wata rana Bhaduri Mahasaya ya yi *Bhastrika Pranayama* a gabana da karfi mai ban

mamaki har da alama guguwa ta taso a dakin! Sai ya kashe tsawa mai karfi ya ci gaba da zama ba tare da motsi ba cikin yanayi mai girma na sumewa. **7-3** Yanayin zaman lafiya bayan guguwar ya bayyana sosai fiye da yadda aka manta da shi.

"Ni an ji wancan Lallai waliyyi ba za a taɓa yi ba ganye nasa gida." Upendra's sautin ya kasance wani karamin abu rashin yarda.

"Hakika gaskiya ne! Ya zauna a cikin gida tsawon shekaru ashirin da suka gabata. Yana sassauta dokar da ya sanya wa kansa a lokutan bukukuwanmu masu tsarki, lokacin da yake zuwa bakin titinsa! Mabarata suna taruwa a can, domin an san Saint Bhaduri da tausayinsa."

"Yaya yana yi shi saura a cikin Lallai iska, kin amincewa Lallai doka na nauyi?"

"Jikin yogi yana rasa kazanta bayan ya yi amfani da wasu *pranayamas* . Sannan zai yi tsalle ko yawo kamar kwado mai tsalle. Har ma da tsarkaka waɗanda ba sa yin yoga na yau da kullun ~~7-4~~ an san su da yin sujada a lokacin da suke cikin tsananin ibada ga Allah."

"Ina so in kara sanin wannan mai hikima. Shin kana halartar tarurrukansa na yamma?" Idanun Upendra suna walƙiya da son sani.

"Eh, ina zuwa sau da yawa. Ina jin daɗin hikimar da ke cikin hikimarsa sosai. Wani lokaci dariya ta mai tsawo tana faɗa taronsa. Waliyyin bai ji daɗi ba, amma almajiransa suna kama da wuƙaƙe!"

A kan hanyara ta dawowa gida daga makaranta a wannan rana, na wuce kabarin Bhaduri Mahasaya na yanke shawarar zuwa ziyara. Babu wanda zai iya shiga wurin yoga ga jama'a. Wani almajiri shi kaɗai, wanda ke zaune a bene na ƙasa, yana tsaron sirrin maigidansa. Dalibin ya kasance kamar martinet; yanzu ya tambaya a hukumance ko na yi "baiko." Malaminsa ya bayyana a daidai lokacin da ya dace don ya cece ni daga faɗa lokaci.

"Bari Mukunda ya zo lokacin da zai yi." Idanun mai hikima suka yi walƙiya. "Dokar da nake bi ta kebewa ba don jin daɗin kaina ba ce, amma don na wasu. Mutanen duniya ba sa son gaskiya da ke wargaza ruɗunsu. Waliyyai ba wai kawai ba su da yawa ba ne amma suna da ban tsoro. Ko a cikin littafi mai tsarki, sau da yawa ana ganin suna jin kunya!"

Na bi Bhaduri Mahasaya zuwa gidansa mai wahala a saman bene, wanda ba kasafai yake motsawa ba. Malamai galibi suna yin watsi da yanayin duniyar, ba tare da mayar da hankali ba har sai sun kasance masu mahimmanci a cikin shekaru. Ba mutanen zamanin hikima kaɗai ba ne waɗanda ke cikin kunkuntar zamani.

"Maharishi, ~~7-5~~ kai su ne Lallai na farko Yogi Ni suna da sananne Hukumar Lafiya ta Duniya koyaushe zama a cikin gida."

"Allah shuke-shuke nasa waliyyai wani lokacin a cikin wanda ba a zata ba ƙasa, kada mu yi tunani mu watan Mayu rage Shi zuwa wani mulki!"

Mai hikimar ya kulle jikinsa mai kuzari a cikin yanayin lotus. A shekarunsa na saba'in, bai nuna wata alama ta tsufa ko rashin zaman lafiya ba. Mai farfin hali da kuma madaidaiciya, ya kasance mai kyau a kowane fanni. Fuskarsa ta kasance mai haske. na *rishi* , kamar yadda aka bayyana a cikin tsoffin rubuce-rubuce. Mai girman kai, mai gemu mai yawa, koyaushe yana zaune a tsaye, idanunsa masu natsuwa suna kallon Komai.

The waliyyi kuma Ni shiga Lallai mai tunani jiha. Bayan wani awa, nasa mai laushi murya an tayar da shi ni.

"Sau da yawa kana shiga cikin shiru, amma shin ka ci gaba da *anubhava*?" 7-6 Yana tunatar da ni in kaunaci Allah fiye da yin bimbini. "Kada ka yi kuskuren fahimtar dabarar da ake amfani da ita a matsayin Manufar."

Ya ba ni ɗan mangwaro. Da wannan barkwanci mai dadɗi da na ji dadɗi a cikin yanayinsa na kabari, ya ce, "Mutane gabaɗaya sun fi son *Jala Yoga* (haɗin kai da abinci) fiye da *Dhyana Yoga* (haɗin kai da Allah)."

Nasa yogic barkwanci abin ya shafa ni cikin hayaniya.

"Kai abin dariya ne!" Wani haske mai dadɗi ya shigo masa. Fuskar sa koyaushe tana da gaske, amma tana tabawa da murmushi mai dadɗi. Manyan idanunsa masu launin lotus suna ɗauke da dariya ta allahntaka da aka foye.

"Waɗannan wasikun sun fito ne daga nesa da Amurka." Mai hikimar ya nuna ambulaf masu kauri da yawa a kan teburi. "Ina yin wasika da wasu kungiyoyi da ke can waɗanda membobinsu ke sha'awar yoga. Suna sake gano Indiya, tare da fahimtar alkibla mafi kyau fiye da Columbus! Ina farin cikin taimaka musu. Ilimin yoga kyauta ne ga duk wanda zai karɓa, kamar hasken rana mara ado.

"Abin da *Rishis* ya ɗauka a matsayin mai muhimmanci ga ceton ɗan adam ba sai an rage shi ga Yamma ba. Duk da cewa a cikin rai, duk da bambancin da ke cikin kwarewa ta waje, Yamma ko Gabas ba za su bunkasa ba idan ba a yi wani nau'in yoga na horo ba."

Waliyyin ya rike ni da idanunsa masu natsuwa. Ban fahimci cewa jawabinsa jagora ne na annabci da aka foye ba. Sai yanzu ne, yayin da nake rubuta waɗannan kalmomin, na fahimci cikakken ma'anar a cikin maganganun da ya saba ba ni cewa wata rana zan kai koyarwar Indiya zuwa Amurka.



BHADURI MAHASAYA
"The Kara yawan aiki Waliyyi"

"Yallaɓai," na tambaya, "me yasa ba ka rubuta littafi kan yoga don amfanin duniya ba?" "Ina horar da almajirai," Ya amsa. "Su da ɗalibansu za su zama masu rai, shaida a kan rugujewar lokaci ta halitta da kuma fassarar da ba ta dace ba ta masu suka."

"Maharishi, Ni fata kai zai rubuta wani littafi a kunne yoga don Lallai fa'ida na Lallai duniya."

"Ina horar da almajirai. Su da ɗalibansu za su zama masu rai, shaida kan wargajewar lokaci ta halitta da kuma fassarar da ba ta dace ba ta masu suka." Hankali na Bhaduri ya sake jefa ni cikin wani irin dariya.

Na kasance ni kaɗai tare da yogi har sai da almajiransa suka isa da yamma. Bhaduri Mahasaya Ya shiga ɗaya daga cikin jawabansa marasa misaltuwa. Kamar ambaliyar ruwa mai natsuwa, ya share tarkacen tunanin masu sauraronsa, yana shawagi da su zuwa ga Allah. An bayyana misalansa masu ban mamaki da kyau a cikin harshen Bengali.

A daren yau Bhaduri ya yi bayani dalla-dalla kan fannoni daban-daban na falsafa da suka shafi rayuwar Mirabai, wata gimbiya Rajputani ta zamanin da wadda ta yi watsi da rayuwarta ta fada don neman rakiyar sadhus. Wani babban sannyasi ya ƙi tarbarta saboda ita mace ce; amsar da ta bayar ta sa shi ya mife tsaye cikin tawali'u.

"Ku gaya wa maigidan," in ji ta, "ban san akwai wani Namiji a duniya ba sai Allah; shin mu duka ba mata ba ne a gabansa?" (Ra'ayin littafi mai tsarki game da Ubangiji a matsayin kawai Ka'idar Halitta Mai Kyau, halittarsa ba komai ba ce sai *maya mai aiki tukuru* .)

Mirabai ta rubuta wakoki da yawa masu kayatarwa waɗanda har yanzu suna da daraja a Indiya; na fassara ɗaya daga cikinsu a nan:

"Idan da Allah zai iya gane ta hanyar yin
wanka a kullum, da na zama babban kifi a
cikin zurfin teku;
Idan ta hanyar cin saiwoyi da 'ya'yan itatuwa za a
iya saninsa da farin ciki da zan zaɓi siffar
akuya;
Idan ƙidayar rosaries ta bayyana masa, da
na yi addu'ata a kan manyan duwatsu; Idan
na yi sujada a gaban hotunan dutse, da na
yi masa sujada a cikin tawali'u;
Idan da za a iya shayar da Ubangiji ta hanyar
shan madara, da yawa daga cikin 'yan maruka

da yara za su san shi;

Idan barin matar mutum zai kira Allah, shin
dubbai ba za su zama babangida ba?

Mirabai ta san cewa neman Allahntaka abu
ɗaya tilo da ba makawa shine Soyayya.

Dalibai da yawa sun saka kuɗin rupee a cikin takalman Bhaduri waɗanda ke kwance a gefensa yayin da yake zaune cikin yanayin yoga. Wannan kyautar girmamawa, wadda aka saba bayarwa a Indiya, tana nuna cewa almajirin yana sanya kayansa a kafafun malamin. Abokai masu godiya su ne kawai Ubangiji a ɓoye, suna kula da nasa.

"Malam, kai abin mamaki ne!" Wani ɗalibi, yana tafiya da sauri, ya kalli mai hikimar ubangidansa cikin tsananin mamaki. "Ka yi watsi da dukiya da jin daɗi don neman Allah ka koya mana hikima!" An san cewa Bhaduri Mahasaya ya yi watsi da dukiyar iyali mai yawa tun yana karami, lokacin da ya shiga tafarkin yoga cikin tunani ɗaya.

"Kana juya shari'ar!" Fuskar waliyyin tana da ɗan tsawatarwa. "Na bar 'yan kuɗi kaɗan, kaɗan karama jin daɗi, don wani sararin samaniya daular na marar iyaka ni'ima. Yaya to suna da Ni an hana Ni kaina wani abu? Na san farin cikin raba taska. Shin hakan sadaukarwa ce? Mutanen duniya marasa hangen nesa hakika su ne ainihin waɗanda suka ki! Suna barin wani abu na allahntaka wanda ba a iya misaltawa da shi ba don 'yan wasan duniya marasa galihu!

Na yi dariya game da wannan ra'ayi mai ban mamaki na fin yarda - wanda ke sanya murfin Croesus ga duk wani mai bara mai tsarki, yayin da yake mayar da duk attajirai masu alfahari zuwa shahidai marasa sani.

"Umarnin Allah yana tsara makomarmu cikin hikima fiye da kowace kamfanin inshora." Kalmomin karshe na maigidan sune imani da aka tabbatar da imaninsa. "Duniya cike take da masu imani marasa jin daɗi a cikin tsaro na waje. Tunaninsu masu ɗaci kamar tabo ne a goshinsu. Wanda ya ba mu iska da madara daga numfashinmu na farko ya san yadda zai samar wa bayinsa kowace rana."

Na ci gaba da ayyukan ibadata bayan makaranta har zuwa kofar waliyyi. Da himma a ɓoye ya taimaka mini na isa ga *anubhava* . Wata rana ya kaura zuwa titin Ram Mohan Roy, nesa da unguwar gidana da ke kan titin Gurpar. Almajiransa masu kauna sun gina masa sabon wurin ibada, wanda aka sani da "Nagendra Math." 7-7

Ko da yake hakan ya sa ni gaba da labarina nan da shekaru da dama, zan ba da labarin kalmomin karshe da Bhaduri Mahasaya ya ba ni. Ba da daɗewa ba kafin in hau jirgin ruwa zuwa Yamma, na neme shi na durkusa cikin tawali'u don albarkar bankwanarsa:

"Dana, ka tafi Amurka. Ka ɗauki darajar Indiya mai launin toka a matsayin garkuwarka. Nasara ta tabbata a kan goshinka; mutanen da ke nesa masu daraja za su karɓe ka da kyau."

Babban mai bayyana yoga na da.

Farfesoshin Faransa su ne na farko a Yamma da suka yarda su binciki kimiyya game da yuwuwar masu zurfin :7-3 tunani hankali. Farfesa Jules-Bois, memba na Lallai L'Ecole de Ilimin halin dan Adam na Lallai Sorbonne, an yi lacca a cikin Amurka a shekarar 1928; ya shaida wa masu sauraronsa cewa masana kimiyya na Faransa sun ba da girmamawa ga super sani, "wanda shine akasin tunanin Freud na rashin sani kuma shine ikon da ke sa mutum ya zama mutum da gaske ba kawai super-dabba ba." M. Jules-Bois ya bayyana cewa farkawar mafi girma "ba za a rikita shi da Coueism ko hypnotism ba. An daɗe ana gane wanzuwar wani super sani a falsafa, kasancewar a zahiri Oversoul ana magana na ta hanyar Emerson, amma kawai kwanan nan yana da shi kasance an gane a fannin kimiyya." The Faransanci masanin kimiyya mai nuni daga cikin abin da ya fi karfin sani akwai wahayi, baiwa, da dabi'un dabi'a. "Imani da wannan ba sihiri ba ne duk da cewa yana da

".an gane kuma mai daraja Lallai halaye wanda masu sihiri ya yi wa'azi

St. Theresa na Avila kuma wani Kirista waliyyai sun kasance sau da yawa an lura a cikin :7-4

".wani jiha na levitation. 7-5: "Babban mai hikima

.Ainihin fahimta na Allah :7-6

. The waliyyai cikakke suna ya kasance Nagendranath Bhaduri. *Lissafi* hanyar gidan dabbobi ko *ashram* :7-7

BABI: 8

Indiya Babban Masanin kimiyya, JC Bose

"Jagadis Chandra Bose's mara waya kirkira antedated wafancan na Marconi."

Da jin wannan tsokaci mai tayar da hankali, sai na yi tafiya kusa da wata kungiyar farfesoshi da ke tafiya a gefen hanya suna tattaunawa kan kimiyya. Idan dalilin da ya sa na shiga cikinsu shi ne girman kai na launin fata, na yi nadama. Ba zan iya musanta sha'awar da nake da ita ga shaidar da ke nuna cewa Indiya za ta iya taka rawa a fannin kimiyyar lissafi ba, ba kawai a fannin metaphysics ba.

"Menene yi kai mummunan, Yallabai?"

Farfesan ya yi bayani cikin girmamawa. "Bose shine mutum na farko da ya kirkira na'urar hada mara waya da kuma kayan aiki don nuna rabewar rakuman lantarki. Amma masanin kimiyyar Indiya bai yi amfani da abubuwan da ya kirkira a fannin kasuwanci ba. Ba da daɗewa ba ya mayar da hankalinsa daga abubuwan da ba su da tsari zuwa ga duniyar halitta. Binciken da ya yi a matsayinsa na masanin kimiyyar tsirrai ya zarce nasarorin da ya samu a matsayinsa na masanin kimiyyar lissafi."

Na gode wa malamina cikin ladabi. Ya kara da cewa, "Babban masanin kimiyya yana ɗaya daga cikin farfesoshi ɗan'uwana a Kwalejin Shugabanci."

Washegari na ziyarci masanin kimiyya a gidansa, wanda yake kusa da nawa a kan titin Gurpar. Na daɗe ina girmama shi daga nesa mai girmamawa. Kabarɪn da masanin tsirrai masu ritaya sun gaishe ni cikin ladabi. Mutum ne mai kyau, mai karfi a cikin shekarunsa na hamsin, mai gashi mai kauri, goshi mai faɗi, da kuma idanun mafarkin da ba a iya gani ba. Daidaiton sautinsa ya nuna halin kimiyya na tsawon rayuwarsa.

"Kwanan nan na dawo daga wani balaguro zuwa ga kungiyoyin kimiyya na Yamma. Membobinsu sun nuna sha'awarsu ga kayan aikin kirƙira na masu sauƙi waɗanda ke nuna yadda na kirƙira su ke aiki.

Hadfin kai mara rabuwa na dukkan rayuwa. **8-1** Gilashin Bose crescograph yana da girman girman miliyan goma. Gilashin yana faɗaɗa sau dubu kaɗan kawai; duk da haka ya kawo gagarumin ci gaba ga kimiyyar halittu. Gilashin yana buɗe hangen nesa marasa kiɗiddigewa.

"Ka yi abubuwa da yawa, yallaɓai, don hanzarta rungumar Gabas da Yamma a cikin hannun kimiyya mara son kai."

"Na yi karatu a Cambridge. Abin sha'awa ne yadda Yammacin duniya ke gabatar da dukkan ka'idoji ga gwajin gwaji mai kyau! Wannan tsari na gwaji ya tafi tare da baiwar zurfafa tunani wanda shine gadon Gabas ta. Tare sun ba ni damar wargaza shirun halittu na halitta waɗanda ba su da alaƙa da juna. Jadawalin labarin crescograph dina **8-2** shaida ce ga waɗanda suka fi shakkar cewa tsirrai suna da tsarin jijiyyoyi masu laushi da kuma nau'ikan tsarin jijiyyoyi daban-daban. rayuwa ta motsin rai. Soyayya, kiyayya, farin ciki, tsoro, jin daɗi, zafi, farin ciki, wauta, da kuma amsoshi marasa adadi ga abubuwan da ke motsa jiki sun zama ruwan dare gama gari a cikin tsirrai kamar yadda yake a cikin dabbobi.

"Ra'ayin rayuwa na musamman a cikin dukkan halittu zai iya zama kamar zane-zanen waƙa ne kawai kafin zuwanka, Farfesa! Wani waliyi da na taɓa sani ba zai taɓa tsinkar furanni ba. 'Shin zan kwace wa bishiyar fure girmanta a cikin kyau? Shin zan ɓata masa mutunci ta hanyar ɓata masa rai da mugunta?' Kalmominsa masu tausayi an tabbatar da su ta hanyar bincikenka!"

"Mawakin yana da kusanci da gaskiya, yayin da masanin kimiyya ke kusanarsa cikin rashin kunya. Wata rana ka zo dakin gwaje-gwaje na ka ga shaidar crescograph ɗin da ba a iya musantawa ba."

Da godiya na karɓi gayyatar, na kuma ɗauki tafiyara. Daga baya na ji cewa masanin tsirrai ya bar Kwalejin Shugabanci, kuma yana shirin gina cibiyar bincike a Calcutta.

Lokacin da aka buɗe Cibiyar Bose, na halarci hidimar keɓewa. Daruruwan mutane masu sha'awa sun yi yawo a cikin harabar. Na yi matukar farin ciki da fasaha da kuma alamar ruhaniya ta sabon gidan kimiyya. Na lura cewa kofar gabanta, wani abin tarihi ne mai tarihi daga wani wurin ibada mai nisa. Bayan lotus **8-3** marmaro, wata mace mai sassaka mai fitila tana nuna girmamawar Indiyawa ga mace a matsayin mai ɗaukar haske marar mutuwa. Lambun yana da karamin haikali da aka keɓe wa Noumenon fiye da abubuwan al'ajabi. An nuna tunanin rashin siffar allahntaka ta rashin siffar bagadi.



Ni kaina a Shekaru shida



JAGADIS CHANDRA BOSE

Indiya mai girma masanin kimiyyar lissafi, mai ilimin tsirrai, kuma mai kirƙira
na Lallai Crescograph

Bose's jawabi a kunne wannan mai girma lokaci kila suna da an bayar daga Lallai lebe
na ɗaya na Lallai wahayi na da

. *rishis*

"Na keɓe wannan Cibiyar a yau ba wai kawai a matsayin dakin gwaje-gwaje ba
amma a matsayin haikali." Rikonsa na girmamawa ya saci kamar mayafin da ba a

gani a kan babban dakin taro. "A cikin bincikena, an kai ni yankin kan iyaka na kimiyyar lissafi da ilimin halittar jiki ba tare da sanin ni ba. Abin mamaki, na same shi, na ga ya yi mini wuya.

Layukan iyakoki suna facewa, kuma wuraren hulɗa suna bayyana, tsakanin halittu masu rai da marasa rai. An ɗauki abu mara rai a matsayin wani abu banda marar rai; yana da ban tsoro a karkashin ikon iko da yawa.

"Martani na duniya baki ɗaya ya nuna cewa ƙarfe, tsirrai da dabbobi suna karkashin wata doka ta gama gari. Duk sun nuna irin wannan yanayi na gajiya da bakin ciki, tare da yiwuwar murmurewa da kuma na ɗaukaka, kamar yadda to, kamar yadda Lallai na dindindin rashin amsawa alaƙa tare da mutuwa. Cike Da mamaki da wannan babban bayani, da babban bege na sanar da sakamakona a gaban Royal Society - sakamakon da gwaje-gwaje suka nuna. Amma masana kimiyyar jiki da ke wurin sun shawarce ni da in takaita kaina ga binciken jiki, wanda aka tabbatar da nasarara, maimakon in yi amfani da abubuwan da suka adana. Na shiga cikin wani tsarin kabilanci da ba a saba da shi ba don haka na karya ka'idodinsa.

"Akwai kuma son zuciya a cikin tauhidi, wanda ke rikitar da jahilci da imani. Sau da yawa ana mantawa da cewa wanda ya kewaye mu da wannan sirrin halitta mai ci gaba, shi ma ya dasa mana sha'awar tambaya da fahimta. Ta hanyar shekaru da yawa na rashin fahimta, na fahimci cewa rayuwar mai bauta wa kimiyya ba makawa tana cike da gwagwarmaya marar iyaka. Ya kamata ya mika rayuwarsa a matsayin hadaya mai ƙarfi - game da riba da asara, nasara da gazawa, a matsayin ɗaya."

"Bayan wani lokaci manyan kungiyoyin kimiyya na duniya sun yarda da ka'idoji da sakamakona, kuma sun fahimci muhimmancin gudummawar da Indiya ta bayar ga kimiyya." **8-4** Shin wani abu ƙarami ko kayyadadden abu zai iya gamsar da tunanin Indiya? Ta hanyar al'adar rayuwa mai ci gaba, da kuma muhimmiyar ƙarfin sake farfadowa, wannan ƙasar ta sake daidaita kanta ta hanyar sauye-sauye marasa adadi. 'Yan Indiyawa koyaushen suna tasowa waɗanda, suna watsi da kyautar nan take da kuma ɗaukar lokaci, sun nemi cimma manyan manufofi a rayuwa - ba ta hanyar ƙin yarda da kai ba, amma ta hanyar gwagwarmaya mai aiki. Mai rauni wanda ya ƙi yaƙin, ba tare da samun komai ba, ba shi da abin da zai ƙi. Shi kaɗai wanda ya yi ƙoƙari ya kuma ci nasara zai iya wadatar da duniya ta hanyar ba da 'ya'yan abin da ya samu na nasara.

"Aikin da aka riga aka gudanar a dakin gwaje-gwaje na Bose kan martanin abu, da kuma abubuwan da ba a zata ba a cikin rayuwar tsirrai, sun bude fannoni masu faɗi na bincike a fannin kimiyyar lissafi, ilimin halittar jiki, likitanci, noma, har ma da ilimin halayyar dan adam. Matsalolin da har yanzu ake ganin ba za su iya warwarewa ba an kawo su ne a fannin binciken gwaji."

"Amma ba za a samu babban nasara ba tare da cikakken daidaito ba. Saboda haka, dogon ƙarfin kayan aiki da kayan aikin ƙira na, waɗanda ke tsaye a gabanka a yau a cikin shari'o'insu a zauren shiga. Suna gaya maka game da dogon ƙoƙarin da ake yi na boye gaskiyar da ba a gani ba, na aiki tukuru da juriya da kuma dabarar da ake kira don shawo kan iyakokin ɗan adam. Duk masana kimiyya masu kirkire-kirkire sun san cewa dakin gwaje-gwaje na gaskiya shine tunani, inda a bayan ruɗani suke

gano dokokin gaskiya.

"Lakcocin da aka bayar a nan ba za su zama maimaita ilimin da aka yi amfani da shi ba kawai. Za su sanar da sabbin abubuwan da aka gano, wadanda aka nuna a karon farko a wadannan dakunan. Ta hanyar buga ayyukan Cibiyar akai-akai, wadannan gudummawar Indiya za su isa ga duniya baki d'aya.

Za su zama mallakar jama'a. Ba za a taɓa ɗaukar wani haƙƙin mallaka ba. Ruhin al'adun ƙasarmu yana buƙatar mu kasance cikin 'yanci har abada daga ɓata sunan amfani da ilimi don amfanin kanmu kawai.

"Ina ƙara fatan cewa kayan aikin wannan Cibiyar su kasance masu samuwa, gwargwadon iyawa, ga ma'aikata daga dukkan ƙasashe. A cikin wannan ina ƙoƙarin ci gaba da al'adun ƙasata. Tun daga ƙarni ashirin da biyar, Indiya ta yi maraba da tsoffin jami'o'inta, a Nalanda da Taxila, malamai daga dukkan sassan duniya.

"Kodayake kimiyya shine babu ɗaya daga cikinsu na Lallai Gabas kuma ba na Lallai Yamma amma maimakon haka na duniya a cikin kasancewarta ta duniya baki ɗaya, duk da haka Indiya ta dace musamman don bayar da gudummawa mai yawa. **8-5** Tunanin Indiya mai zafi, wanda zai iya tilasta sabon tsari daga tarin hujjoji masu karo da juna, dabi'ar maida hankali ce ke riƙe da shi. Wannan kamewa tana ba da ikon riƙe hankali ga neman gaskiya da haƙuri mara iyaka.

Hawaye sun tsaya a idanuna lokacin da masanin kimiyyar ya kammala maganarsa. Shin "haƙuri" ba shine ma'anar Indiya ba, wanda ya rikitar da Lokaci da masana tarihi?

Na sake ziyartar cibiyar bincike, jim kaɗan bayan ranar buɗewa. Babban masanin tsirrai, wanda ya tuna da alkawarinsa, ya kai ni dakin gwaje-gwajensa mai shiru.

"Zan haɗa crescograph ɗin da wannan fern; girman yana da girma sosai. Idan aka faɗaɗa rarrafewar katantanwa a cikin Lallai iri ɗaya rabo, Lallai halitta zai bayyana zuwa zama tafiya so wani gaggawa jirgin ƙasa!"

Kallon da nake yi ya tsaya cak a kan allon wanda ke nuna babban inuwar fern. Motsin rai kaɗan yanzu ya bayyana a sarari; shukar tana girma a hankali a gaban idanuna masu ban sha'awa. Masanin ya taɓa ƙarshen fern ɗin da ƙaramin sandar ƙarfe. Tsarin da ke tasowa ya tsaya cak, yana ci gaba da sautin da aka yi masa da zarar an cire sandar.

"Kun ga yadda wani ɗan tsangwama daga waje ke cutar da kyallen jiki masu laushi," in ji Bose. "Ku kula; yanzu zan ba da chloroform, sannan in ba da maganin kashe ƙwayoyin cuta."

Tasirin chloroform ya dakatar da dukkan girma; maganin yana farfaɗowa. Alamun juyin halitta da ke kan allon sun burge ni fiye da labarin "fim". Abokina (a nan a matsayin mugun mutum) ya tura wani kayan aiki mai kaifi ta cikin wani ɓangare na fern; an nuna ciwo ta hanyar bugun spasmodic. Lokacin da ya ratsa reza ta cikin tushe, inuwar ta yi ƙarfi sosai, sannan ta tsaya cak da alamun mutuwa na ƙarshe.

"Da farko na yi amfani da chloroforming wani babban itace, na sami nasarar dasawa. Yawanci, irin waɗannan sarakunan dajin suna mutuwa da sauri bayan an

motsa su." Jagadis ya yi murmushi cikin farin ciki yayin da yake ba da labarin yadda na yi amfani da wannan dabarar ceton rai. "Zane-zanen na'urar da nake amfani da ita sun tabbatar da cewa bishiyoyi suna da tsarin zagayawar jini; motsin ruwansu yana daidai da hawan jinin jikin dabbobi. Hawan ruwan ba abu ne da za a iya bayyana shi ba a kan yanayin injiniya wanda aka saba gani, kamar jan hankalin kwayoyin halitta. An warware wannan lamari ta hanyar crescograph a matsayin aikin kwayoyin halitta masu rai. Rakuman ruwa masu karfi suna fitowa daga bututun silinda wanda ke shimfiɗa kasan itace da

yana aiki a matsayin zuciya ta gaske! Da zarar mun zurfafa fahimta, sai shaida mai ban mamaki ta zama cewa tsari iri ɗaya yana haɗa kowane nau'i a cikin yanayi daban-daban.

The mai girma masanin kimiyya mai nuni zuwa wani kuma Bose kayan aiki.

"Zan nuna muku gwaje-gwaje a kan wani yanki na gwangwani. Karfin rai da ke cikin ƙarfe yana mayar da martani mara kyau ko kuma mai amfani ga abubuwan da ke haifar da hakan. Alamun tawada za su nuna halayen daban-daban."

Cikin shagaltuwa sosai, na kalli jadawalin da ke ɗauke da halayen rakuman tsarin atom. Lokacin da farfesa ya shafa sinadarin chloroform a cikin kwano, rubutun girgiza ya tsaya. Sun sake farawa yayin da ƙarfen ya dawo da yanayinsa na yau da kullun a hankali. Abokina ya ba da Sinadarin guba. A lokaci guda da ƙarshen gwangwanin da ke girgiza, allurar ta yi ƙarfi sosai. ya rubuta a kan taswirar sanarwar mutuwa.

"Kayan aikin Bose sun nuna cewa karafa, kamar ƙarfe da ake amfani da shi a almakashi da injina, suna fuskantar gajiya, kuma suna sake samun inganci ta hanyar hutawa lokaci-lokaci. Yawan bugun ƙarfe a cikin ƙarfe yana fuskantar mummunan rauni ko ma ya mutu ta hanyar amfani da wutar lantarki ko matsin lamba mai nauyi."

Ni duba a kusa Lallai ɗaki a Lallai da yawa ƙirƙira, mai iya magana shaida na wani ba tare da gajiya ba basira.

"Yallabai, abin takaici ne cewa ba a hanzarta ci gaban noma ta hanyar amfani da dabarunka masu ban mamaki ba. Shin ba zai yiwu a yi amfani da wasu daga cikinsu cikin sauri a gwaje-gwajen dakin gwaje-gwaje don nuna tasirin nau'ikan taki daban-daban akan ci gaban tsirrai ba?"

"Ka yi gaskiya. Za a yi amfani da kayan aikin Bose marasa adadi ta hanyar tsararraki masu zuwa. Masanin kimiyya ba kasafai yake sanin lada a wannan lokacin ba; ya isa ya sami farin cikin hidimar kirkire-kirkire."

Da godiya mara iyaka ga mai hikimar da ba ta gajiya, na ɗauki hutuna. "Shin za a iya ƙarewar haihuwar baiwar da ya yi?" Na yi tunani.

Babu raguwar da ta zo a cikin shekarun nan. Bayan ƙirƙirar wani kayan aiki mai rikitarwa, "Resonant Cardiograph," Bose ya ci gaba da bincike mai zurfi kan tsirrai na Indiya marasa adadi. An gano wani babban magani mai amfani wanda ba a yi tsammaninsa ba. An gina hoton zuciya da daidaito mara kuskure wanda aka nuna kashi ɗaya bisa ɗari na dakika a kai. jadawali. Bayanan sauti suna auna bugun da ba shi da iyaka a cikin tsirrai, dabbobi da mutane Tsarin. Babban masanin ilimin tsirrai ya annabta cewa amfani da hoton zuciyarsa zai haifar da rayuwa a kan shuke-shuke maimakon dabbobi.

"Binciken gefe-gefe na tasirin magani da aka ba wa shuka da dabba a lokaci guda ya nuna haɗin kai mai ban mamaki a sakamakon," in ji shi. "Duk abin da ke cikin ɗan adam an yi hasashensa a cikin shukar. Gwaji kan shuke-shuke zai taimaka wajen rage wahalhalun ɗan adam."

New York Times ta ruwaito aikin da aka yi a shekarar 1938 a Jami'ar Columbia kamar haka:

An tabbatar a cikin 'yan shekarun nan cewa lokacin da jijiyoyi ke aika sakonni tsakanin kwakwalwa da sauran sassan jiki, ana samar da kananan motsin lantarki. An auna waɗannan motsin ta hanyar na'urorin galvanometer masu laushi kuma an kara girman su sau miliyoyi ta hanyar na'urar kara girman zamani. Har zuwa yanzu babu wata hanya mai gamsarwa da aka samu don nazarin hanyoyin motsin da ke kan zaruruwan jijiyoyi a cikin dabbobi masu rai ko mutane saboda manyan abubuwan da ke faruwa a cikin jiki. saurin da waɗannan abubuwan ke tafiya da shi.

Drs. KS Cole da HJ Curtis sun ba da rahoton cewa sun gano cewa dogayen kwayoyin halitta guda ɗaya na nitella na shukar ruwa mai tsabta, waɗanda ake amfani da su akai-akai a cikin kwano na kifin zinare, kusan iri ɗaya ne da na zaruruwan jijiya guda ɗaya. Bugu da ƙari, sun gano cewa zaruruwan nitella, idan aka motsa su, suna yaɗa rafuman lantarki waɗanda suke iri ɗaya ta kowace hanya, banda saurin gudu, zuwa na zaruruwan jijiyoyi a cikin dabbobi da mutane. An gano cewa motsin jijiyoyin lantarki a cikin shukar ya fi na dabbobi jinkiri. Saboda haka, ma'aikatan Columbia sun yi amfani da wannan gano a matsayin hanyar ɗaukar hotunan motsi a hankali na wucewar motsin lantarki a cikin jijiyoyi.

Saboda haka, shukar nitella na iya zama wani nau'in dutse na Rosetta don gano sirrin da aka tsare kusa da iyakar tunani da kwayoyin halitta.

Mawakin Rabindranath Tagore abokin masanin kimiyyar Indiya ne mai himma. A gare shi, mawakin Bengali mai daɗi ya yi magana game da waɗannan kalmomi: **8-6**

Ya kai Mai Alfarma, ka kira da kalmomin
gaskiya Na tsohuwar waƙar nan da ake kira
sama ; "Tashi! Tashi!" Ka kira mutumin da
ke alfahari da labarinsa *mai ban tsoro* Daga
jayayya marasa amfani marasa amfani, Ka
kira wawan mai girman kai ya fito a fuskar
yanayi, wannan duniya mai faɗi, Ka aika da
wannan kira ga kungiyar malamanka; Tare a
kewaye da haɗayarka ta wuta.
Bari dukkansu su taru. Don haka
ƙasarmu ta Indiya, tsohuwar ƙasarmu,
ta dawo kanta.
Komawa ga aiki mai dorewa, Ga aiki da
ibada, ga halinta na son zuciya
Na da gaske zuzzurfan tunani; bari ta zauna

Da zarar ta sake zama marar kunya, marar kwadayi,
marar jayayya, mai tsarki, 0 sake kan kujerarta
mai tsayi
Kuma dandamali, malami na duk filaye.

8-1 : "Duk kimiyya shine na transcendental ko wani kuma wucewa nesa. Cibiyar tsirrai shine yanzu samun Lallai dama ka'ida-da avatars na "A yanzu Brahma zai zama litattafan tarihin halitta." - *Emerson* .

8-2 : Daga Lallai Latin tushe, *crescere* , zuwa karuwa. Domin nasa crescograph kuma wani kirkira, Bose ya kasance jarumi a cikin 1917.

8-3 : The lotus fure shine wani na da allahntaka alama a cikin Indiya; nasa yana buƙewa furanni ba da shawara Lallai faɗaɗawa na Lallai rai; Girman kyawunsa daga laka da ya samo asali yana da alƙawarin ruhaniya mai kyau.

8-4 "A halin yanzu, hatsari mafi girma ne kawai ke kawo Indiya cikin ikon ɗalibin kwaleji na Amurka. Jami'o'i takwas (Harvard, Yale, Columbia, Princeton, Johns Hopkins, Pennsylvania, Chicago, da California) suna da shugabannin ilimin Indology ko Sanskrit, amma Indiya kusan ba ta da wakilci a sassan tarihi, falsafa, fasaha, kimiyyar siyasa, ilimin zamantakewa, ko kowane na Lallai wani sassan na mai ilimi kwarewa a cikin wanda, kamar yadda mu suna da gani, Indiya yana da Mun yi imanin cewa babu wani sashen nazari, musamman a fannin ilimin ɗan adam, a cikin kowace irin matsala

babbar jami'a za ta iya samun cikakken kayan aiki ba tare da kwararren masani mai kwarewa a fannonin Indic na fanninta ba. Mun yi imani, kuma, wancan kowace kwaleji wanda manufofi zuwa shirya nasa waɗanda suka kammala karatun digiri don mai hankali aiki a cikin Lallai duniya wanda shine zuwa zama nasu zuwa kai tsaye a cikin, dole ne suna da a kunne nasa ma'aikata wani malami kwararre a cikin Lallai wayewa na "- Cirewar Indiya" daga wani labarin ta hanyar Farfesa W. Norman Ruwan kasa na Lallai Jami'a na Pennsylvania wanda ya bayyana a cikin Lallai Mayu, 1939, matsala na Lallai *Wasika* na Lallai Majalisar Amurka na An koya Kungiyoyi, 907 15th St., Washington, D. C., 25 senti ".kwafi. Wannan matsala (#28) ya kunshi sama 100 shafukan "Babban Littattafan Tarihi don Nazarin Indic

8-5 : The atom tsari na abu ya kasance sananne zuwa Lallai na da 'yan Hindu. Daya na Lallai shida tsarin na 'Yan Indiya falsafa shine *Vaisesika* , daga Lallai Sanskrit tushe *visesas* , "atomic" keɓancewa. Daya na Lallai mafi girma *Vaisesika* masu bayyana ya kasance Aulukya, wanda kuma ake kira Kanada, "mai cin kwayar zarra," an haife shi kimanin shekaru 2800 da suka wuce.

A cikin wani kasidar da aka buga a cikin *East-West* , *Afrilu*, 1934, an ba da takaitaccen bayani game da ilimin kimiyyar *Vaisesika* kamar haka: "*Kodayake 'ka'idar atomic' ta zamani gabaɗaya ana d'aukarta a matsayin sabon ci gaban kimiyya, Kanada, 'mai cin atom', ta yi bayani dalla-dalla tun da daɗewa. Ana iya fassara duburar Sanskrit daidai da 'atomic' a cikin ma'anar Girkanci ta karshe ta 'ba a yanke ba' ko ba a iya raba ta. Sauran bayanan kimiyya na rubuce-rubucen *Vaisesika* na zamanin BC sun haɗa da (1) motsin allurai zuwa ga maganadisun, (2) Lallai zagayawa na ruwa a cikin shuke-shuke, (3) *akash* ko eter, marar aiki kuma babu tsari, kamar yadda wani tushe don watsa ƙarfin da ba a iya gani ba, (4) wutar rana a matsayin sanadin duk wasu nau'ikan zafi, (5) zafi a matsayin sanadin canjin kwayoyin halitta, (6) dokar nauyi kamar yadda ingancin da ke cikin atoms na kasa ya haifar don ba su ƙarfinsu mai kyau ko kasa ja, (7) Lallai motsi yanayi na duk makamashi; dalili kamar yadda koyaushe tushen a cikin wani kashe kuɗi na makamashi ko sake rarrabawa na motsi, (8) na duniya baki ɗaya rushewar ta hanyar Lallai wargajewa na kwayoyin halitta, (9) Lallai radiation na zafi kuma haskoki masu haske, kananan kwayoyin cuta marasa iyaka, suna fitowa a kowane bangare da sauri mara misaltuwa (ka'idar , 'haskokin sararin samaniya' ta zamani*

.Lallai dangantaka na lokaci kuma sarari (10)

Wasiyya an sanya Lallai asali na Lallai duniya zuwa kwayoyin halitta, har abada a cikin nasu yanayi, watau, nasu " karshe abubuwan da suka dace. Waɗannan an ɗauke kwayoyin zarra a matsayin waɗanda ke da motsi na girgiza akai-Binciken da aka yi kwanan nan cewa kwayar zarra..... akai.

.karamin abu ne na hasken rana

tsarin zai zama a'a labarai zuwa Lallai tsoho *Vaisesika* masana falsafa, Hukumar Lafiya ta Duniya kuma rage lokaci zuwa nasa mafi nisa lissafi ra'ayi ta hanyar bayyana karamin adadin lokaci (*kala*) a matsayin lokacin da kwayar zarra ke .ɗauka don ratsa nata naúrur sararin samaniya

8-6 : An fassara daga Lallai Bengali na Rabindranath Tagore, ta hanyar Manmohan Ghosh, a cikin *Viswa- Bharati*.

BABI: 9

The Mai farin ciki Mai ibada Kuma Nasa Cosmic Soyayya ta soyayya

"Karami yallaƙai, Don Allah zama zaune. Ni am magana zuwa nawa Allahntaka Mama.

Shiru na shiga ɗakin cikin mamaki. Bayyanar mala'iku ta Malam Mahasaya ta burge ni sosai. Da gemu mai launin siliki da manyan idanu masu sheki, ya yi kama da tsarki. Hancinsa da ya ɗaga sama da hannuwansa da aka naɗe sun sanar da ni cewa ziyarar farko da na fara yi ta dame shi a tsakiyar ibadarsa.

Kalmomin gaisuwarsha masu sauƙi sun haifar da mummunan tasirin da yanayi na ya fuskanta zuwa yanzu. Rabuwar mutuwar mahaifiyata mai ɗaci da na yi tunanin ta kai matsayin dukkan bakin ciki. Yanzu azabar rabuwa da mahaifiyata ta Allahntaka azaba ce da ba za a iya misaltawa ba. Na faɗi ina nishi a ƙasa.

"Karami yallaƙai, shiru kanka!" The waliyyi ya kasance cikin tausayi cikin damuwa.

Da na yi watsi da shi a cikin wani mawuyacin yanayi na teku, sai na riƙe

ƙafafunsa a matsayin jirgin ruwa na cetona. "Mai tsarki, addu'arka! Ka

tambayi Uwar Allah idan na sami wata tagomashi a wurinta!"

Wannan alƙawari shine ɗaya ba cikin sauƙi an ba shi; Lallai ubangida ya kasance takaitacce zuwa shiru.

Ba tare da wata shakka ba, na gamsu cewa Jagora Mahasaya yana tattaunawa ta kud da kud da Uwar Duniya. Abin kunya ne ƙwarai da na fahimci cewa idanuna sun makance ga Ita, wacce ko a wannan lokacin ba ta da laifi a kallon waliyyi. Ina riƙe ƙafafunsa cikin rashin kunya, ina jin ƙarar rashin jin daɗinsa, na roƙe shi akai-akai don alherinsa mai shiga tsakani.

"Zan yi addu'arku ga Masoyi." Rufin maigidan ya zo da murmushi mai taushi da annashuwa.

Me iko a cikin waɗancan kaɗan kalmomi, wancan nawa kasancewa ya kamata sani fitarwa daga nasa guguwa gudun hijira?

"Yallaƙai, ka tuna da alƙawarinka! Zan dawo nan ba da jimawa ba don saƙonta!" Muryata ta yi ƙara a cikin muryarta wadda ta yi ɗan lokaci kaɗan da ta wuce tana kuka cikin bakin ciki.

Ina saukowa daga kan doguwar matakala, na yi mamakin abubuwan da na tuna. Wannan gida da ke lamba 50 Amherst Street, wanda yanzu shine gidan Malam Mahasaya, ya taɓa zama gidan iyalina, wurin mutuwar mahaifiyata. A nan zuciyata ta ɗan adam ta karye saboda mahaifiyar da ta ɓace; kuma a yau ruhuna ya kasance

kamar an gicciye shi saboda rashin Uwar Allahntaka. Bango mai tsarki, shaida mai shiru na mummunan rauni da warkarwa ta karshe!

Takalma na sun yi matuƙar himma yayin da na koma gidana na Gurpar Road. Ina neman keɓewa daga karamin ɗaki na, sai na ci gaba da yin bimbini har zuwa karshe goma. Duhun daren Indiya mai dumi ya haskaka ba zato ba tsammani da wani wahayi mai ban mamaki.

Cikin farin ciki da ɗaukaka, Uwar Allah ta tsaya a gabana. Fuskarta, tana murmushi mai taushi, kyakkyawa ce kanta.

"Koyaushe suna da Ni ana kaunata kai! Har abada zai Ni soyayya kai!"

The na samaniya sautunan har yanzu kara a cikin Lallai iska, Ita ce ya face.

Rana washegari da safe ba ta fito da wani yanayi na musamman ba lokacin da na ziyarci Malam Mahasaya a karo na biyu. Na hau matakalar da ke cikin gidan tunawa mai ban tausayi, na isa ɗakinsa na hawa na huɗu. An naɗe maɓallin kofar da aka rufe da zane; na ji wata alama, cewa waliyyin yana son sirri. Yayin da nake tsaye ba tare da son rai ba a kan saukowa, sai ga hannun maigidan ya buɗe kofar. Na durkusa a kafafunsa masu tsarki. Cikin yanayi na wasa, na sanya abin rufe fuska mai tsarki, ina ɓoye farin cikin Allah.

"Yallabai, na zo da wuri sosai, na yarda! - don sakonka. Shin Uwar kaunatacciyar ta ce wani abu game da ni?"

"Mai mugunta karami yallabai!"

Ba wani kuma sharhi zai shi yi. A bayyane yake nawa ɗauka nauyi ya kasance ba shi da ban sha'awa.

"Me yasa haka mai ban mamaki, haka mai gujewa? Yi waliyyai ba za a taɓa yi ba yi magana a bayyane?" Watakila Ni ya kasance wani karami tsokana.

"Dole ne ka gwada ni?" Idanunsa masu natsuwa cike suke da fahimta. "Zan iya kara kalma ɗaya da safe a kan tabbacin da ka samu jiya da daddare da karfe goma daga Kyakkyawar Uwar da Kanta?"

Malam Mahasaya ya mallaki iko a kan kofofin ambaliyar raina: na sake durkusawa a kafafunsa. Amma a wannan karon hawayena sun zubo daga wani farin ciki, ba ciwo ba, wanda ya wuce gona da iri.

"Kana tsammanin cewa ibadarka ba ta taɓa Rahamar da ba ta da iyaka ba? Uwar Allah, wadda ka bauta wa a cikin siffofi na ɗan adam da na allahntaka, ba za ta taɓa kasa amsa kukanka da aka yi watsi da shi ba."

Wanene wannan waliyyi mai sauƙi, wanda karamin buƙatarsa ga Ruhun Duniya ya haɗu da yardar rai mai daɗi? Matsayinsa a duniya tawali'u ne, kamar yadda ya dace da babban mutum mai tawali'u da na taɓa sani. A cikin wannan gidan Amherst Street, Jagora Mahasaya **9-1** Ya yi karamin makarantar sakandare ga yara maza. Babu kalmomin horo da suka ratsa bakinsa; babu wata doka da mugunta da ta ci gaba da koyar da shi. Hakika an koyar da manyan lissafi a cikin waɗannan azuzuwan masu sauƙi, kuma babu wani ilimin kimiyya na soyayya a cikin littattafan karatu. Ya yada hikimarsa ta hanyar kamuwa da cuta ta ruhaniya maimakon umarni mai zurfi.

Saboda sha'awar da ba ta da wani amfani ga Uwar Allah, waliyyi bai sake buƙatar siffofin girmamawa na waje fiye da yaro ba.

"Ba ni ne malamin ku ba; zai zo nan ba da daɗewa ba," in ji shi. "Ta hanyar ja-
gorarsa, abubuwan da kuka fuskanta game da Allahntaka dangane da kauna da
ibada za a fassara su zuwa ga hikimarsa mara misaltuwa."

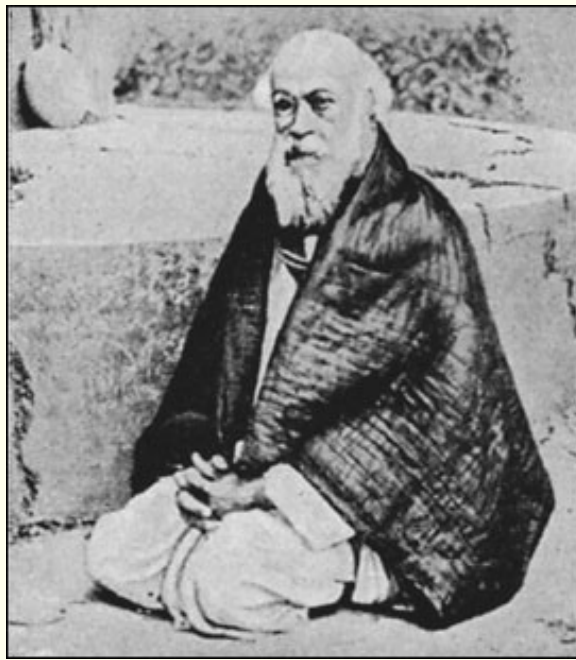
Kowace rana da yamma, nakan kai kaina zuwa Titin Amherst. Ina neman kofin Ubangijin Mahasaya, cike yake har digo-digonsa suna cika jikina kowace rana. Ban taɓa yin sujada cikin girmamawa ba; yanzu na ji kamar gata ce mai girma ko da na taka kasa ɗaya da Ubangiji Mahasaya ya tsarkake.

"Yallaɓai, don Allah ka saka wannan abin ado na champak da na yi musamman a gare ka." Na isa wata rana da yamma, ina rike da sarƙar furannina. Amma cikin jin kunya ya ja baya, yana kin karɓar girmamawar akai-akai. ciwon da nake ji, ya yi murmushi ya yarda.

"Tunda mu duka masu bauta wa Uwa ne, za ku iya sanya abin ado a kan wannan haikalin jiki, a matsayin sadaka ga Wanda ke zaune a ciki." Babban yanayinsa ba shi da sarari wanda duk wani la'akari na girman kai zai iya samun matsayi.



BIYU 'YAN'UWA NA THERESE NEUMANN
Ni tsayawa tare da su a cikin Konnersreuth, Bavaria.



MAHAIFIN MAHASAYA

Har abada cike da shagaltuwa a cikin nasa mai farin ciki sararin samaniya soyayya.

"Mu je gobe zuwa Haikalin Dakshineswar, wanda malamina ya tsarkake har abada." Jagora Mahasaya almajiri ne na wani malami mai kama da Kristi, Sri Ramakrishna Paramhansa.

Tafiyar mil huɗu da safe aka yi ta a jirgin ruwa a kan Ganges. Mun shiga Haikalin Kali mai kusurwoyi tara, inda siffon Uwar Allahntaka da Shiva suka tsaya a kan wani lotus na azurfa mai haske, an sassaka furanninsa dubu da kyau. Jagora Mahasaya ya yi sheki cikin sihiri. Yana cikin soyayyarsa mara karewa da kaunatacciyar kaunatacciyarsa. Yayin da yake rera sunanta, zuciyata mai farin ciki ta yi kama da ta karye zuwa guda dubu.

Mun yi yawo daga baya ta cikin yankin tsarki, muka tsaya a cikin wani daji mai suna tamarisk. Manna da wannan bishiyar ta fitar alama ce ta abincin sama da Ubangiji Mahasaya ke bayarwa. Addu'o'insa na Allah sun ci gaba. Na zauna a kan ciyawa ba tare da motsi ba a tsakiyar furannin tamarisk masu launin ruwan hoda. Da na ɗan lokaci ban ga jikin ba, sai na tashi a cikin wani ziyara ta musamman.

Wannan shi ne na farko daga cikin ayyukan ibada da yawa zuwa Dakshineswar tare da malami mai tsarki. Daga gare shi na koyi ɗaɗin Allah a fannin Uwa, ko Rahamar Allah. Waliyyi mai kama da yaro bai sami wani abin sha'awa a bangaren Uba ba, ko Adalcin Allah. Hukunci mai tsauri, mai tsauri, da lissafi baƙon abu ne. ga halinsa mai laushi.

"Zai iya zama misali na duniya ga mala'ikun sama!" Na yi tunani cikin kauna, ina kallonsa wata rana a lokacin addu'arsa. Ba tare da wata sha'awa ko suka ba, ya

duba duniya da idanunsa da suka daɗe da sanin Tsarkakakken Farko. Jikinsa, hankalinsa, jawabinsa, da ayyukansa sun daidaita da saukin ransa cikin sauki.

"Malam ya gaya min haka." Da yake ya daina faɗin ra'ayinsa, waliyyin ya fare duk wani mai hikima da wannan girmamawar da ba ta canzawa. Zurfin asalinsa da Sri Ramakrishna ya yi yawa har Malam Mahasaya bai ce komai ba.

ya fi tsayi an yi la'akari da nasa tunani kamar yadda nasa mallakarsa.

Ni da waliyyi muna tafiya hannu da hannu a wata maraice a kan ginin makarantarsa. Farin cikina ya ragu sakamakon isowar wani abokina mai girman kai wanda ya dora mana dogon jawabi.

"Na ga wannan mutumin bai faranta maka rai ba." Radfawar waliyyin da ya yi mini ba ta ji ba daga mai girman kai, wanda aka yi masa sihiri da shi ta hanyar maganarsa. "Na yi magana da Uwar Allah game da hakan; Ta fahimci halin da muke ciki na bakin ciki. Da zarar mun isa gidan ja, ta yi alkawarin tunatar da shi game da wani abu mafi gaggawa."

Idanuna sun manne a wurin ceto. Da na isa bakin kofa mai ja, mutumin ya juya ya tafi ba tare da ya gama maganarsa ba ko kuma ya yi bankwana. Iskar da aka kai wa hari ta kwantar da hankalina.

Wata rana kuma na same ni ina tafiya ni kadai kusa da tashar jirgin kasa ta Howrah. Na tsaya na dan lokaci kusa da wani haikali, ina sukar karamin rukuni na maza da ganguna da kuge wafanda ke rera waka da karfi.

"Abin mamaki, suna amfani da sunan Ubangiji a maimaitawa ta hanyar na'ura," na yi tunani. Kallona ya yi mamaki da saurin zuwan Malam Mahasaya. "Yallabai, yaya ka zo nan?"

Waliyyin, yana watsi da tambayar da na yi masa, ya amsa min da cewa. "Shin ba gaskiya ba ne, karamin yallabai, cewa sunan Masoyi yana da daɗi daga dukkan lebe, jahilci ko hikima?" Ya mika hannunsa a kusa da ni cikin kauna; Na tsinci kaina a kan kafet din sihirinsa zuwa wurin Mai Rahama.

"Kuna son ganin wasu na'urorin hangen nesa na bioscopes?" Wannan tambayar da Malam Mahasaya ya yi wata rana abin mamaki ne; an yi amfani da kalmar a Indiya don nuna fina-finai. Na yarda, ina farin cikin kasancewa tare da shi a kowane hali. Tafiya mai sauri ta kai mu lambun da ke gaban Calcutta. Jami'a. Abokina ya nuna min benci kusa da *goldighi* ko tafkin.

"Bari mu zauna a nan na dan lokaci. Malamina koyaushe yana rokona in yi bimbini a duk lokacin da na ga ruwa mai faɗi. A nan kwanciyar hankalinsa yana tunatar da mu da yalwar natsuwar Allah. Kamar yadda komai zai iya bayyana a cikin ruwa, haka nan duniya gaba daya take bayyana a cikin tafkin Hankali na Duniya. Don haka malamina *yakan* ce."

Ba da daɗewa ba muka shiga wani zauren jami'a inda ake gudanar da lacca. Ya zama kamar ba shi da daɗi, kodayake lokaci-lokaci ana bambanta shi da zane-zanen fitila, kuma ba shi da ban sha'awa.

"To wannan shine irin na'urar hangen nesa ta zamani da maigidan yake so in gani!" Tunanina bai yi hakuri ba, duk da haka ban ji wa waliyyi rauni ta hanyar bayyana gundura a fuskata ba. Amma ya jingina gare ni a asirce.

"Na ga, yallaɓai, ba ka son wannan na'urar hangen nesa ta bioscope. Na ambata ta ga Uwar Allah; Tana tausaya mana duka biyun. Ta gaya min cewa yanzu fitilun wutar lantarki za su mutu, kuma ba za a sake kunna su ba har sai mun sami damar fita daga dakin."

Da radarsa ta fare, zauren ya shiga cikin duhu. Muryar farfesan ta yi shiru cikin mamaki, sannan ta ce, "Da alama tsarin wutar lantarki na wannan zauren ya lalace." A wannan lokacin, ni da Malam Mahasaya mun wuce kofar lafiya. Da na kalli baya daga kan hanyar, sai na ga cewa wurin shahadarmu ya sake haskakawa.

"Yalla bai, ka ji takaici da wannan na'urar hangen nesa, 9-2 amma ina tsammanin za ku so wani daban." Ni da waliyyin muna tsaye a kan titin da ke gaban ginin jami'a. Ya bugi kirjina a hankali a kan zuciyata.

Shiru ya biyo baya. Kamar yadda "masu magana" na zamani suka zama hotunan motsi marasa ji lokacin da na'urar sauti ta face, haka nan Hannun Allah, ta hanyar wani abin mamaki, ya danne hayaniya a duniya. Masu tafiya a kasa da kuma motocin trolley da ke wucewa, motoci, kekunan shanu, da kuma motocin hackney masu taya da karfe duk suna cikin tafiya ba tare da hayaniya ba. Kamar ina da ido a ko'ina, na kalli abubuwan da ke bayana, da kuma a kowane gefe, cikin sauki kamar waƙanda ke gaba. Duk wani abin da ke faruwa a wannan karamin yanki na Calcutta ya wuce a gabana ba tare da wani sauti ba. Kamar hasken wuta da aka gani a farkashin sirara mai launin toka, wani haske mai laushi ya ratsa kallon da ke kewaye da shi.

Jikina bai yi kama da ɗaya daga cikin inuwa da yawa ba, duk da cewa ba ya motsi, yayin da sauran suka yi shiru suna juyawa. Wasu samari, abokaina, sun zo suka wuce; duk da cewa sun kalle ni kai tsaye, ba a gane shi ba.

Wannan waƙar ta musamman ta kawo mini farin ciki mai ban mamaki. Na sha ruwa mai zurfi daga wani wuri mai daɗi. Ba zato ba tsammani kirjina ya sake samun wani naushi mai laushi daga Malam Mahasaya. Mummunan yanayi na duniya ya fashe a kunnena da ban so. Na yi ta tuntube, kamar an farka daga mafarkin gossamer. An cire ruwan inabin da ya wuce gona da iri.

"Yalla bai, na ga ka sami na'urar hangen nesa ta biyu da kake so." Waliyyin yana murmushi; Na fara godiya a kasa a gabansa. "Ba za ka iya yi mini haka yanzu ba; ka san Allah yana cikin haikalinka ma! Ba zan bari Uwar Allah ta taɓa kafafuna ta hannunka ba!"

Idan wani ya lura da maigidana mara wayo da ni yayin da muke tafiya daga kan titin da ke cike da cunkoso, mai kallo tabbas yana zarginmu da maye. Na ji cewa faɗuwar inuwar Da dare ya yi cike da tausayi da Allah. Lokacin da duhu ya dawo daga sumarsa ta dare, Na fuskanci sabuwar safiya ba tare da na ji daɗinta ba. Amma abin da ke cikin zuciyata shi ne ɗan mala'ika na Uwar Allah-Malam Mahasaya!

Ina ƙoƙarin yin adalci ga alherinsa da kalmomi marasa kyau, ina mamakin ko Jagora Mahasaya, da sauran tsarkaka masu zurfin hangen nesa waƙanda hanyoyinsu suka ratsa tawa, sun san cewa shekaru bayan haka, a ƙasar Yamma, zan yi rubutu game

da rayuwarsu a matsayin masu bauta wa Allah. Sanin gabansu ba zai ba ni mamaki ba, ko kuma, ina fatan, masu karatu na, waɗanda suka yi nisa da ni.

.....
9-1 : Waɗannan su ne girmamawa lakabi ta hanyar wanda shi ya kasance al'ada an yi masa jawabi. Nasa suna ya kasance Mahendra Nath Gupta; shi Ya sanya hannu kan ayyukan adabinsa kawai "M."

BABI: 10

Ni Haɗu Nawa Jagora, Sri Yukteswar

"Imani da Allah zai iya haifar da kowace mu'ujiza sai dai cin jarabawa ɗaya ba tare da karatu ba." Cikin rashin jin daɗi na rufe littafin da na ɗauka a cikin ɗan lokaci.

"Bangaren marubucin ya nuna rashin imaninsa gaba ɗaya," na yi tunani. "Matalauci, yana da matukar girmamawa ga man tsakar dare!"

Alkawarin da na yi wa Baba shi ne zan kammala karatun sakandare. Ba zan iya yin kamar ina da himma ba. Watannin da suka shude ba na samun yawan shiga aji fiye da wurare marasa matuka a gefen *wuraren wanka na Calcutta* . Wurin kona gawawwakin da ke kusa da wurin, musamman ma da daddare, suna da ban tsoro . an yi la'akari da sosai mai kyau ta hanyar Lallai yogi. Shi Hukumar Lafiya ta Duniya zai nemo Lallai Ba tare da mutuwa ba Ma'anar dole ne Kada ka damu da wasu kananan kwanyar da ba a yi musu ado ba. Rashin isassun mutane ya bayyana a cikin duhun gida mai cike da kasusuwa daban-daban. Don haka, farkawar dare ta ta bambanta da ta malamin.

Makon jarabawar karshe a Makarantar Sakandare ta Hindu yana gabatowa da sauri. Lokacin tambayoyi, kamar wuraren kabarin, yana haifar da firgici sananne. Duk da haka hankalina yana cikin kwanciyar hankali. Ina jajircewa wajen tono wani ilimi da ba a samu a dakunan lacca ba. Amma bai rasa fasahar Swami Pranabananda ba, wanda ya bayyana a wurare biyu a lokaci guda cikin sauƙi. Matsalar ilimi ta a bayyane take cewa akwai matsala ga Infinity mara iyaka. Wannan shine tunanina, kodayake ga mutane da yawa yana kama da rashin hankali. Rashin hankali na mai ibada ya samo asali ne daga dubban zanga-zangar da ba za a iya fahimta ba na halin Allah a cikin matsala.

"Sannu, Mukunda! Ban taɓa ganinka ba a kwanakin nan!" Wani abokin ajina ya zo wurina wata rana a kan titin Gurpar.

"Sannu, Nantu! Rashin ganina a makaranta ya sanya ni a wurin cikin mawuyacin hali." Na sauke nauyin da ke kaina a farkashin kallonsa na abokantaka.

Nantu, Hukumar Lafiya ta Duniya ya kasance wani mai hazaka dalibi, dariya da zuciya daya; nawa yanayi ya kasance ba ba tare da wani barkwanci

fannin.

"Kai su ne gaba daya ba a shirya ba don Lallai wasan karshe! Ni yi tsammani shi shine sama zuwa ni zuwa taimako kai!"

Kalmomin nan masu sauƙi sun isar da alƙawarin Allah a kunnena; da rashin damuwa na ziyarci gidan abokina. Ya yi bayani dalla-dalla game da hanyoyin magance matsaloli daban-daban da ya dauka cewa malaman ne suka shirya.

"Wadannan tambayoyin su ne tarko da zai kama yara da yawa masu aminci a tarkon jarabawa. Ku tuna amsoshin da na bayar, kuma za ku tsira ba tare da wata rauni ba."

Daren ya wuce lokacin da na tafi. Da yake ina da ilimi mai zurfi, na yi addu'a da gaske cewa zai kasance har zuwa 'yan kwanaki masu mahimmanci. Nantu ta koyar da ni a fannoni daban-daban na karatu amma, a lokacin da lokaci ya kure, ta manta da karatuna a Sanskrit. Na tuna wa Allah da gaske game da rashin kulawa.

Na fara tafiya ta ɗan gajeren lokaci washegari da safe, ina haɗa sabon ilimina da salon tafiya mai juyawa. Yayin da nake yin ɗan gajeren tafiya ta cikin ciyayi na wani yanki na kusurwa, sai idona ya faɗi kan wasu takardu marasa rubutu. Fashewar nasara ta tabbatar da cewa su ne baitin Sanskrit. Na nemi wani mai sharhi don neman taimako a cikin fassarar da nake yi. Muryarsa mai daɗi ta cika sararin samaniya da kyawun harshen da ya daɗe ba tare da gefe ba. **10-1**

"Wadannan waƙoƙin da ba su da ban mamaki ba za su iya taimakawa a gwajin Sanskrit ɗinku ba." Malamin ya yi watsi da su cikin shakku.

Amma sanin wannan waƙar ya ba ni damar cin jarabawar Sanskrit a washegari. Ta hanyar taimakon da Nantu ta ba ni, na kuma sami mafi karancin maki don samun nasara a duk sauran fannoni na.

Baba ya yi farin ciki da na cika alƙawari na kuma kammala karatun sakandare. Godiya ta ta'allaka ga Ubangiji, wanda shi kaɗai ne ya jagorance ni a ziyarar da na kai Nantu da kuma tafiyata ta hanyar da ba ta dace ba ta wurin da tarkace ya cika. Da wasa Ya nuna mini yanayi biyu game da tsarin da Ya yi mini don ceton kaina.

Na ci karo da littafin da aka yi watsi da shi wanda marubucinsa ya ƙi fifita Allah a cikin ɗakunan jarabawa. Ban iya danne dariya ba game da sharhina na shiru:

"Wannan zai kara ruɗani ga wannan mutumin ne kawai, idan na gaya masa cewa tunani mai zurfi tsakanin gawarwakin hanya ce ta zuwa takardar shaidar kammala karatun sakandare!"

A cikin sabon mutuncina, yanzu ina shirin barin gida a fili. Tare da wata kawata

matashiya, Jitendra Mazumdar, 10-2 Na yanke shawarar shiga wani gidan ibada na Mahamandal da ke Benares, domin in sami horon ruhaniya.

Wata rana da safe na yi tunanin rabuwa da iyalina, sai na ji kamar na yi rashin lafiya. Tun bayan rasuwar Mama, soyayyata ta kara karfi musamman ga kannena biyu, Sananda da

Bishnu. Na yi sauri zuwa wurin hutuna, karamin daki mai rufin gida wanda ya ga wurare da yawa a cikin *sadhana mai cike da rudani* . **10-3** Bayan hawaye na tsawon sa'o'i biyu, na ji kamar na canza, kamar yadda wani mai tsaftace sinadarai ya yi. Duk haɗe-haɗe **10-4** Na face; kudurina na neman Allah a matsayin Abokin abokai ya yi kama da dutse a cikina. Na kammala shirye-shiryen tafiya cikin sauri.

"Ina rokon karshe." Baba ya damu yayin da nake tsaye a gabansa don samun albarka ta karshe. "Kada ka yashe ni da 'yan'uwanka maza da mata masu bakin ciki."

"Ya Uba mai daraja, ta yaya zan iya faɗin kaunata a gare ka! Amma kaunata ga Uba na Sama ita ce mafi girma, wanda ya ba ni kyautar uba cikakke a duniya. Ka bar ni in tafi, domin wata rana in dawo da karin fahimtar Allah."

Da yardar iyaye na da rashin son yin hakan, na tafi zuwa Jitendra, wanda tuni yake a Benares a gidan ibada. Da isowata, matashin Swami, Dyananda, ya gaishe ni da fara'a. Dogo kuma siriri, mai tunani, ya burge ni sosai. Fuskarsa mai kyau tana da nutsuwa irin ta Buddha.

Na yi farin ciki da cewa sabon gidana yana da daki a sama, inda na sami damar yin sa'o'in safe da na safe. Waɗanda suka zo daga Ashram, ba su san komai game da ayyukan tunani ba, sun yi tunanin ya kamata in yi amfani da duk lokacina a cikin ayyukan kungiya. Sun yaba mini da aikin da nake yi da rana a ofishinsu.

"Kada ka yi kokarin kama Allah da wuri haka!" Wannan ba'a daga wani mazaunin garin ya raka ɗaya daga cikin 'ya'yana. Na tashi da wuri zuwa saman bene. Na tafi Dyananda, ina cikin karamin wurin ibadarsa da ke kallon Ganges.

"Swamiji, **10-5** Ban fahimci abin da ake bukata daga gare ni a nan ba. Ina neman fahimtar Allah kai tsaye. Ba tare da Shi ba, ba zan iya gamsuwa da alaƙa ko akida ko yin ayyukan alheri ba."

Mai cocin mai launin ruwan lemu ya yi min tausasawa. Yana yi mini tsawa, ya yi wa wasu almajiran da ke kusa da shi gargadi. "Kada ku dame Mukunda. Zai koyi hanyoyinmu."

Na boye shakkuna cikin ladabi. Daliban suka fita daga dakin, ba tare da sun yi la'akari da hukuncin da aka yanke musu ba. Dyananda ta kara min wasu kalmomi.

"Mukunda, na ga mahaifinki yana aika miki kuɗi akai-akai. Don Allah ki mayar masa da shi; ba kwa buƙatar wani abu a nan. Umarni na biyu game da horonki ya shafi abinci. Ko da lokacin da kike jin yunwa, kada ki ambaci hakan."

Ko yunwa ta yi min haske a ido, ban sani ba. Ina jin yunwa, na san da kyau. Lokacin cin abincin hermitage na farko da ba a saba gani ba shine karfe goma sha biyu na

rana. Na saba da yin babban karin kumallo a gidana da karfe tara.

Tazarar awanni uku a kowace rana ta zama abin da ba za a iya mantawa da shi ba. Shekarun Calcutta sun shuɗe lokacin da zan iya tsawatar wa mai dafa abinci na jinkirin mintuna goma. Yanzu na yi ƙoƙarin sarrafa sha'awar abinci; wata rana na yi azumi na awanni ashirin da huɗu. Da ninki biyu na jira tsakar rana mai zuwa.

"Jirgin Dyanandaji ya makara; ba za mu ci abinci ba har sai ya iso." Jitendra ya kawo min wannan mummunan labari. A matsayin alamar maraba ga swami, wanda ya yi makonni biyu ba ya nan, an shirya kayan abinci da yawa. Kamshi mai daɗi ya cika sararin samaniya. Babu wani abu da ya bayar, me kuma za a iya haɗiyewa sai alfahari da nasarar azumin jiya?

"Ya Ubangiji ka gaggauta jirgin!" Na yi tunani, Mai Ba da Itacen Sama ba a haɗa shi cikin dokar da Dyananda ya yi mini shiru da ita ba. Duk da haka, Hankalin Allah yana wani wuri; agogon gudu. an rufe Lallai awanni. Duhu ya kasance saukowa kamar yadda namu shugaba shiga Lallai kofar. Nawa Gaisuwa ta kasance ta farin ciki mara aibi.

"Dyanandaji zai yi wanka ya yi bimbini kafin mu iya ba da abinci." Jitendra ya sake kusanto ni a matsayin tsuntsu mai cike da aljanu.

Ina gab da rugujewa. Cikina mai karami, wanda ba shi da lafiya, ya yi zanga-zanga da karki. Hotunan da na gani na waɗanda yunwa ta shafa sun wuce mini kamar waɗanda suka mutu.

"Za a yi wa Benares mutuwa nan take saboda yunwa a wannan wurin bautar," na yi tunani. An kauce wa halaka da karki tara. Kiran gaggawa! A tuna cewa abinci yana da haske a matsayin ɗaya daga cikin sa'o'in rayuwa masu kyau.

Sha sosai amma duk da haka ya ba ni damar lura cewa Dyananda yana cin abinci ba tare da tunani ba. Da alama ya fi karkfin jin daɗin da nake ji.

"Swamiji, ba su kasance ba kai yunwa?" Abin farin ciki cike da mamaki, Ni ya kasance shi kaɗai tare da Lallai shugaba a cikin nasa karatu.

"Eh! Na shafe kwanaki huɗu da suka gabata ba tare da abinci ko abin sha ba. Ban taɓa cin abinci a cikin jirgin kasa ba, cike da rawar jiki iri-iri na mutanen duniya. Hakika ina lura da *shassha* **10-6** dokoki ga sufaye na musamman na tsari na.

"Wasu matsalolin aikinmu na kungiya suna cikin zuciyata. Daren yau a gida na yi watsi da abincin dare na. Me ke da gaggawa? Gobe zan yi amfani da lokacin cin abinci mai kyau." Ya yi dariya cikin farin ciki.

Kunya ta bazu a cikina kamar shaƙa. Amma ranar da ta gabata ta azabtar da ni ba a manta da ita cikin sauki ba; na sake yin wani jawabi.

"Swamiji, na rikice. Bin umarninka, a ce ban taɓa neman abinci ba, kuma babu wanda ya ba ni. Ya kamata in mutu da yunwa."

"To, ku mutu!" Wannan shawara mai ban tsoro ta raba sararin samaniya. "Mutuwa idan dole ne ku mutu! Kada ku yarda cewa kuna rayuwa da ikon abinci ba da ikon

Allah ba! Wanda ya halicci kowace irin abinci, wanda ya ba da abinci, tabbas zai ga cewa mai bauta masa yana da rai! Kada ku yi tunanin cewa shinkafa tana kula da ku, ko kuma kuɗi ko mutane suna tallafa muku! Za su iya taimaka muku idan Ubangiji ya janye numfashin rayuwarku? Su kayan aikinsa ne kawai. Shin da wata fasaha ce abinci ke narkewa a cikin cikinku? Yi amfani da takobin wariyar ku, Mukunda! Yanke

ta hanyar Lallai sarkoki na hukuma kuma fahimta Lallai Guda ɗaya Saboda!

Na sami kalmominsa masu zurfi suna shiga cikin wani babban ɓawon ciki. Wani tsohon ruɗani ya ɓace wanda tilasta jiki ke rinjayar rai. A can kuma sai na ɗandani isa ga Ruhu. A cikin birane nawa masu ban mamaki, a cikin rayuwata ta ƙarshe ta tafiye-tafiye marasa iyaka, akwai lokacin da ya taso don tabbatar da ingancin wannan darasi a cikin gidan tarihi na Benares!

Taska ɗaya tilo da ta raka ni daga Calcutta ita ce layar azurfa ta SADHU da Mama ta ba ni. Ina tsare ta tsawon shekaru, yanzu na ɓoye ta a hankali a ɗakin ashram dina. Don sabunta farin cikina a cikin shaidar talisman, wata safiya na buɗe akwatin da aka kulle. Rufin da aka rufe ba a taɓa shi ba, ga layar ta ɓace. Cikin bakin ciki na yaga ambulan ɗin na tabbatar da babu shakka. Ya ɓace, daidai da hasashen SADHU, zuwa cikin ether inda ya kira shi.

Dangantaka ta da mabiyar Dyananda ta ƙara taɓarɓarewa. Iyalin sun yi nesa da juna, na ji rauni saboda ƙudurina na rashin son kai. Mayar da hankalina ga tunani mai zurfi kan ainihin Manufar da na bar wa gida da duk wani buri na duniya ya haifar da suka mara tushe daga kowane ɓangare.

Cikin tsananin damuwa na ruhaniya, na shiga soron gidan wata asuba, na kuduri aniyar yin addu'a har sai an ba ni amsa.

"Uwar Duniya Mai Jinkai, koya mini Kanki ta hanyar wahayi, ko ta hanyar wani malami da Ka aiko !"

Lokacin da nake cikin wannan yanayi, sai na ji kamar ina kuka kamar ba a yi mini kaciya ba.

"Naka Jagora yana zuwa yau! A allahntaka mace murya ya zo daga ko'ina kuma babu inda.

Wannan abin mamaki ya faru ne da ihu daga wani wuri na musamman. Wani matashin firist mai suna Habu yana kirana daga ɗakin girki na ƙasa.

"Mukunda, isa na zuzzurfan tunani! Kai su ne ake bukata don wani aiki."

Wata rana da na amsa ba tare da haƙuri ba; yanzu na goge fuskata da ta kumbura da hawaye kuma cikin tawali'u na bi umarnin. Ni da Habu muka tafi kasuwa mai nisa a Bengali. sashe na Benares. The mara tausayi 'Yan Indiya rana ya kasance ba duk da haka a zenith kamar yadda mu yi namu sayayya a cikin kasuwannin. Mun tura hanyarmu ta cikin tarin matan gida, jagorori, firistoci, zawarawa masu suturar sauƙi, Brahmins masu mutunci, da bijimai masu tsarki da ke ko'ina. Na wuce wata hanya da ba a iya gani ba, na juya kaina na duba kunkuntar tsawon.

Wani mutum mai kama da Kristi sanye da rigunan ruwa na wani babban dutse ya tsaya ba tare da motsi ba a karshen hanya. Nan take kuma ya saba da shi tun da daɗewa; idanuna sun cika da yunwa don samun wani abu mai ban mamaki. Sai shakka ta mamaye ni.

"Kai su ne rikitar wannan yawo limamin addini tare da wani sananne zuwa kai," Ni tunani. "Mafarki, tafiya

a kan.

Bayan mintuna goma, na ji rauni mai yawa a kafafuna. Kamar dai sun koma dutse, ba su iya daukar ni nesa ba. Cikin wahala na juya; kafafuna sun dawo daidai. Na fuskanci akasin haka; kuma nauyin da ke damuna ya dame ni.

"Wali yana jawo ni gare shi ta hanyar sihiri!" Da wannan tunanin, na tattara kayana a hannun Habu. Yana kallon aikin kafafuna cikin mamaki, sai ya fashe da dariya.

"Menene cututtuka kai? Shin kai mahaukaci?"

Nawa masu tayar da hankali motsin rai an hana kowane martani; Ni gudu a hankali nesa.

Da na koma kan takuna kamar an yi mini fikafikai, sai na isa kan layin da ke da ɗan tsayi. Kallon da na yi cikin sauri ya nuna mutumin da ke shiru, yana kallon alkiblata a hankali. Na ɗan yi wasu mata kai masu himma, sai na tsaya a kafafunsa.

"Gurudeva!" **10-7** Fuskar Allah ba kowa ba ce illa ta dubun wahayina. Waɗannan idanun halcyon, cikin kan leonine mai gemu mai kaifi da mayafin da ke gudana, sau da yawa suna leken asiri a cikin duhun al'ajabin dare na, suna rike da alkawarin da ban fahimta sosai ba.

"Ya kai nawa, ka zo wurina!" Malamina ya yi ta maimaita kalmomin da harshen Bengali, muryarsa cike da farin ciki. "Shekaru nawa na yi ina jiranka!"

Mun shiga cikin shiru ɗaya; kalmomi sun yi kama da mafi girman daraja. Batu yana gudana cikin waƙoƙi marasa sauti daga zuciyar ubangida zuwa almajiri. Da eriya mai haske mai ban mamaki, na ji cewa malamina ya san Allah, kuma zai kai ni gare Shi. Boyayyen wannan rayuwa ya face a cikin wani yanayi mai rauni na tunanin haihuwa. Lokaci mai ban mamaki! Na baya, na yanzu, da na gaba sune zagayowarta. al'amuran. Wannan ba shine rana ta farko da ta same ni a waɗannan kafafun tsarkaka ba!

Hannuna a cikin nasa, malamina ya jagorance ni zuwa gidansa na wucin gadi a sashin Rana Mahal na birnin. Mutuminsa mai motsa jiki yana tafiya da karfi. Dogo, tsayi, kusan hamsin da biyar a wannan lokacin, yana da kuzari. kuma mai karfi a lokacin saurayi. Idanunsa masu duhu manya ne, kyawawa da hikima marasa nauyi. Gashi mai ɗan lankwasa ya lankwasa fuska mai karfi. Karfi ya haɗu da taushi da dabara.

Yayin da muka nufi baranda mai dutse ta wani gida da ke kallon Ganges, ya ce cikin kauna:

"Ni nufin bayar kai nawa gidajen tarihi kuma duk Ni mallaka.

"Yallaƙai, Ni zo don hikima kuma Hulɗa da Allah. Wadannan su ne naka taska- troves
Ni am bayan haka!

Murmushi mai sauri na Indiya ya sauke rabin labule kafin maigidana ya sake
magana. Idanunsa suna ɗauke da taushi marar misaltuwa.

"Ni bayar kai nawa ba tare da wani sharaɗi ba soyayya.

Kalmomi masu daraja! Kwata-kwata ya wuce kafin in sami wata shaida ta kaunarsa. Lebungansa suna da ban mamaki ga sha'awa; shiru ya zama zuciyarsa mai kama da teku.

"Za ka ba ni irin wannan soyayyar da ba ta da wani sharaɗi?" Ya kalle ni

da amincewa irin ta yara. "Zan kaunace ki har abada, Gurudeva!"

"Soyayya ta yau da kullun son kai ce, tana da tushe a cikin sha'awa da gamsuwa. Soyayya ta Allah ba ta da wani sharaɗi, ba ta da iyaka, ba ta da wani sauyi. Zurfin zuciyar ɗan adam ya face har abada a lokacin da aka taɓa taɓawar soyayya mai tsarki." Ya kara da tawali'u, "Idan kun same ni ina faɗuwa daga yanayin fahimtar Allah, don Allah ku yi alkawarin ɗora kaina a kan cinyarku ku taimaka mini in dawo da ni ga kaunatacciyar duniya da muke bauta wa."

Ya tashi a cikin duhun da ke taruwa ya jagorance ni zuwa wani ɗaki na ciki. Yayin da muke cin mangwaro da kayan zaki na almond, ya saka cikakken sani game da yanayina a cikin tattaunawarsa. Na yi mamakin girman hikmarsa, wanda aka haɗa shi da tawali'u na asali.

"Kada ka yi bakin ciki game da layyar ka. Ya cika manufarsa." Kamar madubi mai tsarki, da alama malamina ya kama wani abu na rayuwata gaba ɗaya.

"The rayuwa gaskiya na naka kasancewa, Jagora, shine farin ciki fiye da haka kowane alama.

"Yana shine lokaci don wani sauyi, domin kamar yadda kai su ne abin takaici yana a cikin Lallai gidan sarauta.

Ban yi wani bayani game da rayuwata ba; yanzu sun yi kama da ba su da amfani! Ta hanyar yanayinsa na halitta, ba tare da wata matsala ba, na fahimci cewa ba ya fatan fitar da maniyi mai ban mamaki saboda kyawunsa.

"Kai ya kamata je baya zuwa Calcutta. Me yasa cire 'yan uwa daga naka soyayya na ɗan adam?"

Shawarar da ya ba ni ta ba ni tsoro. Iyalina suna hasashen dawowata, kodayake ban amsa rokon da na yi ta wasika ba. "Bari ɗan tsuntsu ya tashi a sararin samaniya mai kama da na zahiri," in ji Ananta. "Fikafikansa za su gaji a cikin yanayi mai nauyi. Za mu sake ganinsa yana tsalle zuwa gida, yana naɗe fikafikansa, kuma yana hutawa cikin tawali'u a cikin gidan iyalinmu." Wannan misalin mai ban tsoro a zuciyata, na kuduri aniyar kada in yi "lura" zuwa ga Calcutta.

"Yallaɓai, ba zan koma gida ba. Amma zan bi ka ko'ina. Don Allah ka ba ni adireshinka, da sunanka."

"Swami Sri Yukteswar Giri. Babban gidan ibadata yana Serampore, a kan titin Rai Ghat. Ina ziyartar mahaiiyata a nan na 'yan kwanaki kacal."

Na yi mamakin wasan kwaikwayo mai rikitarwa da Allah ya yi da masu bauta masa. Serampore yana da nisan mil goma sha biyu daga Calcutta, duk da haka a wadannan yankuna ban taɓa ganin malamina ba. Dole ne mu yi tafiya zuwa

Taronmu zuwa tsohon birnin Kasi (Benares), wanda aka tsarkake shi da tunawa da Lahiri Mahasaya. A nan ma kafafun Buddha, Shankaracharya da sauran Kiristocin Yogi sun albarkaci kasa.

"Za ka zo wurina cikin makonni huɗu." A karon farko, muryar Sri Yukteswar ta yi tsauri. "Yanzu na faɗi kaunata ta har abada, kuma na nuna farin cikina da samunka - shi ya sa ka yi watsi da bukatata. Lokaci na gaba da za mu haɗu, dole ne ka sake farfado da sha'awata: Ba zan karɓe ka a matsayin almajiri cikin sauƙi ba. Dole ne a sami cikakkiyar mika wuya ta hanyar biyayya ga horona mai tsauri."

Na yi shiru cikin taurin kai. Malamina ya shiga cikin

matsalata cikin sauƙi. "Kana tsammanin danginka za su yi

maka dariya?"

"Ni nufin ba dawo."

"Kai nufin dawo a cikin talatin kwanaki.

"Ba za a taɓa ba." Na sunkuyar da kaina a kafafunsa cikin girmamawa, na tafi ba tare da rage tashin hankalin da ke tattare da shi ba. Na yi tafiyata cikin duhun dare, na yi mamakin dalilin da ya sa taron mu'ujiza ya kare da wata murya mara jituwa. Ma'aunin *maya biyu*, waɗanda ke daidaita kowane farin ciki da bakin ciki! Zuciyata karama ba ta yi kama da ta ɗan yatsu masu canzawa na malamina ba tukuna.

Washegari da safe na lura da karuwar kiyayya a cikin halayen membobin gidan ibada. Kwanakina sun yi ta karuwa da rashin kunya. Cikin makonni uku, Dyananda ya bar ashram don halartar wani taro a Bombay; tashin hankali ya farke a kaina.

"Mukunda kwari ne, yana karɓar karimcin hermitage ba tare da ya mayar da kuɗinsa yadda ya kamata ba." Da jin wannan maganar, na yi nadama a karon farko da na yi biyayya ga buƙatar mayar wa Baba kuɗina. Da bakin ciki, na nemi abokina tilo, Jitendra.

"Ni am barin. Don Allah isar da nawa girmamawa nadama zuwa Dyanandaji yausha shi yana dawowa."

"Zan tafi kuma! Kokarin da nake yi na yin bimbini a nan bai fi naka alheri ba." Jitendra ya yi magana da himma.

"Ni suna da haɗu wani Kamar Kristi waliyyi. Bari mu ziyarci shi a cikin Serampore.

Kuma haka Lallai "tsuntsu" an shirya zuwa "sumba" cikin haɗari rufe zuwa Calcutta!

haruffan haruffa rubutun shine *Devanagari* , a zahiri "mazaunin allahntaka." "Wa ya san nahawuna ya san Allah!"
Panini, babban masanin ilimin falsafa na tsohuwar Indiya, ya ba da wannan girmamawa ga kamalar lissafi da tunani a cikin Sanskrit. Wanda zai bibiyi harshe zuwa maɓoyarsa lallai dole ne ya kare a matsayin masani ga komai.

10-2 : Shi ya kasance ba Jatinda (Jotin Ghosh), Hukumar Lafiya ta Duniya nufin zama an tuna don

nasa kan lokaci kyama zuwa damisa! 10-3: Hanya ko hanya ta farko zuwa ga Allah.

10-4 : Hindu nassosi koyar wancan iyali abin da aka hada shine na yaudara idan shi yana hana Lallai mai ibada daga neman Lallai Mai bayarwa na duk wani alheri, ciki har da Lallai d'aya na mai kauna dangi, ba zuwa ambaci rayuwa kanta. Yesu kamar haka an koyar: "Hukumar Lafiya ta Duniya shine nawa uwa? Su wanene kuma 'yan'uwana?" (*Matta 12:48*).

10-5 : *Ji* shine wani al'ada girmamawa karin bayani, musamman an yi amfani da shi a cikin kai tsaye adireshein; haka "swamiji," "guruji," "Sri Yukteswarji," "paramhansaji."

10-6 : Ya shafi zuwa Lallai *shastras* , a zahiri, "mai tsarki" littattafai," wanda ya kunshi huɗu azuzuwan na littafi mai tsarki: Lallai *shruti*, *smriti*, *Purana*, da *tantra* . Waɗannan cikakke rubuce-rubuce murfin kowace bangare na masu addini kuma zamantakewa rayuwa, kuma Lallai filaye na doka, magani, gine-gine, fasaha, da sauransu. *Shrutis* sune littattafan da aka "ji kai tsaye" ko "wanda aka bayyana", *Vedas* . A karshe an rubuta labarin *smritis* ko "wanda aka tuna" a cikin wani tsohon tarihi a matsayin waƙoƙin tarihi mafi tsayi a duniya, *Mahabharata* da *Ramayana* . *Puranas* su ne a zahiri "tsohon" misalai; *tantras* a zahiri mummunan "al'adu" ko "al'adu"; waɗannan rubuce-rubuce isar da gaskiya mai zurfi a karkashin wani mayafin alama mai cikakken bayani.

10-7 : "Allahntaka malami," Lallai al'ada Sanskrit wa'adi don na mutum ruhaniya mai jagoranci. Ni suna da an fassara shi a cikin Turanci kamar yadda kawai "Maigida."

BABI: 11

Biyu Ba shi da kuɗi Samari maza A cikin Brindaban

"Zai yi maka daɗi idan Baba ya raba ka da gadonka, Mukunda! Wauta kake zubar da rayuwarka!" Wa'azi na dattijo yana dukan kunnena.

Ni da Jitendra, mun fito daga jirgin kasa (wata magana ce kawai; mun cika da kura), mun isa gidan Ananta, kwanan nan aka kaura daga Calcutta zuwa tsohon birnin Agra. Dan'uwa shine akawu mai kula da layin dogo na Bengal-Nagpur.

"Kin sani, Ananta, ina neman gadona daga wurin Uba na Sama."

"Kudi da farko; Allah zai iya zuwa daga baya! Wa ya sani?"

Rayuwa na iya yin tsayi da yawa." "Allah ne farko; kuɗi

bawansa ne! Wa zai iya sani? Rayuwa na iya zama gajeru."

An kira martanina saboda yanayin lokacin, kuma ba a gabatar da shi ba. Duk da haka, ganyen lokaci ya bayyana ga Ananta a farkon karshe; shekaru kaɗan bayan haka **11-1** Ya shiga kasar da takardun kuɗi ba su da amfani na farko ko na karshe.

"Hikima daga gidan yari, ina tsammani! Amma na ga ka bar Benares." Idanun Ananta sun yi haske da gamsuwa; duk da haka yana fatan ya tabbatar da gashina a cikin gidan iyali.

"Zama na a Benares ba a banza ba ne! Na sami duk abin da zuciyata ke nema a can! Za ka iya tabbata ba masaninka ko ɗansa ba ne!"

Ananta ya haɗu da ni yana dariya mai kama da ta baya; dole ne ya yarda cewa "mai haske" na Benares da ya zaɓa ba shi da hangen nesa.

"Menene su ne naka tsare-tsare, nawa yawo ɗan'uwa?"

"Jitendra ya shawo kaina na je Agra. Za mu ga kyawawan Taj Mahal **11-2** "A nan," na yi bayani. "Sannan za mu je wurin sabon malamina da aka gano, wanda ke da gidan ibada a Serampore."

Ananta ya shirya mana da kyau domin mu ji ɗaɗi. Sau da yawa a lokacin maraice na lura idanunsa suna kallona suna tunani.

"Ni sani wancan duba! Ni tunani. "A labarin shine giya!

The ƙaura ya ɗauki wuri a lokacin namu da wuri karin kumallo.

"Don haka kana jin babu ruwanka da dukiyaɗ Baba." Kallon Ananta ba shi da laifi yayin da ya ci gaba da maganar jiya.

"Ni am sani na nawa dogaro a kunne Allah."

"Kalmomi ba su da arha! Rayuwa ta kare ka zuwa yanzu! Wannan babban matsala ce idan aka tilasta maka ka nemi abinci da mafaka daga hannun Invisible! Nan ba da jimawa ba za ka yi bara a kan tituna!"

"A'a! Ba zan yi imani da masu wucewa ba maimakon Allah! Zai iya ƙirƙira wa masu bauta masa albarkatu dubu banda kwano mai roko!"

"Karin maganganu! A ce na ba da shawarar a gwada falsafar da kake alfahari da ita a wannan duniyar da za a iya gani?"

"Ni zai yarda! Yi kai iyakance Allah zuwa wani hasashe duniya?"

"Za mu gani; yau za ku sami dama ko dai ku faɗaɗa ko kuma ku tabbatar da ra'ayina!" Ananta ta tsaya na ɗan lokaci mai ban mamaki; sannan ta yi magana a hankali da gaske.

"Ina ba da shawarar in aika ka da abokin karatunka Jitendra da safiyar yau zuwa birnin Brindaban da ke kusa. Bai kamata ka karɓi ko da rupee ɗaya ba; bai kamata ka yi bara ba, ko dai don abinci ko kuɗi; bai kamata ka bayyana wa kowa halin da kake ciki ba; bai kamata ka tafi ba tare da abincinka ba; kuma bai kamata ka

makale a Brindaban ba. Idan ka koma gidana a nan kafin karfe goma sha biyu na daren yau, ba tare da ka karya wata doka ta gwaji ba, ni ne mutumin da ya fi mamaki a Agra!"

"Na yarda da kalubalen." Babu shakka a cikin maganata ko a cikin zuciyata. Tunawa da godiya sun haskaka game da Instant Beneficence: warkar da cutar kwalara mai kisa ta hanyar rokon Lahiri

Hoton Mahasaya; kyautar wasan kwaikwayo ta kites biyu a kan rufin Lahore tare da Uma; laya mai kyau a tsakiyar karayata; sakon yanke hukunci ta hanyar Benares *sadhu da ba a sani ba* a wajen gidan mai sharhi; hangen nesa na Uwar Allahntaka da kalmomin soyayya masu girma; Saurin kulawarta ta hanyar Jagora Mahasaya ga kananan kunyar da na ji; jagorar mintuna na karshe wanda ya bayyana takardar shaidar sakandare ta; da kuma babban alheri, Jagorata mai rai daga hazo na mafarkin rayuwa. Ba zan taɓa yarda cewa "falsafata" ba ta daidaita da kowace irin jayayya a kan mawuyacin halin da duniya ke ciki ba!

"Sammarki ta burge ki. Zan raka ki zuwa jirgin nan take." Ananta ta juya ga Jitendra mai buɗe baki. "Dole ne ki tafi a matsayin shaida, kuma watakila, abokin da aka yi wa duka!"

Bayan rabin sa'a, ni da Jitendra muka samu tikitin tafiya ta hanya ɗaya don tafiyarmu ta bazata. Mun miƙa wuya, a wani kusurwar tashar jirgin, don a bincika mutanenmu. Nan da nan Ananta ta gamsu cewa ba mu ɗauke da wani ɓoye ba; *dhotis ɗinmu mai sauƙi* **11-3** babu abin da ya ɓoye fiye da yadda ake buƙata.

Yayin da imani ya mamaye manyan fannoni na kuɗi, abokina ya yi magana cikin rashin amincewa. "Ananta, ki ba ni rupee ɗaya ko biyu a matsayin kariya. Sannan zan iya yi miki waya idan wani abu ya faru."

"Jitendra!" Fitar maniyyi ta yi matukar tayar min da hankali. "Ba zan ci gaba da gwajin ba idan ka ɗauki kuɗi a matsayin garanti na karshe."

"Akwai wani abu mai kwantar da hankali game da tsabar kuɗin." Jitendra ya ce ba tare da ya kara cewa komai ba domin na ɗauke shi da tsauri.

"Mukunda, Ni am ba ba tare da zuciya ba." A ambato na tawali'u yana da ƙwace cikin Ananta murya. Yana watan Mayu zama cewa lamirinsa yana yi masa rauni; watakila saboda aika yara maza biyu marasa galihu zuwa wani birni na daban; watakila saboda shakkun addini da yake da shi. "Idan da wata dama ko alheri ka wuce cikin nasara a cikin jarabawar Brindaban, zan roke ka ka fara ni a matsayin almajirinka."

Wannan alƙawarin yana da wani rashin daidaituwa, daidai da lokacin da ba a saba gani ba. Babban ɗan'uwan a cikin dangin Indiya ba kasafai yake yin ruku'u a gaban yaransa ba; yana samun girmamawa da biyayya fiye da uba. Amma babu lokacin da ya rage don tsokacina; jirginmu yana kan hanyar tashi.

Jitendra ya yi shiru yayin da jirginmu ya yi tafiyar mil. Daga karshe ya yi sauri ya durkusa, ya matse ni a wani wuri mai wahala.

"Ban ga wata alama da ke nuna cewa Allah zai ba

mu abincinmu na gaba ba!" "Yi shiru, kana shakkar

Thomas; Ubangiji yana aiki tare da mu."

"Za ka iya kuma shirya shi ya yi sauri? Na riga na ji yunwa kawai saboda abin da ke gabanmu. Na bar Benares don ganin kabarin Taj, ba don in shiga nawa ba!"

"Ka yi farin ciki, Jitendra! Shin ba za mu fara ganin abubuwan al'ajabi masu tsarki na Brindaban ba?" **11- 4** Ina cikin matuƙar farin ciki da tunanin tattaka ƙasa da ƙafafun Ubangiji Krishna suka tsarkake."

Kofar dakinmu ta buƙe; mutane biyu suka zauna. Tashar jirgin ƙasa ta gaba ita ce ta ƙarshe.

"Samari, kuna da abokai a Brindaban?" Baƙon da ke gabana yana sha'awar abin mamaki.

"Babu na naka kasuwanci!" Mai Rashin Da'a Ni an kauce masa nawa kallo.

"Wataƙila kuna guduwa daga iyalanku ƙarƙashin sihirin Mai Satar Zukata." **11-5** Ni kaina ina da halin ibada. Zan sanya shi aikina nagari in ga kuna samun abinci, da mafaka daga wannan mummunan zafi.

"A'a, yallaƙai, bari mu tafi kawai. Kai mai kirki ne; amma ka yi kuskure wajen yanke mana hukunci cewa ba mu da gida."

Ba a sake yin wata tattaunawa ba; jirgin ya tsaya cak. Yayin da ni da Jitendra muka sauka kan dandamali, abokanmu da suka samu damar haɗuwa da mu suka kira motar dawaki.

Mun yi zaman dirshan a gaban wani kyakkyawan wurin bauta, wanda ke tsakiyar bishiyoyin da ba sa yin fure a fili. An san masu taimakonmu a nan; wani saurayi mai murmushi ya jagorance mu ba tare da ya yi magana ba zuwa wani falo. Ba da daɗewa ba wata tsohuwa mai dabi'a ta haɗu da mu.

"Gauri Ma, sarakuna ba za su iya zuwa ba." Daya daga cikin mutanen ya yi wa mai masaukin baki jawabi. "A ƙarshe shirinsu ya lalace; suna nuna nadama mai yawa. Amma mun kawo wasu baki biyu. Da zarar mun haɗu a cikin jirgin ƙasa, na ji sha'awarsu a matsayin masu bauta wa Ubangiji Krishna."



(Hagu zuwa dama) Jitendra Mazumdar, abokin aikina a "gwajin rashin kuɗi"

a Brindaban; Lalit-da, dān uwana; Swami Kebelananda ("Shastri
Mahasaya"), malamina na Sanskrit mai tsarki; ni kaina, a matsayina na
matashi a makarantar sakandare



Ananda Moyi Ma
Lallai Bengali "Farin Ciki Mai Tsarki Mama.



Daya daga cikin kogo da Babaji ya mamaye a tsaunukan Drongiri kusa da Ranikhet a cikin Himalayas. Jikan Lahiri Mahasaya, Ananda Mohan Lahiri (na biyu daga dama, cikin farin kaya), da wasu masu ibada uku suna ziyartar wurin ibada.

"Sai mun yi sallama, abokaina matasa." Abokanmu biyu suka yi tafiya zuwa kofar.
"Za mu sake haɗuwa, idan Allah Ya yarda."

"Barka da zuwa nan." Gauri Ma ta yi murmushi kamar uwa a kan zarge-zargenta guda biyu da ba a zata ba. "Ba za ki iya zuwa a rana mafi kyau ba. Ina tsammanin

sarakuna biyu ne za su kula da wannan gidan ibada. Abin takaici ne idan girkina bai sami wanda zai yaba ba!"

Wadannan kalmomi masu daɗi sun yi mummunan tasiri ga Jitendra: ya fashe da kuka. "Zangon" da yake tsoro a Brindaban ya zama abin nishaɗi na sarauta; gyaran tunaninsa kwatsam ya yi masa yawa. Mai masaukin baki ta dube shi da son sani, amma ba tare da wata tsokaci ba; wataƙila ta saba da yanayin ƙuruciya.

An sanar da cin abincin rana; Gauri Ma ta jagoranci zuwa baranda mai cike da kanshi mai daɗi. Ta face a cikin ɗakin girki kusa da ita.

Na yi ta tunani a kan wannan lokacin. Na zaɓi wurin da ya dace a jikin Jitendra, sai na ji wani irin ɗanɗanon da ya ba ni a cikin jirgin kasa.

"Shakka Toma, Lallai Ubangiji yana aiki a ciki wani yi sauri, kuma!

Mai masaukin baki ta sake shigowa da *punkha* . Ta ci gaba da yi mana sha'awa kamar yadda muke yi a ƙasashen Gabas. sun tsuguna a kan kujerun bargo masu kyau. Almajiran Ashram suna wucewa suna yawo da abinci kusan talatin. Maimakon "abinci," bayanin zai iya zama "abinci mai daɗi." Tun lokacin da muka isa wannan duniyar, ni da Jitendra ba mu taɓa ɗanɗana irin wadannan abubuwan ci ba.

"Abincin da ya dace da sarakuna hakika, Uwa Mai Girma! Abin da masu kula da masarautarki za su iya gani ya fi gaggawa fiye da halartar wannan liyafa, ba zan iya tunaninsa ba! Kin ba mu abin tunawa na wani lokaci." rayuwa!

Da muka yi shiru kamar yadda Ananta ta buƙata, ba za mu iya bayyana wa matar kirki cewa godiyarmu tana da muhimmanci biyu ba. Hakikanin gaskiyanmu ya kasance na haƙƙin mallaka. Mun tafi da albarkarta da kuma gayyata mai kyau don mu sake ziyartar gidan ibada.

Zafin waje ba shi da tausayi. Ni da abokina mun yi shirin mafaka a wata bishiyar cadamba mai daraja a ƙofar ashram. Kalmomi masu kaifi suka biyo baya; Jitendra ya sake jin shakku.

"Kyakkyawan rikici ka shigar da ni ciki! Abincin rana namu ya kasance abin farin ciki ne kawai! Ta yaya za mu iya ganin abubuwan da ke faruwa a wannan birni, ba tare da wani hoto ɗaya a tsakaninmu ba? Kuma ta yaya za ku mayar da ni gidan Ananta?"

"Ka manta da Allah da sauri, yanzu da cikinka ya cika." Kalmomina, ba masu ɗaci ba, zargi ne kawai. Yaya ɗan adam yake tunawa da ni'imomin Allah! Babu wani mutum da ke rayuwa wanda bai ga tabbacin addu'arsa ba.

"Ni am ba mai yiwuwa zuwa manta nawa wauta a cikin yin ciniki fita tare da wani mahaukaci so kai!"

"Ka kasance shiru, Jitendra! The iri ɗaya Ubangiji Hukumar Lafiya ta Duniya ciyar da

mu nufin nuna mu Brindaban, kuma dawo mu zuwa Agra.

Wani karamin saurayi mai kyawun fuska ya zo kusa da sauri. Ya tsaya a karkashin bishiyarmu, ya sunkuya a gabana.

"Kai abokina, kai da abokin tafiyarka dole ne ku kasance baki a nan. Ku bar ni in zama mai masaukin baki da jagora."

Da kyar ne ɗan ƙasar Indiya ya yi fari, amma fuskar Jitendra ta yi tsami ba zato ba tsammani. Na ƙi tayin cikin ladabi.

"Tabbas ba za ka kore ni ba?" Tsoron bakon zai zama abin dariya a kowace irin yanayi.

"Me yasa ko ba haka ba?"

"Kai ne malamina." Idanunsa suka nemi nawa cikin aminci. "A lokacin ibadata ta tsakar rana, Ubangiji Krishna mai albarka ya bayyana a cikin wahayi. Ya nuna mini siffofi biyu da aka yashe a ƙarƙashin wannan bishiyar. Fuska ɗaya taku ce, maigidana! Sau da yawa na gan ta a cikin tunani! Abin farin ciki ne idan ka karɓi hidimata ta tawali'u!"

"Ni ma ina farin ciki da ka same ni. Allah ko mutum bai yashe mu ba!" Duk da cewa na yi shiru, ina murmushi ga fuskar da ke gabana, sai na yi sujada a cikin zuciyata.

"Masoyiyata abokai, nufin kai ba girmamawa nawa gida don wani ziyara?"

"Kai mai kirki ne; amma shirin ba zai yiwu ba. Mun riga mun zama baki ga ɗan'uwana a Agra." "Akalla ku ba ni tunanin yin rangadin Brindaban tare da ku."

Na yarda da hakan da farin ciki. Saurayin, wanda ya ce sunansa Pratap Chatterji, ya yi wa karusar doki kira. Mun ziyarci Haikalin Madanamohana da sauran wuraren ibada na Krishna. Dare ya yi a lokacin da muke ibada a haikalinmu.

"Yi hakuri yayin da nake shan *sandesh* ." **11-6** Pratap ya shiga wani shago kusa da tashar jirgin ƙasa. Ni da Jitendra muka yi tafiya a kan babban titi, inda jama'a suka cika da cunkoso. Abokinmu bai zo ba na ɗan lokaci, amma daga ƙarshe ya dawo da kyaututtukan nama da yawa.

"Don Allah a bar ni in sami wannan darajar addini." Pratap ya yi murmushi yana rokon Agra yayin da yake mika masa tarin kuɗin rupee da tikiti biyu, waɗanda aka saya yanzu.

Girmamawar da na samu ita ce ta hannun da ba a gani. An yi wa Ananta ba'a, shin falalarsa ba ta wuce buƙatar da ake buƙata ba?

Mu an nema fita wani kebancewa tabo kusa Lallai tashar.

"Pratap, zan koya muku *Kriya* ta Lahiri Mahasaya, babban yoga na zamani.

Dabararsa ita ce za ta zama guru."

An kammala kaddamar da shirin cikin rabin sa'a. " *Kriya shine chintamani* naka ,"
11-7 Na gaya wa sabon dalibin. "Dabarar, wadda kamar yadda kuke gani mai sauƙi
ce, ta ƙunshi fasahar hanzarta tunanin mutum."

juyin halittar ruhaniya. Littattafan Hindu sun koyar da cewa girman kai yana buƙatar shekaru miliyan don samun 'yanci daga *maya* . Wannan lokacin halitta yana da gajarta sosai ta hanyar *Kriya Yoga* . Kamar yadda Jagadis Chandra Bose ya nuna cewa girman shuka zai iya hanzarta fiye da yadda aka saba, haka nan ci gaban tunanin ɗan adam kuma za a iya hanzarta shi ta hanyar kimiyya ta ciki. Ka kasance mai aminci a cikin aikinka; za ka kusanci Malamin dukkan malamai."

"An ɗauke ni zuwa nemo wannan maɓallin yoga, an dade ana nema na!" Pratap ya yi magana cikin tunani. "Tasirinsa na cire ɗaurewa akan haɗin gwiwar ji na zai 'yantar da ni zuwa manyan wurare. Hangen nesa na yau na Ubangiji Krishna zai iya nufin mafi girman alherina kawai.

Mun zauna na ɗan lokaci cikin rashin fahimta, sannan muka yi tafiya a hankali zuwa tashar. Farin ciki yana cikina yayin da nake shiga jirgin kasa, amma wannan shine ranar Jitendra saboda hawaye. Bankwana da na yi da Pratap ya cika da kuka mai karfi daga abokan aikina biyu. Tafiyar ta sake samun Jitendra cikin bakin ciki. Ba don kansa ba a wannan karon, sai don kansa.

"Yaya mara zurfi nawa amince! Nawa zuciya yana da kasance dutse! Ba a taɓa a cikin nan gaba zai Ni shakka Na Allah kariya!

Tsakar dare ta gabato. "Cinderellas" guda biyu, waɗanda aka aika ba tare da kuɗi ba, suka shiga ɗakin kwanan Ananta. Fuskarsa, kamar yadda ya yi alkawari, abin birgewa ne. A shiru na zuba wa teburin ruwan rupees.

"Jitendra, gaskiya!" Muryar Ananta ta yi barkwanci. "Shin wannan matashin bai yi shirin yin wani abu ba?" Amma yayin da labarin ya fara bayyana, ɗan'uwana ya zama mai hankali, sannan ya zama mai biyayya.

"Dokar buƙata da waɗata ta kai ga wurare masu zurfi fiye da yadda na zata." Ananta ta yi magana da sha'awar ruhaniya da ba a taɓa gani ba a da. "Na fahimci a karon farko rashin kulawarka ga tarin abubuwa da abubuwan da ba su dace ba na duniya."

Ko da yake a makare, ɗan'uwana ya dage cewa ya karɓi *diksha* **11-8** cikin *Kriya Yoga* . "Guru" Mukunda dole ne ya ɗauki nauyin almajiran biyu da ba a nema ba a rana ɗaya.

Na ci abincin karin kumallo washegari da safe ba tare da kowa ba. Na yi wa Jitendra murmushi.

"Kai zai ba zama an yi wa yaudara na Lallai Taj. Bari mu duba shi kafin farawa don Serampore.

Ina bankwana da Ananta, ni da abokina mun kusa kammala faukakar Agra, Taj Mahal. Farin marmara yana haskakawa a rana, yana tsaye da hangen nesa na daidaito. Mafi kyawun wuri shine cypress mai duhu, lawn mai sheki, da kuma tafki mai natsuwa. Cikin gidan yana da kyau tare da sassaka masu kama da lace waƙanda aka lullube da duwatsu masu daraja. Launuka masu laushi da gungura suna fitowa daga marmara, launin ruwan kasa da shufi. Haske daga kusurwoyin ya faɗo kan cenotaphs na Sarki Shah-Jahan da Mumtaz Mahall, sarauniyar masarautarsa da zuciarsa.

Isasshe na ganin gani! Ni ya kasance sha'awa don nawa guru. Jitendra kuma Ni sun kasance nan ba da jimawa ba tafiya kudu ta hanyar

jirgin kasa zuwa ga Bengal.

"Mukunda, ban ga iyalina ba tsawon watanni. Na canza shawara; watafila daga baya zan ziyarci maigidanki a Serampore."

Abokina, wanda za a iya cewa yana da ɗan rashin tabbas a cikin halinsa, ya bar ni a Calcutta. Da jirgin kasa na gida, ba da dadewa ba na isa Serampore, mil goma sha biyu daga arewa.

Wani abin mamaki ya mamaye ni yayin da na fahimci cewa kwanaki ashirin da takwas sun shude tun lokacin da Benares suka haɗu da malamina. "Za ka zo wurina cikin makonni huɗu!" Ga ni nan, ina cikin bugun zuciya, ina tsaye a cikin farfajiyarsa a kan titin Rai Ghat mai natsuwa. Na shiga gidan ibada a karon farko inda zan yi mafi kyawun ɓangare na shekaru goma masu zuwa tare da *Jyanaavatar na Indiya* , "halittar hikima."

11-1 : Duba babi 25.

11-2 : The shahararriyar duniya kabarin..

11-3 : A *dhoti* - zane shine an ɗaure a kusa Lallai kugu kuma murfin Lallai kafafu..

11-4 : Brindaban, a cikin Lallai Mutra gundumar na Haɗaka Larduna, shine Lallai Hindu Urushalima. nan Ubangiji Krishna an nuna albarkunsa don amfanin ɗan adam..

11-5 : Hari; wani mai ban sha'awa suna ta hanyar wanda Ubangiji Krishna shine

sananne zuwa nasa masu bauta. 11-6: Naman zaki na Indiya..

11-7 : A tatsuniyoyi dutse mai daraja tare da iko zuwa tallafi sha'awa.

11-8 : ruhaniya farawa; daga Lallai Sanskrit tushe *diksh* , zuwa sadaukar da kai kai.

BABI: 12

Shekaru A cikin Nawa Digiri na biyu Hermitage

"Ka zo." Sri Yukteswar ya gaishe ni daga fatar damisa a kasan baranda mai baranda. Muryarsa tana da sanyi, yanayinsa ba shi da motsin rai.

"Haka ne, masoyiyata Jagora, Ni am nan zuwa bi kai." Durkusawa, Ni taɓa nasa kafafu.

"Yaya gwangwani wancan zama? Kai yi watsi nawa fatan alheri."

"A'a ya fi tsayi, Guruji! Naku fata zai zama nawa doka!"

"Wannan ya fi kyau! Yanzu zan iya d'aukar nauyin

rayuwarka." "Ina miƙa nauyin da yardar raina,

Malam."

"Bukatata ta farko, to, ita ce ka koma gida wurin iyalinka. Ina so ka shiga kwaleji a Calcutta. Ya kamata a ci gaba da karatunka."

"To, yallaƙai." Na boye fargabata. Shin littattafai masu ƙarfi za su bi ni a tsawon shekaru? Uba na farko, yanzu Sri Yukteswar!

"Wata rana za ka je Yamma. Mutanenta za su ji daɗin tsohuwar hikimar Indiya idan baƙon malamin Hindu yana da digiri na jami'a."

"Kai ne mafi sani, Guruji." Bakin ciki ya tafi. Na ga alamar da na yi wa Yamma tana da ban mamaki, mai nisa; amma damar da na samu ta faranta wa Jagora rai ta hanyar biyayya ta kasance nan take.

"Kai nufin zama kusa a cikin Calcutta; zo nan duk lokacin da kai nemo lokaci.

"Kowace rana idan zai yiwu, Malam! Ina godiya da karɓar ikonka a cikin kowane abu na rayuwata - akan sharadi d'aya."

"Eh?"

"Wannan kai alkawari zuwa bayyana Allah zuwa ni!"

An yi ta fada ta baki na tsawon awa d'aya. Ba za a iya ƙaryata maganar maigida ba; ba a yi ta ba da sauƙi ba. Ma'anar da ke cikin alkawarin tana bayyana manyan ra'ayoyi na zahiri. Dole ne malami ya kasance yana da kusanci da Mahalicci kafin ya tilasta masa ya bayyana! Na ji haɗin kan Allahntaka na Sri Yukteswar, kuma na kuduri aniyar, a matsayina na almajirinsa, don in ƙara amfanina.

"Kana da halin da ya dace!" Sai amincewar Malam ta yi ƙara da tausayi: "Bari

burinka ya zama burina."

Inuwa ta tsawon rai ta d'auke daga zuciyata; binciken da ba a san ko mene ba, nan da nan, ya ƙare. Na sami mafaka ta har abada a cikin wani babban malami na gaske.

"Zo; zan nuna maka wurin da aka ajiye kayan tarihi." Jagora ya tashi daga kan tabarmar damisar sa. Na kalli kaina; kallona ya faɗi da mamaki a kan hoton bango, an yi masa ado da feshi na jasmine.

"Lahiri Mahasaya!"

"Eh, malamina na addini." Muryar Sri Yukteswar ta kasance mai karfi da girmamawa. "Ya fi kowane malami girma, a matsayinsa na mutum da kuma yoga, wanda rayuwarsa ta zo daidai da bincikena."

Cikin shiru na sunkuyar da kaina a gaban hoton da na saba gani. Rantsuwa ta yi sauri ga maigidan da ba shi da tamka wanda, ya albarkaci jaririyata, ya shirya da mata kai na zuwa wannan lokacin.

Na yi tafiya a kan gidan da filinsa. Babban, tsohon gini kuma mai kyau, gidan ibada yana kewaye da babban farfajiya mai ginshikai. Bango na waje an rufe shi da gansakuka; tattabarun suna shawagi a kan rufin launin toka mai fafi, suna raba yankin ashram ba tare da wani biki ba. Lambun baya yana da dafi tare da 'ya'yan itacen jackfruit, mangwaro, da bishiyoyin plantain. Baranda masu rufin bene a cikin ginin bene biyu suna fuskantar farfajiyar daga bangarori uku. An yi amfani da babban zauren bene na kasa, tare da rufin da aka gina da ginshikai, in ji Jagora, musamman a lokacin bukukuwan shekara-shekara na *Durgapuja* . **12-1** Wani karamin matakala ya kai ga dakin zama na Sri Yukteswar, wanda karamin baranda ke kallon titi. An yi wa ashram din ado a sarari; komai yana da sauki, tsabta, kuma yana da amfani. Akwai kujeru, benci, da tebura da yawa da aka yi da salon Yamma.

Malam ya gayyace ni in kwana. Wasu matasa almajiransa biyu ne suka yi hidimar abincin dare na curry na kayan lambu, wadanda ke karɓar horo daga hermitage.

"Guruji, don Allah ka gaya min wani abu game da rayuwarka." Ina tsugunne a kan tabarmar bambaro kusa da fatarsa ta damisa. Taurarin abokantaka suna kusa sosai, da alama, a bayan baranda.

"Sunan iyalina Priya Nath Karar ne. An haife ni **12-2** a nan Serampore, inda Baba dan kasuwa ne mai kuɗi. Ya bar mini wannan gidan kakannina, wanda yanzu gidana ne. Karatun da na yi a hukumance ba shi da yawa; na same shi a hankali kuma ba shi da zurfi. A farkon balaga, na dauki nauyin mai gida, kuma ina da 'ya mace daya, yanzu ina da aure. Rayuwata ta tsakiya ta sami albarka da jagora. na Lahiri Mahasaya. Bayan matata ta mutu, na shiga kungiyar Swami kuma na sami sabon suna na Sri Yukteswar Giri. **12-3** Wadannan su ne littattafana masu sauki.

Malam ya yi murmushi ga fuskata mai cike da sha'awa. Kamar dukkan zane-zanen tarihin rayuwa, kalmominsa sun bayyana gaskiyar zahiri ba tare da bayyana mutumin da ke ciki ba.

"Guruji, Ni zai so zuwa ji wasu labarai na naka yarinta.

"Zan gaya muku kafan-kowannensu mai dabi'a!" Idanun Sri Yukteswar sun yi walkiya da gargafinsa. "Mahaiiyata ta taɓa kɔkarin tsorata ni da wani mummunan

labari na fatalwa a cikin daki mai duhu. Na tafi nan take, kuma na nuna takaicina da na rasa fatalwar. Mama ba ta taɓa gaya min wani labari mai ban tsoro ba. Dabi'a: Ka kalli tsoro a fuska kuma zai daina damun ka.

"Wani abin tunawa da farko shi ne burina na samun wani mummunan kare mallakar wani makwabci. Na riƙe iyalina cikin tashin hankali na tsawon makonni don in sami wannan karen. Kunnuwana sun yi kunnen uwar shegu da tayin dabbobin gida masu kama da na dabbobi. Dabi'a: Haɗi yana makanta; yana ba da kyan gani ga abin sha'awa.

"Labari na uku ya shafi rashin karfin tunanin kuruciya. Na ji mahaifiyata tana cewa lokaci-lokaci: 'Mutumin da ya karfi aiki a karkashin kowa bawa ne.' Wannan ra'ayin ya dade har ma bayan aurena na ki duk wani matsayi. Na biya kudi ta hanyar saka hannun jari a cikin tallafin iyali na a kasa. Dabi'a: Shawarwari masu kyau da kyau ya kamata su koyar da masu hankali. kunnuwansu na yara. Tunaninsu na farko sun dade suna nan a rubuce.

Malam ya fadi cikin shiru mai natsuwa. Da misalin tsakar dare ya kai ni wani karamin gado. Barci ya yi dadi da dadi a daren farko da ke karkashin rufin malamina.

Sri Yukteswar ya zabi washegari da safe don ya ba ni kyautar *Kriya Yoga* . Dabarar da na riga na samu daga almajiran Lahiri Mahasaya guda biyu - Uba da kuma malamina, Swami Kebalananda - amma a gaban Jagora na ji karfin canzawa. Da ya taɓa ni, sai wani babban haske ya bayyana a rayuwata, kamar daukakar rana marasa adadi da ke haskakawa tare. Ruwan farin ciki mara misaltuwa, wanda ya mamaye zuciyata har zuwa cikin zuciyarta, ya ci gaba a washegari. Ya yi latti a wannan rana kafin in iya barin wurin ibada.

"Za ka dawo cikin kwana talatin." Da na isa gidana na Calcutta, cikas hasashen Malam ya shigo tare da ni. Babu wani daga cikin dangina da ya yi magana mai ma'ana da na ji tsoro game da sake bayyana "tsuntsu mai tashi sama."

Na hau karamin dakina na kalli karamin dakina na yi mata kallon fauna, kamar ina zaune a wani wuri mai rai. "Kin shaida tunanina, da hawaye da guguwar sadhana . Yanzu na isa tashar malamina mai tsarki."

"Dana, ina farin ciki da mu duka biyun." Ni da Baba muka zauna tare da yamma cikin natsuwa. "Ka same ni Malaminku, kamar yadda na taɓa samun kaina a cikin al'ajabi. Hannun Lahiri Mahasaya mai tsarki yana kare rayukanmu. Ubangijinku bai tabbatar da cewa babu wani waliyyi mai sauƙin isa ga Himalayan ba, sai dai wanda yake kusa. An amsa addu'o'ina: ba a cire ku ba a cikin neman Allah har abada. daga gani na."

Baba kuma ya yi farin ciki da cewa za a ci gaba da karatuna na yau da kullun; ya yi shirye-shirye masu dacewa. An yi min rajista washegari a Kwalejin Cocin Scotland da ke Calcutta.

Watanni masu dadi sun shude. Babu shakka masu karatu na sun yi zato mai ban mamaki cewa ba a gan ni a cikin azuzuwan kwaleji ba. Gidan Sarampore yana da jan hankali sosai. Jagora ya yarda da kasancewara a ko'ina ba tare da yin tsokaci ba. Abin da ya faranta min rai, ba kasafai yake magana a zauren karatu ba. Duk da cewa a bayyane yake cewa ban taɓa samun matsayi a matsayin malami ba, na sami damar cimma matsakaicin maki lokaci zuwa lokaci.

Rayuwa ta yau da kullun a ashram tana gudana cikin sauƙi, ba kasafai ake samun

bambanci ba. Malamina ya farka kafin wayewar gari. Yana kwance, ko kuma wani lokacin yana zaune a kan gado, sai ya shiga yanayin *samadhi* . **12-4** Saukin ganewa ne kawai lokacin da Jagora ya farka: dakatar da minshari mai ban mamaki. **12-5** Nishi daya ko biyu; watakila motsi na jiki. Sai kuma yanayin rashin numfashi mara sauti: yana cikin farin ciki mai zurfi na yogic.

Karin Kumallo ya yi ba bi; na farko ya zo wani dogo tafiya ta hanyar Lallai Ganges. Wadannan safe yawo tare da nawa

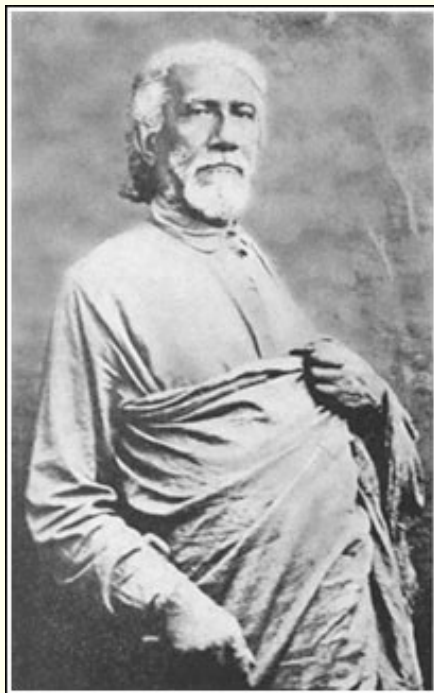
Malami - gaskiya ne kuma a bayyane! A cikin sauƙin tashin tunawa, sau da yawa ina samun kaina a gefensa: rana ta farko tana dɗumama kogin. Muryarsa tana kara, cike da sahihancin hikima.

Wanka; sannan abincin rana. Shirya shi, bisa ga umarnin Malamin yau da kullum, aikin almajiransa ne na hankali. Malamin nawa mai cin ganyayyaki ne. Kafin ya rungumi addinin sufanci, ya ci kwai da kifi. Shawarar da ya ba wa dɗalibai ita ce su bi duk wani abinci mai sauƙi wanda ya dace da tsarin jikin mutum.

Jagora ci karami; sau da yawa shinkafa, masu launi tare da kurkum ko ruwan 'ya'yan itace na beets ko alayyafo kuma A yayyafa dɗan *man shanu* ko man shanu mai narkewa kaɗan. Wata rana zai iya cin lentil- *dhal* ko *channa* **12- 6** curry da kayan lambu. Don kayan zaki, mangwaro ko lemu tare da pudding shinkafa, ko ruwan 'ya'yan itace jackfruit.

Baƙi sun bayyana da rana. Rafi mai ƙarfi ya kwarara daga duniya zuwa cikin kwanciyar hankali na wurin ibada. Kowa ya sami ladabi da kirki iri dɗaya a cikin Jagora. Ga mutumin da ya fahimci kansa a matsayin rai, ba jiki ko girman kai ba, sauran bil'adama suna dɗaukar kamanceceniya mai ban mamaki na al'amari.

The rashin nuna son kai na waliyyai shine tushen a cikin hikima. Digiri na biyu suna da ya tsere *maya* ; nasa mai canzawa Fuskokin hankali da wauta ba su sake yin wani irin kallo mai tasiri ba. Sri Yukteswar bai nuna kulawa ta musamman ga waɗanda suka kasance masu iko ko masu nasara ba; haka nan bai nuna wa wasu ba saboda talaucinsu ko rashin ilimi. Yakan saurari kalmomin gaskiya daga yaro cikin girmamawa, kuma ya yi watsi da wani mai girman kai a fili.



NA MAHAIFIN, SRI YUKTESWAR

Karfe takwas ne lokacin cin abincin dare, kuma wani lokacin ana samun baki da ke jira. Malamina ba ya ba da uzurin cin abinci shi kafai; babu wanda ya bar ashram dinsa da yunwa ko rashin gamsuwa. Sri Yukteswar bai taɓa yin hakan ba.

a cikin rashin sani, ba ya taɓa damuwa da baki da ba a zata ba; karancin abinci zai fito a matsayin liyafa a farkashin jagorancinsa mai albarka. Duk da haka yana da tattali; kananan kuɗinsa sun yi yawa. "Ka ji daɗi a cikin jakarka," sau da yawa yana cewa. "Karin abubuwa zai sa ka ji daɗi." Ko a cikin cikakkun bayanai game da nishaɗin hermitage, ko gininsa da aikin gyara, ko wasu abubuwan da suka shafi aiki, Jagora ya nuna asalin ruhin kirkire-kirkire.

Sa'o'in dare na shiru sau da yawa suna kawo ɗaya daga cikin jawaban malamina, suna da taska da lokaci. Kowace maganarsa ana auna ta kuma an tsara ta da hikima. Babban tabbacin kai ya nuna yanayin yadda yake magana: shi ya kasance na musamman. Shi ya yi magana kamar yadda babu wani a cikin nawa kwarewa har abada ya yi magana. Nasa An auna tunani a cikin daidaito mai laushi na wariya kafin ya bar su su yi ado na waje. Asalin gaskiya, wanda ya mamaye ko da a fannin ilimin halittar jiki, ya fito daga gare shi kamar fitar da rai mai kamshi. Kullum ina sane cewa ina gaban wata bayyananniyar halitta mai rai. na Allah. Nauyin allahntakarsa ya sunkuyar da kaina kai tsaye a gabansa.

Idan baki suka makara suka gano cewa Sri Yukteswar yana shagaltuwa da Infinite, sai ya yi musu magana da sauri. Bai iya yin wani abu ba, ko kuma ya nuna yadda yake son kansa. Kullum yana tare da Ubangiji, ba ya buƙatar lokaci daban don yin tarayya. Wani mai hankali da kansa ya riga ya bar matattakalar tunani. "Furen yana faɗuwa lokacin da 'ya'yan itacen suka bayyana." Amma tsarkaka sau da yawa suna manne wa siffofi na ruhaniya don karfafa almajiran.

Da tsakar dare ya gabato, malamina zai iya yin barci da yanayin ɗabi'ar yaro. Babu wata damuwa game da kayan kwanciya. Sau da yawa yakan kwanta, ba tare da matashin kai ba, a kan wani karamin davenport wanda ke da tsayi wanda shine asalin kujerar da ya saba da ita ta fata.

Tattaunawar falsafa ta dare ba kasafai take faruwa ba; kowane almajiri zai iya kiranta da karfin sha'awa. A lokacin ban ji gajiya ba, babu sha'awar barci; kalmomin Jagora masu rai sun isa. "Oh, wayewar gari ce! Bari mu yi tafiya a kusa da Ganges." Haka ne yawancin lokutan da nake yi ina gina dare suka kare.

Watanni na farko da Sri Yukteswar sun kare da darasi mai amfani - "Yadda Ake Cin Nasara da Sauro." A gida iyalina koyaushen suna amfani da labule masu kariya da dare. Na yi matukar damuwa da gano hakan a cikin An girmama wannan al'ada mai kyau a cikin wannan barna. Duk da haka kwari suna cikin cikakken zama; an cije ni daga kai zuwa kafa. Malamina ya tausaya mini.

"Sayi wa kanka labule, da kuma ɗaya a gare ni." Ya yi dariya ya kara da cewa, "Idan ka sayi ɗaya kawai, da kanka, duk sauro za su mayar da hankali a kaina!"

Na yi matukar godiya da na bi umarnin. Kowace dare da na yi a Serampore, malamina zai roke ni in shirya labulen lokacin kwanciya barci.

Sauro a wata maraice sun yi ta fama da rashin lafiya sosai. Amma Malam bai bayar da umarnin da ya saba ba. Na saurari kukan kwari cikin tsoro. Da na hau gado, sai na yi addu'ar sulhu a gaba ɗaya. Bayan rabin sa'a, na yi tari da son jan hankalin malamina. Na yi tunanin zan yi hauka da cizon, musamman ma waƙar drone yayin da sauro ke bikin bukukuwan jini.

Babu wani motsin da Malam ya yi; na kusanci shi da hankali. Ba ya numfashi. Wannan shi ne karo na farko da na lura da shi a cikin yanayin yoga; ya cika ni da tsoro.

"Zuciyarsa ta gaza!" Na sanya madubi a karkashin hancinsa; babu wani tururin numfashi da ya bayyana. Domin in tabbatar da hakan sau biyu, na tsawon mintuna na rufe bakinsa da hancinsa da yatsuna. Jikinsa yana sanyi kuma babu motsi. Cikin mamaki, na juya zuwa kofar don neman taimako.

"To! Mai tasowa a fannin gwaji! Hancina mara kyau!" Muryar Jagora ta girgiza da dariya. "Me zai hana ka kwanta? Shin duniya za ta canza maka? Ka canza kanka: ka kawar da sanin sauro."

Cikin tawali'u na koma kan gadona. Babu wani kwari da ya isa kusa da ni. Na fahimci cewa malamina ya riga ya yarda da labule kawai don faranta mini rai; ba shi da tsoron sauro. Ikon yoga d'insa yana da matukar karfi wanda ko dai zai iya hana su cizo, ko kuma ya tsere zuwa ga rashin rauni na ciki.

"Yana nuna mini wani abu," na yi tunani. "Wannan shine yanayin yoga da dole ne in yi kokari in cimma." Dole ne mai yoga ya iya shiga cikin, kuma ya ci gaba da kasancewa cikin, cikin fiyayyen sani, ba tare da la'akari da abubuwan da ke raba hankali da yawa ba wanda ba ya face daga wannan duniyar. Ko a cikin hayaniyar kwari ko hasken rana mai yaduwa, dole ne a hana shaidar ji. Sauti da gani suna zuwa a lokacin, amma ga duniya mafi kyau fiye da Adnin da aka kore. **12-7**

The mai koyarwa sauro an yi masa hidima don wani kuma da wuri darasi a Lallai ashram. Yana ya kasance Lallai mai laushi sa'a d'aya ta yi da magariya. Malamina yana fassara tsoffin rubuce-rubucen ba tare da misaltuwa ba. A kafafunsa, ina cikin cikakken kwanciyar hankali. Sauro marar tausayi ya shiga cikin wurin shakatawar ya yi gasa don neman kulawata. Yayin da yake haka wani guba mai guba. Allura mai kama da ta fata a cinyata, na daga hannun daukar fansa kai tsaye. Ka huta daga hukuncin da za a yanke maka! Wata dama ta tuna min da d'aya daga cikin kalmomin yoga na Patanjali- cewa akan *ahimsa* (rashin lahani).

"Me yasa ba ka gama aikin ba?"

"Malam! Kana ba da shawarar

daukar rai?"

"A'a; amma an riga an yi maka mummunan rauni a

zuciyarka." "Ban fahimta ba."

"Ma'anar Patanjali ita ce kawar da *sha'awar* kisa." Sri Yukteswar ya ga yadda tunanina yake aiki a matsayin littafi a buɗe. "Wannan duniyar an shirya ta ne ba tare da wata matsala ba don yin aikin *ahimsa na zahiri* . Ana iya tilasta wa mutum ya kawar da halittu masu cutarwa. Ba shi da irin wannan tilas na jin fushi ko kiyayya. Duk nau'ikan rayuwa suna da daidai da iskar *maya* . Waliyin da ya tona asirin halitta zai kasance cikin jituwa da maganganunsa marasa adadi masu rikitarwa. Duk mutane na iya kusantar wannan fahimtar da ke hana sha'awar halaka ta ciki."

"Guruji, ya kamata ɗaya tayin kansa wani hadaya maimakon haka fiye da kashe wani daji dabba?"

"A'a; jikin mutum yana da daraja. Yana da mafi girman darajar juyin halitta saboda keɓaɓɓun cibiyoyin kwakwalwa da kashin baya. Waɗannan suna ba wa mai ci gaba damar fahimtar da kuma bayyana mafi girman ɓangarorin allahntaka. Babu wani karamin siffa da ke da kayan aiki kamar haka. Gaskiya ne cewa mutum yana ɗaukar bashin karamin zunubi idan aka tilasta masa ya kashe dabba ko wani abu mai rai. Amma Vedas *suna* koyar da cewa asarar jikin ɗan adam ba bisa ka'ida ba babban laifi ne ga dokar karmic."

Ni ya yi ajiyar zuciya a cikin sauki; nassi karfafawa na na mutum na halitta ilhami shine ba koyaushe mai zuwa.

Ya faru da ban taɓa ganin Jagora a kusa da damisa ko damisa ba. Amma wani maciji mai kisa ya taɓa fuskantarsa, sai kawai kaunar malamina ta mamaye shi. Ana jin tsoron wannan nau'in maciji a Indiya, inda yake kashe mutane sama da dubu biyar a kowace shekara. Haɗuwar ta faru ne a Puri, inda Sri Yukteswar ke da gidan ibada na biyu, wanda yake kusa da shi. Lallai Tekun Gabar Teku na Bengal. Prafulla, wani matashi almajiri na daga baya shekaru, ya kasance tare da Jagora a kunne wannan lokaci.

"Mun zauna a waje kusa da ashram," Prafulla ya gaya mini. "Kuruciya ta bayyana kusa da ita, tsawonta ya kai kafa huɗu cike da tsoro. An faɗaɗa murfinta cikin fushi yayin da take gudu zuwa gare mu. Malamina ya yi dariya mai maraba, kamar ga yaro. Na ruɗe da mamaki ganin Jagora yana tafa hannuwa. **12-8** Yana nishadantar da baƙon da ke cikin tsoro! Na yi shiru gaba ɗaya, ina fitar da addu'o'in da zan iya yi. Macijin, wanda yake kusa da guruna, yanzu ya zama ba ya motsi, da alama yana jin ɗaɗinsa saboda yanayinsa na shafa. Murfin tsoro a hankali ya fara raguwa; macijin ya ratsa tsakanin kafafun Jagora ya ɓace cikin daji.

"Dalilin da ya sa malamina zai motsa hannunsa, da kuma dalilin da ya sa macijin nan ba zai buge su ba, ba su da wani bayani a gare ni a lokacin," Prafulla ya kammala da cewa "Tun daga lokacin na fahimci cewa ubangijina mai tsarki ba ya jin tsoron rauni daga kowace halitta mai rai."

Wata rana a lokacin da nake farkon watanni a ashram, sai na ga idanun Sri Yukteswar suna kallona da karfi.

"Kai su ne kuma siriri, Mukunda."

Furucinsa ya jawo hankali sosai. Cewa idanuna da suka suma da kuma kamannina da suka yi rauni sun yi nisa sosai. Daga abin da na so, jerin magungunan tonics a ɗakina da ke Calcutta sun shaida hakan. Babu abin da ya taimaka; ciwon mara na kullum ya biyo ni tun ina karami. Rashin bege na ya kai wani lokaci lokacin da na Na tambayi kaina ko yana da amfani in ci gaba da wannan rayuwa da jiki mara lafiya haka.

"Magunguna suna da iyaka; babu wani karfin halitta da ke da ikon kirkira. Ku yi imani da cewa: za ku kasance cikin koshin lafiya da karfi."

Kalmomin Sri Yukteswar sun tayar da shakku kan gaskiyar da za a iya amfani da ita a kaina wadda babu wani mai warkarwa - ni da kaina na gwada da yawa! - da ya sami damar tattarawa a cikina.

Kowace rana, ga shi! Na yi kauri. Makonni biyu bayan albarkar Ubangiji da aka boye, na tara nauyin da ke karfafa ni wanda ya tsere mini a baya. Ciwon ciki na da ya ci gaba ya face da wani

na dindindin a rayuwata. A wasu lokutan daga baya na shaida warkarwar malamar ...

"Shekaru da suka wuce, ni ma ina sha'awar kara kiba," in ji Sri Yukteswar. "A lokacin da nake samun sauƙi bayan wata mummunar rashin lafiya, na ziyarci Lahiri Mahasaya a Benares.

"Yar uwa, Ni suna da kasance sosai rashin lafiya kuma face da yawa fam.'

"Ni gani, Yukteswar, **12-9** kai yi kanka rashin lafiya, kuma yanzu kai yi tunani kai su ne siriri.'

"Wannan amsar ba ta yi kama da wadda na zata ba; duk da haka, malamina

ya kara da karfafa gwiwa: "'Bari in gani; na tabbata ya kamata ka ji dafi gobe."

"Da na d'auki kalamansa a matsayin wata alama ta warkarwa ta sirri ga tunanina mai karfa, ban yi mamakin washegari da aka yi mini wani irin karfi ba. Na nemi maigidana na yi ihu da farin ciki, 'Yallaƙai, ina jin dafi sosai a yau.'

"Hakika! A yau kai karfafa da kanka.'

"A'a, maigidana!' Na yi zanga-zanga. 'Kai ne ka taimake ni; wannan shine karo na farko cikin makonni da na sami kuzari."

"Eh! Ciwonki ya yi tsanani sosai. Jikinki yana da rauni tukuna; wa zai iya faɗin yadda zai kasance gobe?"

"Tunanin yiwuwar dawowar raunin da nake da shi ya kawo min tsoro mai sanyi. Washegari da safe da kyar na iya jan kaina zuwa gidan Lahiri Mahasaya."

"Yar uwa, Ni am mara lafiya kuma.'

"Nawa na malaman addini kallo ya kasance mai ban mamaki. 'Don haka! Sau d'aya Kara kai rashin kwanciyar hankali da kanka.'

"Gurudeva, na fahimci cewa kowace rana kina yi mini ba'a." Hakurina ya kare. 'Ban fahimci dalilin da yasa kike karya rahotannin gaskiya na ba.'

"Hakika, tunaninka ne ya sa ka ji kamar kana da rauni da karfi a lokaci guda.' Maigidana ya dube ni cikin kauna. 'Ka ga yadda lafiyarka ta bi daidai da tsammaninka. Tunani karfi ne, ko da kuwa wutar lantarki ne ko kuma nauyi. Hankalin dan adam walkiya ce ta sanin Allah mai girma. Zan iya nuna maka cewa duk abin da zuciyarka mai karfi ta yi imani da shi sosai zai faru nan take.'

"Sanin wancan Lahiri Mahasaya ba za a taɓa yi ba ya yi magana rashin hankali, Ni an magance matsalar shi tare da mai girma mamaki kuma godiya:

'Malam, idan Ni yi tunani Ni am to, kuma suna da sake samun nasara nawa na baya nauyi, zai wancan zai faru?

"Yana shine don haka, har ma a wannan lokaci. Nawa guru ya yi magana mai tsanani, nasa kallo mai da hankali a kunne nawa idanu.

"Ga shi! Na ji karuwa ba wai kawai ta farfi ba, har ma ta nauyi. Lahiri Mahasaya ya ja da baya cikin shiru. Bayan 'yan awanni a kafafunsa, na koma gidan mahaifiyata, inda na zauna a lokacin ziyarar da na kai Benares.

"Dana! Me ke damuna? Kana kumburi da ciwon mara?" Mama ta kasa yarda da idanunta. Jikina yanzu yana da farfi kamar yadda yake kafin rashin lafiyata.

"Na auna kaina na ga cewa a cikin kwana ɗaya na kara fam hamsin; sun ci gaba da kasancewa tare da ni har abada. Abokai da waɗanda suka san ni sun yi mamakin mamaki. Da yawa daga cikinsu sun canza salon rayuwarsu suka zama almajiran Lahiri Mahasaya sakamakon wannan mu'ujiza."

"Gwanina, a farke cikin Allah, ya san cewa wannan duniyar ba komai ba ce illa mafarkin Mahalicci. Domin ya san cikakken haɗin kansa da Mai Mafarkin Allah, Lahiri Mahasaya zai iya bayyana ko ya canza ko kuma ya yi duk wani canji da yake so a cikin hangen nesa na sararin samaniya. **12-10**

"Duk wani halitta ana tafiyar da shi bisa doka," in ji Sri Yukteswar. "Wadanda ke bayyana a sararin samaniya, waɗanda masana kimiyya za su iya ganowa, ana kiransu dokokin halitta. Amma akwai wasu dokoki masu zurfi da ke jagorantar yanayin sani wanda za a iya sani kawai ta hanyar kimiyyar ciki ta yoga. Boyayyun tsare-tsaren ruhaniya suma suna da ka'idodin aiki na halitta da na halal. Ba masanin kimiyyar zahiri ba ne amma cikakken mai fahimtar kansa wanda ya fahimci ainihin yanayin abu. Don haka Kristi ya sami damar mayar da kunnen bawan bayan da ɗaya daga cikin almajiran ya yanke masa kunne." **12-11**

Sri Yukteswar mai fassara littattafai ne mara misaltuwa. Yawancin abubuwan da na fi farin ciki sun ta'allaka ne a cikin jawabansa. Amma tunaninsa masu daraja ba a jefa shi cikin toka na sakaci ko wauta ba. Motsi ɗaya na jikina mara natsuwa, ko kuma ɗan rashin hankalina, ya isa ya sanya lokaci ba zato ba tsammani ga bayanin Jagora.

"Ba ka nan." Malam ya katse kansa wata rana da wannan bayanin. Kamar yadda ya saba, yana lura da hankalina cikin gaggawa.

"Guruji!" Muryata ta nuna rashin amincewa. "Ban motsa ba; idanuna ba su motsa ba;

zan iya maimaita kowace kalma da ka furta!"

"Duk da haka, ba ka kasance tare da ni sosai ba. Kiyayyarka ta tilasta mini in fadi cewa a cikin tunaninka kana kirkirar cibiyoyi uku. Daya daga cikinsu wani wurin hutu ne a kan fili, wani kuma a kan tudu, na uku kuma a bakin teku."

Wadannan tunanin da aka tsara ba su da tabbas sun kasance a wurin kusan ba tare da saninsu ba. Na kalle shi ina ba shi hakuri.

"Menene gwangwani Ni yi tare da irin wannan wani maigidan, Hukumar Lafiya ta Duniya shiga nawa bazuwar tunani?"



Babban gini a Mount Washington Estates da ke Los Angeles, wanda aka kafa a shekarar 1925 a matsayin hedikwatar Amurka don Kungiyar Gane Kai.



Gane Kai Coci na Duk Addinai, Hollywood, Kalifoniya.

"Ka ba ni wannan dama. Ba za a iya fahimtar gaskiyar da nake bayyanawa ba tare da cikakken hankalinka ba. Sai dai idan ya zama dole, ba na mamaye tunanin wasu. Mutum yana da damar yin yawo a boye a cikin tunaninsa. Ubangijin da ba a gayyace shi ba ba ya shiga can; kuma ba ni da niyyar yin kutse."

"Kai su ne har abada maraba, Malam!"

"Naku gine-gine mafarkai nufin zahiri daga baya. Yanzu shine Lallai lokaci don karatu!"

Don haka ba zato ba tsammani malamina ya bayyana a cikin sauƙi zuwan manyan abubuwa guda uku a rayuwata. Tun ina karami, na ga gine-gine uku masu ban mamaki, kowannensu a wani yanayi daban. A cikin ainihin jerin da Sri Yukteswar ya nuna, waɗannan wahayin sun ɗauki matsayi na karshe. Da farko na fara kafa

makarantar yoga ta maza a filin Ranchi, sannan hedkwatar Amurkata a Los.

Angeles saman tudu, a karshe wani gidan dabbobi a cikin kudu California ta hanyar Lallai babba Tekun Pacific.

Jagora bai taɓa yin ikirarin girman kai ba: "Ina annabta cewa irin wannan lamari zai faru!" Ya fi so ya yi hakan. ambato: "Kada kai yi tunani shi watan Mayu faruwa?" Amma nasa mai sauƙi jawabi boyayye vatic iko. A can bai yi ridda ba; kalamansa da aka boye ba su taɓa zama karya ba.

Sri Yukteswar yana da tawali'u kuma yana da halin da ba shi da tabbas ko kuma mai hangen nesa mai hankali game da shi. Kafafunsa sun yi karfi a duniya, kansa kuma yana cikin mafakar sama.

Mutane masu aiki sun jawo masa sha'awa. "Tsarkaka ba wauta ba ce! Ra'ayin Allah ba ya raunana!" zai ce. "Fuskar nagarta mai aiki tana haifar da hankali mafi kyau."

A rayuwar Jagora na gano cikakken rabuwar da ke tsakanin gaskiyar ruhaniya da kuma abin da ba a sani ba sihiri wanda ke wucewa ta hanyar da ba ta dace ba a matsayin abokin tarayya. Malamina bai yi niyyar tattauna sararin samaniyar zahiri ba. Kawai yanayinsa mai "ban mamaki" shine na cikakkiyar sauƙi. A cikin tattaunawa ya guji ambato masu ban mamaki; a aikace yana bayyana kansa cikin 'yanci. Wasu sun yi magana game da mu'ujizai amma Ba zai iya bayyana komai ba; Sri Yukteswar ba kasafai yake ambaton dokoki masu sauƙi ba amma yana gudanar da su a boye yadda ya ga dama.

"Mutumin da ya fahimci abubuwa ba ya yin wani mu'ujiza har sai ya sami izini na ciki," in ji Jagora. "Allah ba ya son a bayyana asirin halittarsa ba tare da lalata ba."

12-12 Haka kuma, kowane mutum a duniya yana da haƙƙin da ba za a iya kwace masa ba ga 'yancinsa. Waliyi ba zai yi amfani da wannan 'yancin ba."

Shirun da Sri Yukteswar ya saba yi ya samo asali ne daga zurfin fahimtarsa game da rashin iyaka. Babu wani lokaci da ya rage don "wahayi" marasa iyaka waɗanda ke mamaye zamanin malamai ba tare da fahimtar kansu ba. "A cikin mutane marasa zurfi, kifayen kananan tunani suna haifar da hayaniya mai yawa. A cikin tunanin teku, kifayen wahayi ba sa yin wani abu mai ban mamaki." Wannan lura daga nassosin Hindu ba tare da barkwanci mai ban sha'awa ba ne.

Saboda kamannin malamina mara kyau, kaɗan ne daga cikin mutanen zamaninsa suka amince da shi a matsayin babban mutum. Karin maganar da aka fi sani da: "Wawa ne wanda ba zai iya boye hikimarsa ba," ba za a iya amfani da ita ga Sri Yukteswar ba. Duk da cewa an haife shi mutum kamar sauran mutane, Jagora ya sami asali tare da Mai Mulkin lokaci da sarari. A rayuwarsa na fahimci haɗin kai irin na Allah. Bai sami wata matsala mai karfi ba ga haɗakar ɗan adam da Allahntaka. Na fahimci cewa babu irin wannan shinge, sai dai a cikin rashin kasada ta ruhaniya ta mutum.

Kullum ina jin daɗin taɓa kafafun Sri Yukteswar masu tsarki. Yogis yana koyar da

cewa almajiri yana jan hankalinsa ta hanyar mu'amala mai daraja da ubangida; ana samar da wata karamar iska. Hanyoyin da ba a so na mai ibada a cikin kwakwalwa galibi ana boye su; ana damun yanayinsa na duniya da amfani. Akalla na ɗan lokaci, yana iya samun rufin asiri na *maya*. ɗagawa, da kuma hango gaskiyar ni'ima. Duk jikina yana amsawa da haske mai 'yanci a duk lokacin da Na durkusa cikin salon Indiya a gaban malamina.

"Ko da yausha Lahiri Mahasaya ya kasance shiru," Jagora an fada ni, "ko kuma yausha shi an yi magana a kunne wani fiye da

batutuwa na addini ne kawai, na gano cewa duk da haka ya isar mini da ilimin da ba za a iya bayyanawa ba.

Sri Yukteswar ta shafe ni haka nan. Idan na shiga gidan ibada cikin damuwa ko rashin damuwa Na tuna, halina ya canza ba zato ba tsammani. Natsuwa ta warke bayan na ga malamina kawai. Kowace rana tare da shi sabuwar rayuwa ce ta farin ciki, zaman lafiya, da hikima. Ban taɓa samunsa ba. ruɗewa ko maye da kwadayi ko motsin rai ko fushi ko duk wani alaƙar ɗan adam.

"Duhun *Maya* yana gabatowa a hankali. Bari mu koma gida." Da waɗannan kalmomin a lokacin faɗuwar rana Malam yana tunatar da almajiransa game da buƙatarsu ta *Kriya Yoga* . Wani sabon ɗalibi wani lokaci yana nuna shakku game da cancantarsa ta shiga aikin yoga.

"Ka manta da abin da ya gabata," Sri Yukteswar zai yi masa ta'aziyya. "Rayuwar da ta face ta dukkan mutane duhu ce da kunya da yawa. Halin ɗan adam ba shi da tabbas har sai ya kasance cikin Allahntaka. Komai a nan gaba zai inganta idan kana ƙoƙarin ruhaniya yanzu."

Jagora koyaushe yana da ƙananan *chelas* **12-13** a cikin gidansu. Ilimin ruhaniya da na ilimi su ne abin da yake sha'awa a rayuwarsa: ko da kafin ya rasu, ya yarda ya horar da yara maza biyu 'yan shekara shida da kuma wani matashi ɗan shekara goma sha shida. Ya jagoranci tunaninsu da rayuwarsu da wannan tarbiyya mai kyau wadda kalmar "almajiri" ta samo asali daga asalinta. Mazauna Ashram suna ƙaunar kuma suna girmama malaminsu; ɗan tafa hannunsa ya isa ya kawo su cikin sha'awarsa. Lokacin da yanayinsa ya yi kyau shiru da ja da baya, babu wanda ya yi ƙoƙarin yin magana; lokacin da dariyarsa ta yi ƙara mai daɗi, yara suka yi kallo a kansa a matsayin nasu.

Malam ba kasafai yake neman wasu su yi masa hidima ta kashin kansa ba, kuma ba zai karɓi taimako daga ɗalibi ba sai dai idan da gaske yake son yin hakan. Malamina ya wanke tufafinsa a hankali idan almajiran suka yi watsi da wannan aikin na musamman. Sri Yukteswar ya sanya rigar gargajiya mai launin ocher; takalmansa marasa lace, bisa ga al'adar yogi, an yi su ne da fatar damisa ko barewa.

Jagora ya iya Turanci, Faransanci, Hindi, da Bengali sosai; Sanskrit ɗinsa yana da kyau. Ya koyar da almajiransa matasa ta hanyar wasu gajerun hanyoyi waɗanda ya ƙirƙira da kyau don nazarin Turanci da Sanskrit.

Jagora ya kasance mai hankali na nasa jiki, yayin da rikewa mai son zuciya haɗe-haɗe. The Babu iyaka, Ya nuna, yana bayyana ta hanyar lafiya ta jiki da ta hankali. Ya yi watsi da duk wani wuce gona da iri. Wani almajiri ya taɓa fara azumi mai tsawo. Malamina ya yi dariya kawai: "Me zai hana a jefa karen ƙashi?"

Lafiyar Sri Yukteswar ta yi kyau kwarai da gaske; ban taɓa ganinsa ba yana rashin

lafiya ba. **12-14** Ya ba wa dalibai damar tuntuɓar likitoci idan ya ga ya dace. Manufarsa ita ce girmama al'adar duniya: "Dole ne likitoci su ci gaba da aikinsu na warkarwa ta hanyar dokokin Allah kamar yadda aka yi amfani da su ga abubuwa." Amma ya daukaka fifikon maganin tunani, kuma sau da yawa yana maimaitawa: "Hikima ita ce mafi kyawun mai tsarkakewa."

"Jiki aboki ne mai cin amana. Ku ba shi hakkinsa; babu kuma," in ji shi. "Ciwo da jin daɗi na ɗan lokaci ne; ku jure dukkan abubuwa biyu cikin natsuwa, yayin da kuke kofarin cire musu makaminsu a lokaci guda."

Tunani shine kofar da cuta da warkarwa ke shiga ta ciki. Ka fi yarda da gaskiyar rashin lafiya ko da lokacin da kake rashin lafiya; bakon da ba a san shi ba zai gudu!

Malam ya lissafa likitoci da yawa a cikin almajiransa. "Wadanda suka fitar da dokokin zahiri za su iya bincika kimiyyar rai cikin sauƙi," in ji shi. "Wani tsari na ruhaniya mai zurfi yana boye a bayan tsarin jiki." **12-15**

Sri Yukteswar ya shawarci dalibansa da su kasance masu alaƙa da kyawawan halaye na Yamma da Gabas. Shi kansa babban jami'i ne a cikin halayen waje, a ciki shi ne mutumin Gabas na ruhaniya. Ya yaba da halaye masu ci gaba, masu amfani da albarkatu da tsabta na Yamma, da kuma manufofin addini wadanda ke ba da haske ga Gabas mai kafi.

Ban san tarbiyya ba a gare ni: a gida Baba yana da tsauri, Ananta kuma yakan yi tsauri. Amma horon Sri Yukteswar ba za a iya kwatanta shi da wani abu ba illa tsauraran mataƙai. A matsayinsa na mai son kamala, malamina yana sukar almajiransa sosai, ko a cikin al'amuran lokaci ko kuma a cikin kananan halaye.

"Kyakkyawan dabi'a ba tare da gaskiya ba kamar mace ce da ta mutu," in ji shi a wani lokaci mai dacewa. "Kai tsaye ba tare da ladabi ba kamar wukar likitan fida ne, yana da tasiri amma ba shi da dadi. Gaskiya da ladabi yana da amfani kuma abin birgewa ne."

A bayyane yake cewa Jagora ya gamsu da ci gaban ruhaniyata, domin ba kasafai yake ambaton hakan ba; a wasu al'amura kunnena ba su da wani sabon abu da zan iya tsawatarwa. Manyan laifukana su ne rashin hankali, jin dadin yanayi na bakin ciki akai-akai, rashin bin wasu fa'idodi na dabi'a, da kuma wasu hanyoyi marasa tsari.

"Ka lura da yadda ayyukan mahaifinka Bhagabati suke da tsari da daidaito ta kowace hanya," in ji malamina. Almajiran Lahiri Mahasaya biyu sun haɗu, jim kaɗan bayan na fara aikin hajjina zuwa Serampore. Uba da Sri Yukteswar sun yi sha'awar kimanta darajar d'ayan. Dukansu sun gina rayuwa ta ciki ta dutse mai tsarki, wadda ba ta narkewa a tsawon tarihi.

Daga malaman da suka yi mini aiki a baya, na yi wasu darussa marasa kyau. An *gaya* mini cewa ba sai na damu da ayyukan duniya ba; lokacin da na yi sakaci ko na yi aikina ba tare da kulawa ba, ba a yi mini horo ba. Yanayin d'an adam yana ganin irin wannan koyarwa yana da sauƙin haɗawa. Duk da haka, a farkashin sandar Jagora mara tausayi, nan da nan na warke daga ruɗun rashin d'aukar nauyi.

"Wadanda suka fi wannan duniyar kyau suna kawata wasu," in ji Sri Yukteswar. "Muddin kana shaƙar iskar duniya mai 'yanci, dole ne ka yi wa kanka hidima ta godiya. Shi kaɗai ne wanda ya fware sosai a yanayin rashin numfashi **12-16** an

'yantar da shi daga abubuwan da suka zama dole a sararin samaniya. Ba zan kasa sanar da kai lokacin da ka kai ga kamala ta karshe ba.

Ba za a taɓa cin hanci ga malamina ba, ko da kuwa ta hanyar soyayya. Bai nuna tausayi ga duk wanda, kamar ni, ya mika kansa ga almajirinsa da son rai ba. Ko ni da Malam muna kewaye da d'alibansa ko baki, ko kuma mu kadai muke tare, koyaushe yana magana a sarari kuma yana yi masa tsawa. Ba tare da wata shakka ba. ya fadɓi cikin rashin zurfi ko rashin daidaito ya kubuta daga tsautawarsa. Wannan maganin da aka yi masa ya yi masa wahala

Na jure, amma kudurina shi ne in bar Sri Yukteswar ya warware kowace matsala ta tunani. Yayin da yake aiki tukuru a kan wannan sauyi na Titanic, na girgiza sau da yawa a karkashin nauyin hammatarsa .

"Idan ba ka son maganata, kana da 'yancin tafiya a kowane lokaci," in ji Malam ya tabbatar min. "Ba na son komai daga gare ka sai dai ci gaban kanka. Ka zauna kawai idan ka ji an amfana."

Duk wani bugu mai tawali'u da ya yi mini, ga kowane hakori a mukamukina da ya fadɪ da wani abu mai ban mamaki, ina godiya fiye da kowace damar bayyanawa. Ba za a iya kawar da zuciyar girman kai ta ɗan adam ba sai dai da rashin kunya. Da tafiyarsa, Allah ya sami wata hanya mara shinge. A banza yana neman ya ratsa ta cikin zukatan masu karfi na son kai.

Hikimar Sri Yukteswar ta ratsa zuciya sosai, ba tare da yin sakaci da maganganun ba, sau da yawa yakan amsa abin da mutum ya lura da shi ba tare da ya fadɪ ba. "Abin da mutum ya yi tunaninsa, da kuma abin da mai magana ya nuna, yana iya zama daban-daban," in ji shi. "Ka yi ƙoƙarin jin tunanin da ke bayan rudani na maganganun maza."

Amma fahimtar Allah tana da zafi ga kunnuwa na duniya; Jagora ba ya shahara da ɗaliban da ba na zahiri ba. Masu hikima, waɗanda koyaushe ƙalilan ne, sun girmama shi sosai. Ina da ƙarfin gwiwar cewa Sri Yukteswar zai zama malamin da aka fi nema a Indiya idan ba kalmominsa ba ne masu gaskiya da kuma yin sharhi.

"Ina da tsauri ga waɗanda suka zo horona," in ji shi a gare ni. "Haka nake so; ko dai ku tafi ko ku tafi." shi. Ni nufin ba za a taɓa yi ba sulhu. Amma kai nufin zama da yawa mai kinder zuwa naka almajiransa; wancan shine naka hanya. Ina ƙoƙarin tsarkakewa ne kawai a cikin wutar tsanani, wadda ta fi ƙarfin juriya. Hanyar da ta dace na soyayya shine kuma canza siffar. The mai sassauci kuma Lallai mai bayarwa hanyoyin su ne daidai yake da tasiri idan aka yi amfani da shi da hikima. Za ka je ƙasashen waje, inda ba a yaba wa kai ba. Malami ba zai iya yaɗa sakon Indiya a Yamma ba tare da isasshen haƙuri da haƙuri ba. "Na ƙi faɗin gaskiyar da na zo daga baya. samu a cikin kalmomin Jagora!

Duk da cewa jawabin Sri Yukteswar mai cike da rudani ya hana dimbin magoya baya a tsawon shekarunsa a duniya, duk da haka ruhinsa mai rai yana bayyana a yau a duniya, ta hanyar ɗaliban gaskiya na *Kriya Yoga da sauran* koyarwarsa . Yana da ƙarin iko a cikin rayukan mutane fiye da kowane lokaci Alexander yana mafarkin sa a cikin ƙasa.

Wata rana Baba ya iso don ya yi wa Sri Yukteswar gaisuwa. Iyayena sun yi tsammanin, wataƙila, za su ji wasu kalmomi a cikin yabona. Ya yi mamakin jin dogon bayani game da kurakuraina. Aikin Jagora ne ya sake ambaton kurakuraina masu sauƙi, marasa ma'ana da kamanni masu ban mamaki. Nauyi. Baba ya yi sauri

ya gan ni. "Daga maganganun malaminka na yi tunanin zan same ka cikin matsala!"
Mahaifiyata tana tsakanin hawaye da dariya.

Abin da ya sa Sri Yukteswar bai ji dadinsa a lokacin shi ne, ina kokarin mayar da wani mutum zuwa ga hanyar ruhaniya, sabanin shawararsa mai sauƙi.

Tare da mai fushi gudu Ni an nema fita nawa guru. Shi an karba ni tare da mai bakin ciki idanu, kamar yadda duk da haka

Sanin laifi. Wannan ne kawai lokacin da na taɓa ganin zaki mai tawali'u a gabana. Lokacin na musamman ya cika da daɗi.

"Yallaɓai, me ya sa ka yi min hukunci ba tare da tausayi ba a gaban

mahaifina mai mamaki? Shin hakan ya yi daidai?" "Ba zan sake yin hakan

ba." Kalar Malamin ta yi haɗuri.

Nan take aka kwace min makamai. Babban mutumin ya amsa laifinsa cikin sauƙi! Duk da cewa bai sake ɓata wa Baba rai ba, Malam ya ci gaba da bincika ni a duk lokacin da ya ga dama.

Sabbin almajirai sukan shiga Sri Yukteswar suna sukar wasu sosai. Masu hikima kamar malamin! Misalai na nuna wariya mara aibi! Amma wanda ya ɗauki harin bai kamata ya zama mara kariya ba. Daliban da ke yin carp ɗin sun gudu da sauri da zarar Master ya buɗe musu yan ramuka daga cikin na'urar nazarinsa.

"Rashin karfin zuciya, wanda ke da ban haushi idan aka yi masa ɗan suka, kamar sassan jiki ne masu ciwo, suna komawa baya kafin a yi musu magani mai sauƙi." Wannan shine maganar Sri Yukteswar mai ban dariya game da waɗanda ba su da karfi.

Akwai almajiran da ke neman wani malami da aka yi su da kamanninsu. Irin waɗannan ɗaliban galibi suna korafin cewa ba su fahimci Sri Yukteswar ba.

"Haka kuma ba ka fahimci Allah ba!" Na amsa a wani lokaci. "Idan waliyyi ya bayyana maka, za ka zama ɗaya." Daga cikin tarin asirai, waɗanda ke shaƙar iska mai wuyar fahimta a kowane daƙika, wa zai iya yin ƙoƙarin tambayar cewa a fahimci yanayin da ba shi da wuyar fahimta na ubangida nan take?

Dalibai suna zuwa, kuma galibi suna tafiya. Waɗanda ke son hanyar tausayi mai daɗi da kuma jin daɗin gane su ba su same ta a wurin ibada ba. Malamin ya ba da mafaka da kiwon dabbobi na tsawon shekaru aru-aru, amma almajiran da yawa suna neman son kai. Sun tafi, suna fifita wulakanci marasa adadi na rayuwa kafin kowace tawali'u. Hasken haske na Malamin, hasken da ke ratsa zuciyarsa, sun fi karfin rashin lafiyarsu ta ruhaniya. Sun nemi wani karamin malami wanda, yana haskaka su da fara'a, ya bar barcin jahilci mai daɗi.

A farkon watanni da na fara tare da Jagora, na fuskanci fargabar tsawatarwa mai tsanani. Waɗannan an keɓe su ne ga almajiran da suka nemi ya yi magana da su. Idan wani ɗalibi mai fushi ya yi zanga-zanga, Sri Yukteswar zai yi shiru ba tare da ɓata masa rai ba. Kalmominsa ba sa taɓa yin fushi, amma ba sa nuna wariya da son kai.

Fahimtar Jagora ba ta dace da kunnuwan baki marasa shiri ba; ba kasafai yake yin magana game da lahaninsu ba, koda kuwa a bayyane yake. Amma ga daliban da suka nemi shawararsa, Sri Yukteswar yana jin nauyi mai girma. Hakika jarumi ne wanda ya dauki nauyin canza dan adam mai girman kai! Jarumtar waliyyi ta samo asali ne daga tausayinsa ga marasa ido na wannan duniyar.

Da na daina fushi, sai na ga an rage min hukunci sosai. Ta wata hanya mai zurfi, Jagora ya narke cikin sauƙin fahimta. Daga baya na rushe kowace bango ta hankali da kuma ɓoye sirrin da ke bayanta, wanda halayen ɗan adam ke kare kansa. **12-17** Ladar ta kasance jituwa mai sauƙi da malamina. A lokacin na gano shi mai aminci, mai kulawa, kuma mai kauna a hankali. Duk da haka, ba tare da nuna wata alama ba, bai yi wata magana ta kauna ba.

Halina na ibada ne. Da farko abin ya bani haushi ganin cewa malamina, wanda ya cika da *jnana* amma da alama ya bushe da *bhakti*, **12-18** Ya bayyana kansa ne kawai ta fuskar lissafi mai sanyi na ruhaniya. Amma yayin da na daidaita kaina da yanayinsa, ban ga wani raguwa ba sai dai karuwa a cikin kusancina da Allah. Jagora mai fahimtar kansa yana da cikakken ikon jagorantar almajiransa daban-daban bisa ga dabi'un son zuciya.

Alakata da Sri Yukteswar, ba ta da wani bayani, duk da haka tana da cikakken iya magana. Sau da yawa nakan ga alamarsa a cikin tunanina, tana sa jawabina ya zama mara amfani. Da na zauna kusa da shi a hankali, sai na ji daɗinsa yana zuba a cikin raina cikin kwanciyar hankali.

An nuna adalcin Sri Yukteswar ba tare da nuna son kai ba a lokacin hutun bazara na shekarar farko ta kwaleji. Na yi maraba da damar da na samu na shafe watanni ba tare da katsewa ba a Serampore tare da malamina.

"Kai ne ke kula da gidan tarihi." Malam ya yi farin ciki da isowata cikin farin ciki. "Ayyukanka za su kasance liyafar baki, da kuma kula da ayyukan sauran almajiran."

Kumar, wani matashin ƙauye daga gabashin Bengal, an karɓe shi bayan makonni biyu don horon hermitage. Da yake da hazaka sosai, ya sami ƙaunar Sri Yukteswar cikin sauri. Saboda wani dalili mara misaltuwa, Master ya yi wa sabon mazaunin sassauci sosai.

"Mukunda, bari Kumar ya ɗauki nauyin aikinka. Yi amfani da lokacinka wajen sharewa da girki." Malam ya bayar da waɗannan umarni bayan sabon yaron ya kasance tare da mu na tsawon wata ɗaya.

An ɗaukaka Kumar zuwa ga shugabanci, ya nuna ƙaramin zalunci a cikin gida. Cikin tawaye na shiru, sauran almajiran suka ci gaba da neman shawarata ta yau da kullun.

"Mukunda ba zai yiwu ba! Kun naɗa ni shugaba, amma sauran suna zuwa wurinsa suna yi masa biyayya." Makonni uku bayan haka Kumar yana gunaguni ga malaminmu. Na ji shi daga ɗaki da ke kusa.

"Shi ya sa na sanya shi a ɗakin girki, kai kuma a ɗakin kwana." Muryoyin Sri Yukteswar masu bushewa ba sabon abu ba ne ga Kumar. "Ta wannan hanyar ka

fahimci cewa shugaba mai cancanta yana da sha'awar yin hidima, ba don ya mamaye ba. Kana son matsayin Mukunda, amma ba za ka iya riƙe shi da cancanta ba. Yanzu ka koma ga aikinka na baya a matsayin mataimakin mai dafa abinci."

Bayan wannan lamari mai tawali'u, Jagora ya koma ga Kumar, wani tsohon halin jin daɗin da ba a saba gani ba. Wa zai iya warware asirin jan hankali? A cikin Kumar, malaminmu ya gano wani abu mai ban sha'awa wanda bai yi wa almajiransa daɗi ba. Duk da cewa sabon yaron a bayyane yake cewa Sri ne.

Ban ji wani abin damuwa ba game da abin da Yukteswar ya fi so. Abubuwan da suka shafi rayuwa, har ma da waɗanda suka mallaki su, suna ba da babban rikitarwa ga tsarin rayuwa. Ba kasafai ake samun wani abu da ya shafi yanayina ba; Ina neman fa'ida daga Sri Yukteswar wadda ba za a iya samunta ba fiye da yabo na waje.

Kumar ya yi magana da dafi zuwa ni ɗaya rana ba tare da dalili; Ni ya kasance zurfi rauni.

"Kanka yana kumbura har ya fashe!" Na kara gargadi wanda na ji gaskiyarsa a zahiri: "Sai dai idan ka gyara halayenka, wata rana za a nemi ka bar wannan ashram ɗin."

Kumar yana dariya cikin zolaya, ya maimaita furucina ga malaminmu, wanda ya shigo ɗakin kwanan nan. Da na yi tsammanin za a tsawatar da ni, sai na ja da baya zuwa kusurwa cikin tawali'u.

"Watafika Mukunda ya yi gaskiya." Amsar da Malam ya ba wa yaron ta zo da sanyin da ba a saba gani ba. Na tsere ba tare da an zage ni ba.

Bayan shekara guda, Kumar ya tafi ziyara gidan yarintarsa. Ya yi watsi da rashin amincewar Sri Yukteswar, wanda bai taɓa sarrafa motsin almajiransa ba da iko. Bayan yaron ya dawo Serampore cikin 'yan watanni, wani canji ya bayyana a fili. Kumar mai kyawawan halaye ya face, fuskarsa mai haske. Wani manomi ne kawai ya tsaya a gabanmu, wanda kwanan nan ya koyi wasu munanan halaye.

Malam ya kira ni ya yi magana cikin bakin ciki game da gaskiyar cewa yaron yanzu bai dace da rayuwar sufaye ba.

"Mukunda, zan bar maka ka umurci Kumar ya bar ashram gobe; ba zan iya ba!" Hawaye suka tsaya a idanun Sri Yukteswar, amma ya danne kansa da sauri. "Da yaron bai taɓa faɗawa cikin wannan zurfin ba da ya saurare ni kuma bai tafi ya haɗu da abokan da ba a so ba. Ya fi kariyar da nake da ita; dole ne duniyar rashin tausayi ta zama guru a gare shi."

Tafiyar Kumar ba ta kawo min farin ciki ba; abin bakin ciki na yi mamakin yadda mutum mai iko zai iya cin nasara Soyayyar maigidanta za ta iya mayar da martani ga abubuwan jan hankali masu rahusa. Jin daɗin giya da jima'i sun samo asali ne daga mutumin halitta, kuma ba sa buƙatar wani abu mai daɗi na fahimta don godiyarsu. Mafarkin hankali yana kama da itacen oleander mai launin kore, mai kamshi tare da furanni masu launuka iri-iri: kowane ɓangare na shukar yana da guba. Kasar warkarwa tana cikin, tana haskakawa da wannan farin ciki da aka nema a cikin dubban kurakurai. **12-19**

"Babban hankali yana da kaifi biyu," in ji Jagora yayin da yake magana game da

hankalin Kumar mai hazaka. "Ana iya amfani da shi ta hanyar ginawa ko kuma ta hanyar lalata kamar wuka, ko dai don yanke tafasar jahilci, ko kuma don yanke kan mutum. Hankali yana shirya da shi ne kawai bayan hankali ya yarda cewa dokar ruhaniya ba za ta iya tserewa ba."

Malamina yana mu'amala da almajiran maza da mata cikin 'yanci, yana daukar kowa a matsayin 'ya'yansa. Da yake ya fahimci daidaiton rayuwarsu, bai nuna bambanci ko nuna bambanci ba.

"A cikin barci, kai yi ba sani ko kai su ne wani mutum ko wani mace," shi in ji shi.
"Kawai kamar yadda wani mutum,

Yin kwaikwayon mace, ba ya zama d'aya, don haka rai, wanda ke kwaikwayon namiji da mace, ba shi da jima'i. Rai shine tsantsar siffar Allah, marar canzawa.

Sri Yukteswar ba ta taɓa gujewa ko d'ora wa mata laifi a matsayin abin da za su iya lalata ta ba. Ya ce, maza ma jaraba ce ga mata. Na taɓa tambayar malamina dalilin da ya sa wani babban waliyyi na da ya kira mata "kofar jahannama."

"Yarinya dole ta zama mai matukar wahala ga kwanciyar hankalinsa a farkon rayuwarsa," malamina ya amsa da karfi. "In ba haka ba da ya yi Allah wadai, ba mace ba, amma wani ajizanci a cikin kamun kansa."

Idan baƙo ya yi karfin halin ba da labarin da ke nuna sha'awa a cikin gidan ibada, Malam zai yi shiru ba tare da amsawa ba. "Kada ka bari a buge ka da bulala mai tayar da hankali ta fuskar kyakkyawar fuska," ya gaya wa almajiran. "Ta yaya bayi za su ji dadin duniya? Dandanonta masu sauƙi yana tsere musu yayin da suke gundura a cikin laka ta asali. Duk wani kyakkyawan wariya ya faɓe ga mutumin da ke da sha'awar abubuwa."

daliban da ke neman tserewa daga ruɗani na *Maya mai kama da juna* daga Sri Yukteswar daga mai ba da shawara mai haƙuri da fahimta.

"Kamar yadda manufar cin abinci ita ce don gamsar da yunwa, ba kwaɗayi ba, haka nan aka tsara dabi'ar jima'i don yaɗuwar nau'in halittu bisa ga dokar halitta, ba don kunna sha'awa marar gamsuwa ba," in ji shi. "Ka lalata sha'awa mara kyau yanzu; in ba haka ba za su bi ka bayan an cire jikin taurari daga jikinta. Ko da lokacin da jiki yake da rauni, hankali ya kamata ya kasance mai juriya koyausha. Idan jaraba ta mamaye ka da mugun karfi, ka shawo kanta ta hanyar nazarin da ba na mutum ba da kuma son rai mara rinjaye. Ana iya sarrafa kowace sha'awa ta halitta.

"Ka kiyaye ikonka. Ka zama kamar teku mai karfi, mai shaƙa a cikin dukkan kogunan ji. Kananan sha'awa ramuka ne a cikin ma'ajiyar kwanciyar hankalinka na ciki, wanda ke ba da damar a batar da ruwan warkarwa a cikin fasa mai hamada ta son abin duniya. Karfin sha'awa mai karfi shine babban maƙiyi ga farin cikin d'an adam. Yi yawo a duniya kamar zaki na kame kai; ka ga cewa kwaɗin rauni ba sa korar ka."

A karshe mai ibada ya 'yantu daga dukkan tilastawa ta halitta. Yana canza buƙatarsa ta ƙaunar d'an adam zuwa burin Allah kaɗai, ƙauna kaɗai domin tana ko'ina.

Mahaifiyar Sri Yukteswar tana zaune a gundumar Rana Mahal da ke Benares inda na fara ziyartar malamina. Ta kasance mace mai tausayi da kirki, har yanzu mace ce mai ra'ayin yanke shawara. Wata rana na tsaya a barandarta na kalli uwa da danta suna magana tare. Cikin natsuwa da hikima, Jagora yana fokaƙin shawo kanta game da wani abu. Da alama bai yi nasara ba, domin ta girgiza kanta da karfi sosai.

"A'a, a'a, nawa ɗa, je nesa yanzu! Naku mai hikima kalmomi su ne ba don ni! Ni am ba naka almajiri!"

Sri Yukteswar ta ja da baya ba tare da wata jayayya ba, kamar yaro da aka tsawata. Na ji dadin yadda yake girmama mahaifiyarsa ko da a cikin yanayinta mara kyau. Ta gan shi ne kawai a matsayin karamin ɗanta,

ba a matsayin mai hikima ba. Akwai wani abin burgewa game da wannan karamin lamari; ya nuna mini yanayin da ba a saba gani ba na malamina, mai tawali'u a ciki da kuma a waje wanda ba za a iya lankwasa shi ba.

Dokokin addinin sufanci ba sa barin swami ya ci gaba da alaƙa da alaƙar duniya bayan rabuwarsu ta hukuma. Ba zai iya yin al'adun iyali na al'ada waɗanda suka zama wajibi ga mai gida ba. Duk da haka Shankara, tsohon wanda ya kafa Daular Swami, ya yi watsi da umarnin. A lokacin mutuwar mahaifiyarsa kaunatacce, ya kona gawarta da wuta ta sama wadda ya sa ta fito daga hannunsa mai daga.

Sri Yukteswar shi ma ya yi watsi da ka'idodin, ta wata hanya da ba ta da ban mamaki. Lokacin da mahaifiyarsa ta rasu, ya shirya jana'izar gawawwakin gawawwakin Ganges da ke Benares, kuma ya ciyar da Brahmins da yawa bisa ga al'adar da ta daɗe.

wadannan *abubuwan da ba su da kyau* don taimakawa swami su shawo kan kunkuntar ganewarsu. Shankara da Sri Yukteswar sun haɗa halittunsu gaba ɗaya cikin Ruhin da Ba Ya Kamata a Sani; Ba ya buƙatar ceto ta hanyar doka. Wani lokaci ma, wani shugaba yana yin watsi da ka'idar addini da gangan domin ya ɗaukaka ka'idarsa a matsayin mafi girma da kuma ba tare da wani tsari ba. Ta haka Yesu ya tsinke kunun masara a ranar na hutu. Ga masu suka da ba makawa, ya ce: "An yi Asabar domin mutum, ba mutum domin Asabar ba." **12-20**

Banda nassosi, ba kasafai ake samun littafi da Sri Yukteswar ya girmama ba. Duk da haka, ya saba da sabbin abubuwan da aka gano a kimiyya da sauran ci gaban ilimi. Mai hazaka a fannin tattaunawa, yana jin daɗin musayar ra'ayoyi kan batutuwa marasa adadi tare da bakinsa. Wayo da dariya mai daɗi da kuma salon magana na malamina sun rayar da kowace tattaunawa. Sau da yawa babban malami ba ya taɓa yin bakin ciki. "Don neman Ubangiji, ba sai mutum ya bata fuskarsa ba," zai ce. "Ku tuna cewa neman Allah zai nufin jana'izar dukkan bakin ciki."

Daga cikin masana falsafa, farfesoshi, lauyoyi da masana kimiyya da suka zo wurin ibada, akwai wasu da suka zo ziyararsu ta farko da tsammanin ganawa da wani mai bin addinin gargajiya. Murmushi mai ban mamaki ko kallon haƙuri mai daɗi a wasu lokutan yana nuna cewa sabbin mutanen ba sa tsammanin komai sai wasu maganganu na ibada. Duk da haka tafiyarsu ta rashin son rai za ta kawo tabbacin cewa Sri Yukteswar ya nuna cikakken fahimta game da fannoni na musamman.

Malamina yawanci yana da kirki da fara'a ga baƙi; ana yi masa maraba da fara'a da fara'a. Duk da haka, masu girman kai na zamani wani lokacin suna fuskantar mamaki mai ban mamaki. Suna fuskantar rashin kulawa a cikin Jagora ko dai rashin kulawa mai sanyi ko kuma adawa mai ƙarfi: ƙanƙara ko ƙarfe!

Wani sanannen masanin kimiyyar sinadarai ya taɓa yin karo da Sri Yukteswar. Baƙon bai yarda da wanzuwar Allah ba, domin kimiyya ba ta kirkiro wata hanyar

gano Shi ba.

"Don haka ba zato ba tsammani ka kasa ware Ikon Allah a cikin bututun gwajinka!"
Kallon Jagora ya yi tsaure. "Ina ba da shawarar gwaji mara misaltuwa. Ka binciki
tunaninka ba tare da jinkiri ba na tsawon awanni ashirin da huɗu. To, kada ka sake
mamakin rashin Allah."

A an yi bikin wani masani an karɓa wani makamancin haka girgiza. Tare da mai nuna
isa himma, Lallai malami girgiza Lallai ashram

rafters tare da nassi ilimin tauhidi. Mai ban mamaki sassa zuba daga Lallai *Mahabharata* , Lallai

.*Upanishads* , **12-21** Lallai *Bhasyas* **12-22** na Shankara

"Ina jiran jin ka." Muryar Sri Yukteswar tana tambaya, kamar dai shiru ya mamaye komai. Mai sharhin ya rikice.

"An yi maganganu da yawa, a yalwace." Kalmomin Jagora sun girgiza ni da farin ciki, yayin da nake tsugunne a kusurwata, a nesa mai daraja daga bakon. "Amma wane sharhi na asali za ku iya bayarwa, daga kebancewar rayuwarku ta musamman? Wane littafi mai tsarki kuka fahimta kuma kuka yi naku? Ta wadanne hanyoyi ne wadannan gaskiya marasa iyaka suka gyara yanayinku? Shin kuna gamsuwa da zama mai ban mamaki, kuna maimaita kalmomin wasu mutane ta hanyar injiniya?"

"Ni bayar sama!" The na malami bakin ciki ya kasance mai ban dariya. "Ni suna da a'a na ciki fahimta.

A karon farko, watakila, ya fahimci cewa sanya wakafi mai kyau ba ya yin kafara ga suma ta ruhaniya.

"Wadannan masu tafiya ba tare da jini ba suna da warin fitilar da ba ta dace ba," in ji malamina bayan tafiyar wanda aka hukunta. "Suna fifita falsafar ta zama motsa jiki mai laushi na tunani. Tunaninsu mai girma ba shi da alaƙa da rashin kyawun aiki na waje ko kuma duk wani horo na ciki!"

Jagora damuwa a kunne wani lokutan Lallai rashin amfani na kawai littafi koyo.

"Kada ku rikitar da fahimta da manyan kalmomi," in ji shi. "Rubuce-rubuce masu tsarki suna da amfani wajen karfafa sha'awar fahimta ta ciki, idan aka haɗa su a hankali. Nazarin ilimi na ci gaba yana haifar da girman kai da kuma gamsuwar karya ta wanda ba a narke ba." ilimi."

Sri Yukteswar ya ba da labarin ɗaya daga cikin abubuwan da ya fuskanta a fannin gyaran littafi mai tsarki. Wurin ya kasance wani gidan dabbobi na daji a gabashin Bengal, inda ya lura da tsarin wani fitaccen malami, Dabru Ballav. Hanyarsa, a lokaci guda mai sauƙi da wahala, ta zama ruwan dare gama gari a tsohuwar Indiya.

Dabru Ballav ya tara almajiransa a kusa da shi a cikin kebancewar sylvan. *Bhagavad Gita mai tsarki* a buɗe yake a gabansu. Suka duba wani sashe na rabin sa'a, sannan suka rufe idanunsu. Wani rabin sa'a ya face. Malam ya yi ɗan gajeren sharhi. Ba tare da motsi ba, suka sake yin bimbini na awa ɗaya. A karshe malamin ya yi magana.

"Akwai kai fahimta?"

"Haka ne, yallabai." Daya a cikin Lallai rukuni an yi kokari wannan tabbatarwa.

"A'a; ba cikakken bayani ba. Nemi karfin ruhaniya wanda ya ba wadannan kalmomin ikon farfado da Indiya karni bayan karni." Wata sa'a ta face cikin shiru. Malamin ya sallami daliban, ya juya ga Sri Yukteswar.

"A'a, yalla bai, ba da gaske; duk da haka nawa idanu kuma hankali suna da gudu ta hanyar nasa shafuka da yawa lokaci."

"Dubban mutane sun amsa mini ta wata hanya daban!" Babban mai hikima ya yi wa Jagora murmushi yana mai albarka. "Idan mutum ya shagaltu da nuna wadatar littafi mai tsarki, wane lokaci ne ya rage don yin shiru a cikin ruwa bayan lu'ulu'u masu tamani?"

Sri Yukteswar ya jagoranci nazarin almajiransa ta hanyar wannan hanya mai zurfi ta nuna fifiko d'aya. "Hikima ba ta haɗuwa da idanu ba, amma da kwayoyin halitta," in ji shi. "Lokacin da imaninka game da gaskiya ba wai kawai yana cikin kwakwalwarka ba ne, har ma yana cikin wanzuwarka, za ka iya tabbatar da ma'anarta da kaɗin hali." Ya hana duk wani hali da d'ali zai iya yi na fassara ilimin littafi kamar yadda yake. mataki mai mahimmanci don fahimtar ruhaniya.

" *Rish* sun rubuta a cikin jimla d'aya abubuwa masu zurfi waɗanda ke yin sharhi ga malamai tsawon tsararraki," in ji shi. "Rikicin adabi mara iyaka yana ga masu tunani marasa kaɗi. Wane tunani ne ya fi 'yantar da mutane fiye da 'Allah' - a'a, 'Allah'?"

Amma mutum ba ya komawa ga sauƙi cikin sauƙi. Ba kasafai yake "Allah" a gare shi ba, amma yana da ilimi sosai. Girman kansa yana jin daɗin fahimtar irin wannan ilimin.

Maza waɗanda suka san manyan matsayi na duniya da girman kai, wataƙila, a gaban Jagora, za su kara tawali'u ga sauran kayansu. Wani alkalin gida ya zo don yin hira a gidan ibada na bakin teku da ke Puri. Mutumin, wanda aka san shi da rashin tausayi, yana da ikon korar mu daga ashram. Na yi wa malamina gargadi game da yiwuwar cin amana. Amma ya zauna da kansa cikin iska mai kaɗi, kuma bai tashi ya gaishe da baƙon ba. Yana d'an jin tsoro, Na tsuguna kusa da kofar. Mutumin dole ne ya gamsu da akwatin katako; malamina bai nemi in d'auko kujera ba. Babu cikaɗ tsammanin alkalin cewa za a amince da muhimmancinsa a bikin.

An yi wata tattaunawa ta zahiri. Baƙon ya yi kuskure ta hanyar yin kuskuren fassara nassosi. Yayin da daidaitonsa ya ragu, sai fushinsa ya tashi.

"Ka san cewa ni ne na farko a jarraɓawar MA?" Dalili ya rabu da shi, amma har yanzu yana iya ihu.

"Mai shari'a, ka manta cewa wannan ba kotunka ba ce," in ji Malam. "Daga kalamanka na yara, da na yi zaton cewa aikinka na kwaleji ba abin mamaki ba ne. Digiri na jami'a, a kowane hali, ba shi da alaƙa da fahimtar Vedic. Ba a samar da tsarkaka a rukuni-rukuni kamar akawu."

Bayan wani a gigice shiru, Lallai baƙo dariya cikin zuciya.

"Wannan shine karo na farko da na haɗu da wani alkali mai tsarki," in ji shi. Daga baya ya gabatar da wata bukata ta hukuma, wacce aka tsara ta bisa ka'idojin shari'a waɗanda a bayyane suke ɓangare na rayuwarsa, don a karɓe ta a matsayin

"gwaji" almajiri.

Malamina da kansa ya kula da cikakkun bayanai da suka shafi kula da kadarorinsa. Mutane marasa hankali a lokuta daban-daban sun yi kokarin mallakar kasar kakannin Master. Da jajircewa har ma da ta hanyar tayar da kara, Sri Yukteswar ya yi wa kowane abokin hamayyar sa zagon kasa. Ya fuskanci wadannan abubuwan masu radadi daga sha'awar kada ya zama malamin roko, ko kuma nauyi ga almajiransa.

'Yancin kansa na kudi shi ne dalilin da ya sa Malamina mai fada a ji ya yi watsi da dabarun diflomasiyya. Ba kamar wadannan malamai wadanda dole ne su yi wa magoya bayansu dadi ba, malamina ya yi hakan. ba ya jin tasirin dukiya wasu, ko a bayyane ko a boye. Ban tafa jin yana tambaya ko ma ya ba da alama don samun kudi ba. An ba wa dukkan almajiran horon da ya yi a fannin dabbobi kyauta.

Wani mataimakin kotu mai girman kai ya isa wata rana a Serampore ashram don yi wa Sri Yukteswar hidima da sammaci na shari'a. Ni da wani almajiri mai suna Kanai mun kasance a wurin. Halin jami'in ga Jagora abin tayar da hankali ne.

"Zai yi maka kyau ka bar inuwar gidanka ka shafa iskar gaskiya ta kotu." Mataimakin ya yi murmushi cikin raini. Ban iya jurewa ba.

"Wani kuma kalma na naka rashin hakuri kuma kai nufin zama a kunne Lallai bene! Ni ci gaba cikin barazana.

"Kai mugu!" Ihun Kanai ya kasance tare da nawa. "Shin za ka kuskura ka kawo zaginka cikin wannan ashram mai tsarki?"

Amma Jagora ya tsaya yana kare kansa a gaban wanda ya zage shi. "Kada ka yi farin ciki da komai. Wannan mutumin yana yin aikinsa ne kawai."

The jami'i, mai cike da mamaki a nasa mai canzawa liyafar, girmamawa an bayar wani kalma na afuwa kuma gudu nesa.

Abin mamaki ne a ga cewa maigidan da ke da irin wannan son zuciya zai iya kasancewa cikin nutsuwa. Ya daidaita ma'anar Vedic na mutumin Allah: "Ya fi fure laushi, inda ake magana game da alheri; ya fi karfi fiye da tsawa, inda ka'idodi ke cikin hadari."

Akwai wadanda a cikin wannan duniyar koyaushe wadanda, a cikin kalmomin Browning, "ba sa jure wa haske, kasancewa "Suna boye kansu." Wani baƙo yakan yi wa Sri Yukteswar suka a wasu lokutan saboda wani irin kuka da ya yi. Malamina mai saurin fahimta ya saurara cikin ladabi, yana nazarin kansa don ya ga ko akwai wani ɓangare na gaskiya a cikin wannan zargi. Wadannan abubuwan za su tuna mini da ɗaya daga cikin abubuwan da Malam ya lura da su: "Wasu mutane suna kokarin yin tsayi ta hanyar yanke kawunan wasu!"

Natsuwar waliyyi ba tare da wata shakka ba abin birgewa ne fiye da kowace wa'azi.
"Mai jinkirin fushi ya fi mai karfi; wanda ke mulkin ruhunsa kuma ya fi wanda ya ci
birni." **12-23**

Ni sau da yawa nuna wancan nawa mai girma Jagora zai iya cikin sauki suna da
kasance wani sarki ko girgizar duniya

jarumi ya kasance yana mai da hankali kan shahara ko cimma burin duniya. Ya zaɓi ya mamaye waɗannan katangar fushi da girman kai waɗanda faɗuwarsu ta kai matsayin mutum.

12-1 : "Bautar Durga." Wannan ita ce babban bikin shekarar Bengali kuma yana daukar tsawon kwanaki tara a kusa da Karshen Satumba. Nan da nan masu biyo baya shine Lallai kwana goma bikin na *Dashahara* ("da Daya Hukumar Lafiya ta Duniya yana kawar da goma zunubai"- uku na jiki, uku na hankali, huɗu na magana). Dukansu biyun *pujas* su ne tsarki zuwa Durga, a zahiri "da Ba a iya isa gare shi," wani bangare na Allahntaka Uwa, Shakti, ita ce karfin kirkira na mace.

12-2 : Sri Yukteswar ya kasance an haife shi a kunne Mayu 10, 1855.

12-3 : *Yukteswar* hanyar "haɗin kai zuwa Allah." *Giri* shine wani rarrabuwa bambanci na ɗaya na Lallai goma na da Swami rassan. *Sri*

.hanyar "tsarki"; shi shine ba wani suna amma wani take na girmamawa

12-4 : A zahiri, "zuwa kai tsaye tare." *Samadhi* shine wani surutu mai yawa jiha na buguwa a cikin wanda Lallai Yogi yana fahimta Lallai asalin rai da Ruhu.

12-5 : Inacin rai, bisa ga zuwa masana kimiyyar jiki, shine wani nuni na cikakken bayani shakatawa (zuwa ga Lallai rashin sani mai aiki, kawai).

12-6 : *Dhal* shine wani mai kauri miyar yi daga raba wake ko wani bugun jini. *Channa* shine wani cuku na sabo mai lankwasa madara, yanke a yanka a cikin murabba'i a kuma gasa da dankali.

12-7 : Ikon da ke ko'ina na yogi, inda yake gani, ji, ɗanɗana, kamshi, da kuma jin haɗin kansa a cikin halitta ba tare da Lallai amfani na azanci gabobi, suna da kasance an bayyana kamar yadda masu bi a cikin Lallai *Taittiriya Aranyaka* : "The makaho mutum soka lu'u-lu'u; mara yatsa ya saka zare a ciki; mara wuya ya saka shi; kuma mara harshe ya yabe shi.

12-8 : The maciji da sauri yajin aiki a kowane motsi abu a cikin nasa kewayon. Kammalawa rashin motsi shine yawanci na mutum tafi kafa bege na aminci.

12-9 : Lahiri Mahasaya a zahiri ya ce "Priya" (na farko) ko da aka bayar suna), ba "Yukteswar" (sufanci) suna, ba an karɓa ta hanyar malamina a lokacin Lahiri Mahasaya's rayuwa). (Duba [shafi 109.](#)) "Yukteswar" shine an maye gurbinsa nan, kuma a cikin wani kaɗan wani wurare a cikin wannan littafin, domin guje wa rudani, ga mai karatu, na sunaye biyu.

12-10 : "Saboda haka," Ni faɗi zuwa kai, Me abubuwa ko ta yaya ku sha'awa, yausha ku addu'a, yi imani wancan ku karɓa su, kuma ku za su same su." - *Markus* 11:24. Malamai waɗanda ke da hangen nesa na Allah suna da cikakken ikon canja fahimtarsu ga almajirai masu ci gaba, kamar yadda Lahiri Mahasaya ya yi wa Sri Yukteswar a wannan lokacin.

12-11 : "Kuma ɗaya na su an kashe Lallai bawa na Lallai mai girma firist, kuma yanke kashe nasa dama kunne. Kuma Yesu ya amsa kuma ya ce, Ku yarda da haka nan. Sai ya taɓa kunnensa ya warkar da shi." - *Luka* 22:50-51.

12-12 : "Ba da ba wancan wanda shine mai tsarki zuwa Lallai karnuka, babu ɗaya daga cikinsu 'yan wasan kwaikwayo ku naka lu'u-lu'u kafin aladu, kada su tattake su karkashin kafafunsu, ka juyo ka sake ya tsage ka."— *Matta* 7:6.

12-13 : Almajirai; daga Sanskrit fi'ili tushe, "zuwa yi hidima.

12-14 : Shi ya kasance sau ɗaya rashin lafiya a cikin Kashmir, yausha Ni ya kasance babu shi daga shi. (Duba [babi 23.](#))

12-15 : A mai jarumtaka likitanci mutum, Charles Robert Richet, an bayar da shi Lallai Nobel Kyauta a cikin ilimin halittar jiki, ya rubuta kamar yadda kamar haka: "Metaphysics ba kimiyya ba ce a hukumance, wadda aka amince da ita a matsayin haka. Amma za ta kasance.A Edinburgh, Ni ya kasance iya zuwa

tabbatar kafin 100 masana kimiyyar jiki wancan namu biyar hankula su ne ba namu kawai hanyar na ilimi kuma Domin wani gaskiya shine wancan wani gutsure na gaskiya wani lokacin kai Lallai hankali a cikin wani hanyoyi. wanda ba kasafai ake samu ba shine a'a dalili wancan shi yana yi ba wanzuwa. Domin kuwa

Wadancan Hukumar Lafiya ta Duniya suna wani karatu shine mai wahala, shine wancan wani dalili don ba fahimta shi?
da mai shinge a metaphysics kamar yadda wani abubuwan asiri

kimiyya za ta ji kunyar kansu kamar waɗanda suka yi suka ga ilmin sunadarai a kasa cewa neman dutsen masanin
. Lallai abu na ka'idodi a can su ne kawai waɗancan na Lavoisier, Claude..... falsafar mafarki ne
Bernard, kuma

Pasteur-da *gwaji* ko'ina kuma koyaushe. Gaisuwa, to, zuwa Lallai sabo kimiyya wanda shine za a yi zuwa canji alkiblar
".tunanin ɗan adam

12-16 : *Samadhi* : cikakke kungiyar haɗin gwiwa na Lallai keɓancewa rai tare da Lallai iyaka mara iyaka Ruhu.

12-17 : The a cikin rashin sani jagora dalilai na Lallai hankali su ne gaba daya daban daga Lallai marar kuskure jagora na gaskiya wacce matsaloli daga Lallai wuce gona da iri. LED ta hanyar Faransanci masana kimiyya na Lallai Sorbonne, Yamma masu tunani su ne farawa don bincika yiwuwar fahimtar allahntaka a cikin mutum.

Shekaru ashirin da suka gabata, daliban ilimin halayyar dan adam, wadanda Freud ya rinjayi, sun ba da duk lokacinsu " don bincika asirin da ba a sani ba." sarakuna," Rabbi Isra'ila H. Levinthal mai nuni fita a cikin 1929. "Yana shine gaskiya ne wancan Lallai sume-sume ya bayyana da yawa na asirin da zai iya bayyana ayyukan dan adam, amma ba dukkan ayyukanmu ba. Yana iya bayyana abubuwan da ba su dace ba, amma ba ayyukan da ke sama ba. Lallai al'ada. The na baya-bayan nan ilimin halin dan Adam, wanda aka dauki nauyinsa ta hanyar Lallai Faransanci makarantu, yana da an gano wani sabo yanki a cikin mutum, wanda yana nufin supersense. Sabanin surar da ke wakiltar kwararar ruwa a karkashin yanayinmu, yana bayyana Lallai tsayi zuwa wanda namu yanayi gwangwani isa. Mutum wakiltar wani uku, ba wani ninki biyu, hali; namu sani kuma halittar da ba ta san komai ba tana da wani abu da ya wuce sani. Shekaru da yawa da suka gabata, masanin ilimin halayyar dan Ingila, FWH Myers, ya ba da shawarar cewa 'boye a cikin zurfin rayuwarmu tarin shara ne da kuma gidan taska.' Sabanin ilimin halin dan adam wanda ke mai da hankali kan duk bincikensa kan yanayin dan adam, wannan sabon ilimin halin dan adam na mai sanin komai ya mayar da hankalinsa ga gidan taska, .yankin da shi kafa zai iya bayyana manyan ayyukan jarumtaka na mutane, marasa son kai, da kuma marasa son kai

12-18 : *Jnana* , hikima, kuma *bhakti* , ibada: biyu na Lallai babban hanyoyi zuwa Allah.

12-19 : "Mutum a cikin nasa farkawa jiha sanya gaba marasa adadi kofari don fuskantar mai ban sha'awa jin dafi; yausha Lallai duka Kungiyar gabobin ji sun gaji, har ma ya manta da jin dadin da ke hannunsa ya tafi barci domin ya ji dadin hutawa a cikin rai, wato yanayinsa," in ji Shankara, babban masanin Vedantist. "Don haka jin dadin sha'awa yana da saukin samu kuma ya fi jin dadin da ke karewa da kyama."

12-20 : *Alamar* 2:27.

12-21 : *Upanishads* ko *Vedanta* (a zahiri, "karshen Vedas"), suna faruwa a wasu sassan Vedas a matsayin takaitaccen bayani. *Upanishads* suna ba da tushen koyarwar addinin Hindu. Sun sami yabo mai zuwa daga Schopenhauer: "Yaya gaba daya yana yi Lallai *Upanishad* numfashi ko'ina cikin Lallai mai tsarki ruhu na Lallai *Vedas* ! Yaya shine kowa da kowa wanda ya saba da wannan littafin da ba za a iya kwatantawa ba wanda wannan ruhun ya motsa har zuwa zurfin ransa! Daga kowace jimla zurfi, na asali, kuma daukaka tunani tashi, kuma Lallai duka shine ya mamaye ta hanyar wani mai girma kuma mai tsarki kuma da gaske ruhu. . . " A ganina, samun damar shiga *Vedas* ta hanyar *Upanishads* shine babban gata da wannan karni zai iya samu kafin duk karni na baya."

12-22 : Sharhi. Shankara babu kamanni an bayyana Lallai *Upanishads* .

12-23: *Karin Magana* 16:32.

BABI: 13

The Ba tare da barci ba Waliyyi

"Don Allah a bar ni in je Himalayas. Ina fatan cikin kafaici marar karewa zan cimma ci gaba da zumuncin Allah."

A gaskiya na taɓa yin waɗannan kalamannan rashin godiya ga Malamina. Na fuskanci ɗaya daga cikin ruɗani marasa tabbas da ke kai hari ga mai ibada, sai na ji rashin haƙuri da ayyukan ibada da karatun jami'a. Wani yanayi mai rauni shi ne cewa na yi shawarar ne lokacin da na yi watanni shida kacal tare da Sri Yukteswar. Ban yi cikakken nazari kan girmansa ba tukuna.

"Mutanen tuddai da yawa suna zaune a cikin tsaunukan Himalayas, amma ba su da fahimtar Allah." Amsar malamina ta zo a hankali kuma cikin sauƙi. "Hikima ta fi kyau a nemi ta daga mutumin da ya fahimci ta fiye da daga dutse marar motsi."

Na yi watsi da ra'ayin Malami cewa shi ne malamina, ba tudu ba, sai na maimaita rokona. Sri Yukteswar bai amsa ba. Na ɗauki shirunsa a matsayin izini, fassarar da ba ta dace ba da aka amince da ita a hankali a lokacin da mutum ya ga dama.

A gidana na Calcutta a daren ranar, na shagala da shirye-shiryen tafiya. Ina ɗaure wasu abubuwa a cikin bargo, na tuna da wani abu makamancin haka, wanda a ɓoye ya faɗo daga tagar ɗakina shekaru kaɗan da suka gabata. Na yi mamakin ko wannan zai zama wani jirgin sama mara kyau zuwa Himalayas.

A karo na farko da farin cikina na ruhaniya ya yi yawa; lamirina ya yi matuƙar tashi da tunanin barin malamina.

Washegari da safe na nemi Behari Pundit, farfesa na Sanskrit a Kwalejin Cocin Scotland.

"Yallaɓai, ka gaya mini game da abotarka da wani babban almajiri na Lahiri Mahasaya. Don Allah ka ba ni adireshinsa."

"Kana nufin Ram Gopal Muzumdar. Ina kiransa 'waliyyi mara barci.' Kullum yana farkawa cikin farin ciki. Gidansa yana Ranbajpur, kusa da Tarakeswar."

Ni godiya Lallai mai sharhi, kuma masu sha'awar nan da nan don Tarakeswar. Ni fatan zuwa shiru Takaicina ta hanyar hana "wani waliyyi mara barci" izinin shiga cikin yin zuzzurfan tunani na Himalaya. Na ji abokin Behari, ya sami haske bayan shekaru da yawa na yin aikin *Kriya Yoga* a cikin kogo da aka keɓe.

A Tarakeswar na kusanci wani sanannen wurin ibada. 'Yan Hindu suna ɗaukarsa da irin girmamawar da Katolika ke bai wa wurin ibada na Lourdes da ke Faransa. An yi mu'ujizai marasa adadi na warkarwa a Tarakeswar, ciki har da ɗaya ga wani memba na iyalina.

"Na zauna a haikali na tsawon mako guda," babbar goggo ta ta taɓa gaya mini. "Ina yin azumin gaba ɗaya, na yi addu'a don Allah Kawunki Sarada ya warke daga wata cuta mai tsanani. A rana ta bakwai na sami wata ganye da ta bayyana a hannuna! Na yi ruwan inabi daga ganyen, na ba wa kawunki. Nasa cuta ta ɓace a lokaci guda, kuma ba ta sake bayyana ba."

Na shiga wurin ibada na Tarakeswar mai tsarki; bagadin ba ya funshi komai sai dutse mai zagaye. Da'irarsa, ba ta da tushe kuma ba ta da iyaka, ta sa ya zama mai mahimmanci ga Infinite.

Ra'ayoyin da ba a fahimta ba bako ne ga mafi kaskantar ɗan kasar Indiya; a gaskiya ma, Turawan Yamma sun zarge shi da rayuwa bisa ra'ayoyin da ba a fahimta ba!

Yanayina a lokacin yana da tsauri sosai har na ji kamar ban yarda in yi sujada ga alamar dutse ba. Ya kamata a nemi Allah, ina tunani a kai, sai dai a cikin rai.

Na bar haikalin ba tare da na yi tunani ba, na yi tafiya cikin sauri zuwa kauyen Ranbajpur da ke kusa. Rokona ga wani mai wucewa don neman jagora ya sa ya nutse cikin dogon tunani.

"Lokacin da kai zo zuwa wani hanyar ketarewa, juya dama kuma ajiye fara," shi a karshe an furta ta baki.

Bayan na bi umarnin, sai na bi ta gefen wani magudanar ruwa. Duhu ya fadɗi; gefen kauyen daji yana cike da kuraye masu kyalli da kukan diloli da ke kusa. Hasken wata ya yi rauni sosai don ya ba ni kwarin gwiwa; na yi karo na tsawon awanni biyu.

Barka da karar karar shanu! Ihuna da na yi ta maimaitawa daga baya ya jawo

wani manomi ya zo kusa da ni. "Ina neman Ram Gopal Babu."

"Babu irin wannan mutumin da ke zaune a kauyenmu." Kalar mutumin ta yi daɗi. "Watakila kai mai binciken karya ne."

Da fatan zan rage shakku a cikin tunaninsa mai cike da siyasa, na yi masa bayani game da halin da nake ciki cikin tausasawa. Ya kai ni gidansa ya yi mini maraba mai kyau.

"Ranbajpur yana da nisa da nan," in ji shi. "A kan hanyar ketarewa, ya kamata ka juya hagu, ba dama ba."

Abin bakin ciki, na yi tunanin cewa mai ba ni labari na farko barazana ce ga matafiya. Bayan na ci shinkafa mai kauri, lentil- *dhal* , da dankali mai ɗanɗano tare da ayaba, na koma wani karamin bukka kusa da farfajiyar. A nesa, mutanen kauyen suna waka tare da rakiyar *mridangas* **13-1**. da kuge. Barci bai yi yawa ba a wannan daren; na yi addu'a sosai don a kai ni ga yogi na sirri, Ram Gopal.

Yayin da farkon fitowar alfijir ya ratsa tsagewar ɗakina mai duhu, na tafi Ranbajpur. Ina ketare gonakin noma masu laushi, na yi tafiya a kan kututturen shukar da aka yi wa ado da tuddai na busasshen yumbu. Wani manomi da ya haɗu da ni lokaci-lokaci zai sanar da ni, koyaushe, cewa inda nake zuwa " *krosha ne kawai (mil biyu)*." *Cikin awanni shida rana ta yi tafiya cikin nasara daga sararin sama zuwa meridian, amma na fara jin cewa zan taɓa yin nisa da Ranbajpur ta hanyar krosha ɗaya .*

Da tsakar rana, duniyata har yanzu ba ta da iyaka. Zafi da ke zuba daga sama yana kusan kawo ni ga faɗuwa. Yayin da wani mutum ke zuwa da sauri, da kyar na yi karfin halin faɗin tambayar da na saba yi, don kada ta yi kama da abin mamaki: "Kawai *krosha* ."

The baƙo an dakatar kusa da ni. Gajere kuma kadan, shi ya kasance a zahiri ba shi da ban sha'awa adana don wani

abin mamaki biyu na huda duhu idanu.

"Ina shirin barin Ranbajpur, amma manufarka ta yi kyau, don haka na jira ka." Ya girgiza yatsansa a fuskata cike da mamaki. "Shin ba ka da wayo ka yi tunanin cewa, ba tare da an sanar da kai ba, za ka iya kai min hari? Wannan farfesa Behari ba shi da ikon ba ka adireshe." "

Ganin cewa gabatarwar kaina ba zai zama kawai magana a gaban wannan malamin ba, sai na tsaya babu magana, na ɗan ji haushi a lokacin liyafar. An yi maganarsa ta gaba ba zato ba tsammani.

"Ka fadfa ni; ina yi kai yi tunani Allah shi ne? "

"Me yasa, Shi shine a cikin ni kuma ko'ina." Ni babu shakka duba kamar yadda ruɗani kamar yadda Ni ji.

"Komai ya mamaye ko?" Sai waliyyin ya yi dariya. "To me ya sa, yallaɓai, ka kasa yin sujada ga Infinite a cikin alamar dutse a haikalin Tarakeswar jiya? **13-2** Girman kanka ya jawo maka hukuncin ɓatar da mai wucewa wanda bai damu da bambancin hagu da dama ba. A yau ma, ka yi rashin jin daɗi sosai!

Na yarda da zuciya ɗaya, cikin mamaki cewa ido mai ilimi ya boye a cikin jiki mai ban mamaki a gabana. Karfin warkarwa ya fito daga yogi; nan take na sami wartsakewa a cikin filin da ke cike da zafi.

"Mai ibada yana karkata ga tunanin hanyarsa zuwa ga Allah ita ce hanya ɗaya tilo," in ji shi. "Yoga, wadda ake samun allahntaka a ciki, babu shakka ita ce hanya mafi girma: don haka Lahiri Mahasaya ya gaya mana. Amma gano Ubangiji a ciki, nan ba da daɗewa ba za mu gan shi ba tare da shi ba. Wurare masu tsarki a Tarakeswar da sauran wurare ana girmama su daidai a matsayin cibiyoyin ƙarfin ruhaniya na nukiliya."

Halin waliyai na yin takama ya ɓace; idanunsa suka yi laushi cikin tausayi. Ya shafa kafadata.

"Yogi ƙarami, na ga kana guduwa daga ubangijinka. Yana da duk abin da kake buƙata; dole ne ka koma gare shi. Duwatsu ba za su iya zama guru ba." Ram Gopal yana maimaita irin wannan tunanin. wanda Sri Yukteswar ya bayyana a taronmu na ƙarshe.

"Ba a tilasta wa malamai su takaita gidajensu ba." Abokina ya kalle ni cikin mamaki. "Himalayas a Indiya da Tibet ba su da ikon mallakar waliyyai. Abin da mutum bai yi ƙoƙarin samu a ciki ba za a gano shi ta hanyar ɗaukar gawar nan da nan ba. Da zarar mai ibada ya *yarda* ya je ko'ina a duniya don samun wayewar ruhaniya, malaminsa ya bayyana kusa."

Na yarda a hankali, ina tuna addu'ata a gidan yarin Benares, sannan na gana da Sri Yukteswar a cikin cunkoson jama'a.

"Suna kai iya zuwa suna da wani karami daki ina kai gwangwani rufe Lallai kofar kuma zama shi kaɗai?"

"Eh." Na yi tunani cewa wannan waliyyi ya sauko daga janar zuwa na musamman cikin sauri mai ban tsoro.

"Wannan shine kogonka." Yogi ɗin ya yi mini kallon haske wanda ban taɓa mantawa da shi ba. "Wannan shine tsattsarkan dutsenka. A nan ne za ka sami mulkin Allah."

Kalmominsa masu sauƙi nan take suka kawar da sha'awar da nake da ita ga tsaunukan Himalayas. A cikin gonar da ke konewa, na farka daga mafarkin duser kankara mai ban tsoro.

"Yallabai, kishinki na Allah abin yabo ne. Ina jin daɗin kaunarki sosai." Ram Gopal ya kama hannuna ya kai ni wani kauye mai ban sha'awa. Gidajen ado sun cika da ganyen kwakwa kuma an kawata su da kofofin karkara.

Waliyin ya zaunar da ni a kan wani dandali mai ban mamaki na karamin gidansa mai suna bamboo. Bayan ya ba ni ruwan lemun tsami mai zaki da ɗan alewar dutse, sai ya shiga barandarsa ya ɗauki matsayin lotus. Cikin kimanin awanni huɗu na buɗe idanuna masu tunani na ga cewa siffar yogi mai haske har yanzu ba ta motsi. Yayin da nake tunatar da cikina cewa mutum ba ya rayuwa da burodi kaɗai, Ram Gopal ya matso kusa da ni.

"Ni gani kai su ne yunwa; abinci nufin zama a shirye nan ba da jimawa ba."

An kunna wuta a karkashin murhun yumbu a kan baranda; an yi sauri a ba da shinkafa da *dhal* a kan manyan ganyen ayaba. Mai masaukina cikin ladabi ya ƙi taimaka mini a duk ayyukan girki. "Baƙon Allah ne," wani karin magana na Hindu, ya umurci a yi biyayya da ibada tun daga tarihi. A cikin tafiye-tafiyena na duniya na baya, na yi farin ciki da ganin cewa irin wannan girmamawa ga baƙi tana bayyana a yankunan karkara na ƙasashe da yawa. Mazauna birni ya ga cewa babban gefen karimci ya face saboda yawan fuskokin da ba a saba gani ba.

Tashar jiragen ruwa ta maza ta yi kama da ta yi duhu sosai yayin da na tsugunna kusa da yogi a kebewar karamin kauyen daji. Dakin karamin gida yana da ban mamaki tare da haske mai laushi. Ram Gopal ya shirya barguna da suka yage a ƙasa don gadona, ya zauna a kan tabarmar bambaro. Da jin daɗin sihirinsa na ruhaniya, sai na nemi bukata.

"Yallabai, me yasa kar a yi kai tallafi ni wani *samadhi* "? "

"Masoyiyata, zan yi farin cikin isar da saƙon Allah, amma ba wurina ba ne in yi hakan." Waliyyin ya dube ni da idanu biyu a rufe. "Ubangijinka zai ba ka wannan gogewar nan ba da jimawa ba. Jikinka bai daidaita ba tukuna. Kamar yadda karamin fitila ba zai iya jure wa wutar lantarki mai yawa ba, haka nan jijiyoyinka ba za su iya jure wa wutar lantarki mai yawa ba, haka nan jijiyoyinka ba za su iya jure wa wutar lantarki mai yawa ba." Ba a shirye suke ba don kwararar sararin samaniya. Da na ba

ku farin ciki mara iyaka a yanzu, da kun kone kamar yadda idan kowace tantanin halitta tana cikin wuta.

"Kana neman haske daga gare ni," in ji mai yin yoga cikin tunani, "yayin da nake mamaki - kamar yadda nake, kuma da ɗan tunani da na yi - ko na yi nasarar faranta wa Allah rai, da kuma irin darajar da zan iya samu a idanunsa a karshe."

"Yallaɓai, suna da kai ba kasance da zuciya ɗaya neman Allah don wani dogo lokaci?"

"Ban yi wani abu mai yawa ba. Dole ne Behari ya gaya maka wani abu game da rayuwata. Na shafe shekaru ashirin ina zaune a wani kogo na sirri, ina yin bimbini na awanni goma sha takwas a rana. Sannan na koma wani kogo da ba a iya isa gare shi ba kuma na zauna a can tsawon shekaru ashirin da biyar, ina shiga kungiyar yoga na tsawon awanni ashirin a kowace rana. Ban bukatar barci ba, domin ina tare da Allah koyaushe. Jikina ya fi hutawa cikin cikakken natsuwar da ke cikin sama fiye da yadda zai iya kasancewa ta hanyar kwanciyar hankali na yanayin rashin sani na yau da kullun.

"Tsokoki suna hutawa yayin barci, amma zuciya, huhu, da tsarin jijiyoyin jini suna aiki koyaushe; ba sa samun hutawa. A cikin rashin sani, gabobin ciki suna cikin yanayin motsa jiki mai tsayawa, wanda makamashin sararin samaniya ke haskakawa. Ta wannan hanyar na ga ba dole ba ne in yi barci tsawon shekaru. Lokaci zai zo da kai ma za ka daina barci."

"Ya Allahna, ka dafɗe kana tunani amma ba ka da tabbas game da yardar Ubangiji!" Na kalle shi cikin mamaki. "To, mu talakawan mutane fa?"

"To, ba ka gani ba, ɗana, cewa Allah shine Har abada? A ɗauka cewa mutum zai iya saninsa sosai ta hanyar shekaru arba'in da biyar na tunani, wani abu ne da ba za a iya mantawa da shi ba. Amma Babaji ya tabbatar mana cewa ko da ɗan tunani kaɗan yana ceton mutum daga mummunan tsoron mutuwa da yanayin bayan mutuwa. Kada ka gyara tunanin ruhaniyarka a kan karamin dutse, amma ka ɗaure shi da tauraruwar cimma burin Allah wanda bai cancanta ba. Idan ka yi aiki tukuru, za ka isa can."

Na yi matuƙar farin ciki da wannan mutumin, sai na roke shi ya ba ni ƙarin bayani. Ya ba da labari mai ban mamaki game da haɗuwarsa ta farko da babban malamin Lahiri Mahasaya, Babaji. **13-3** Da tsakar dare Ram Gopal ya yi shiru, sai na kwanta a kan bargunana. Ina rufe idanuna, sai na ga walkiya; babban sararin da ke cikina ɗaki ne na haske mai narkewa. Na buɗe idanuna na ga irin wannan hasken mai haske. Dakin ya zama wani ɓangare na wannan sarari mara iyaka wanda na gani da hangen nesa na ciki.

"Me yasa kar a yi kai je zuwa barci?"

"Yallaɓai, yaya gwangwani Ni barci a cikin Lallai kasancewar na walkiya, mai walkiya ko nawa idanu su ne rufe ko a buɗe?"

"Kai mai albarka ne da ka samu wannan gogewa; hasken ruhaniya ba a ganinsa da sauƙi." Waliyin ya ƙara wasu kalmomi na ƙauna.

Da asuba, Ram Gopal ya ba ni alewar dutse ya ce dole in tafi. Na ji kamar na ƙi yin

bankwana da shi har hawaye suka zubo mini.

"Ni nufin ba bari kai je hannu babu komai." The Yogi ya yi magana cikin taushi. "Ni nufin yi wani abu don kai."

Ya yi murmushi ya kalle ni da karfi. Na tsaya cak a kasa, na ji kamar ambaliyar ruwa mai karfi ta cikin kofofin idanuna. Nan take na warke daga ciwon baya na, wanda ya dame ni lokaci-lokaci tsawon shekaru. Na sabunta, na yi wanka cikin teku mai cike da farin ciki, ban sake kuka ba. Bayan na taɓa kafafun waliyyi, na shiga cikin daji, na bi ta cikin wurare masu zafi.

tarko har sai Ni isa Tarakeswar.

A can na sake yin hajji na biyu zuwa wurin ibada mai suna, na kuma yi sujada gaba ɗaya a gaban bagadin. Dutse mai zagaye ya faɗaɗa a gaban hangen nesa na ciki har sai da ya zama duniyoyin sararin samaniya, suna zagaye a cikin zobe, suna zagaye bayan yanki, duk an yi musu ado da allahntaka.

Na yi atisaye cikin farin ciki bayan awa ɗaya zuwa Calcutta. Tafiye-tafiyena sun kare, ba a cikin tsaunuka masu tsayi ba, sai a gaban Ubangijina.

.....
13-1 : An yi wasa da hannu ganguna, an yi amfani da shi kawai don ibada kiɗa.

13-2 : 'Daya shine an tunatar da nan na Dostoevski's lura: "A mutum Hukumar Lafiya ta Duniya bakuna kasa zuwa babu komai gwangwani ba za a taɓa yi ba beyar Lallai nauyin kansa."

13-3 : Duba babi 35.

BABI: 14

An Kwarewa A cikin Cosmic Sani

"Ni am nan, Guruji." Nawa kunya ya yi magana Kara a hankali don ni.

"Mu je kicin mu nemi abin da za mu ci." Halin Sri Yukteswar ya kasance kamar dai awanni ne suka raba mu ba kwanaki ba.

"Malam, lallai na ba ka kunya da ficewar da na yi daga aikina nan take; na yi tunanin za ka iya fushi da ni."

"A'a, ba shakka a'a! Fushi yana fitowa ne kawai daga sha'awa da ta lalace. Ba na tsammanin komai daga wasu, don haka ayyukansu ba za su iya zama kamar saba wa burina ba. Ba zan yi amfani da kai don amfanin kaina ba; ina farin ciki ne kawai cikin farin cikinka na gaske."

"Yallaɓai, mutum yana jin labarin kaunar Allah ta hanya mara ma'ana, amma a karon farko ina da misali mai kyau a cikin halinka na mala'ika! A duniya, har ma uba ba ya yafe wa ɗansa da sauƙi idan ya bar harkar iyayensa ba tare da gargadi ba. Amma ba ka nuna ɗan damuwa kaɗan ba, kodayake dole ne ka yi hakan." an sanya

su cikin matsala mai girma saboda ayyuka da yawa da na bari ba tare da an gama su ba."

Mun kalli idanun junanmu, inda hawaye ke haskakawa. Rakuman ruwa masu dadi suka lullube ni; na san cewa Ubangiji, a cikin siffar guruna, yana fadafa kananan sha'awar zuciyata zuwa ga kaunar sararin samaniya da ba za a iya matse ta ba.

Bayan 'yan sa'o'i kafan, na nufi dakin zama na Malam. Na yi shirin yin bimbini, amma manufar da nake so ba ta da alaƙa da tunanin rashin biyayya. Sun watse kamar tsuntsaye a gaban mafarauci.

"Mukunda!" Sri Yukteswar's murya an yi kara daga wani mai nisa na ciki baranda.

Na ji kamar tayar da hankali kamar tunanina. "Malam koyaushe yana karfafa ni in yi bimbini," na yi gunaguni a raina. "Bai kamata ya dame ni ba idan ya san dalilin da ya sa na zo dafinsa."

Ya sake kiran ni; na yi shiru da karfi. A karo na uku da ya yi magana ya yi

tsawa. "Yallaƙai, ina yin bimbini," na yi ihu cikin nuna rashin amincewa.

"Na san yadda kake yin bimbini," malamina ya kira, "da hankalinka ya rarrabu kamar ganye a cikin guguwa! Zo nan wurina."

An soke shi kuma fallasa, Ni yi nawa hanya abin bakin ciki zuwa nasa gefe.

"Yaro talaka, duwatsu ba za su iya ba ka abin da kake so ba." Malam ya yi magana cikin tausayawa, cikin kwantar da hankali. Kallonsa mai natsuwa ba ta misaltuwa. "Burin zuciyarka zai cika."

Sri Yukteswar ba kasafai yake yin tatsuniyoyi ba; na rikice. Ya buga kirjina a hankali sama da zuciyata.

Jikina ya yi kauri ba tare da motsi ba; numfashina ya fito daga huhuna kamar wani babban maganadisu. Nan take rai da hankali suka rasa daurin jikinsu, suka fito kamar haske mai ratsawa daga kowace rami na. Jikin kamar ya mutu, duk da haka cikin zurfin sanina na san cewa ban taƙa rayuwa ba a da. Jin daɗin asalina bai kara ta'azzara ga jiki ba, amma ya rungumi kwayoyin halitta masu kewaye. Mutane a kan tituna masu nisa sun yi kama da suna tafiya a hankali a kan gefen da nake da shi. Tushen tsirrai da bishiyoyi sun bayyana ta cikin wani ɗan haske na ƙasa; Na fahimci kwararar ruwan 'ya'yan itacensu a ciki.

Duk wurin ya bayyana a gabana. Ganin gabana na yau da kullun ya canza zuwa babban gani mai siffar ƙwallo, a lokaci guda yana da fahimta. Ta bayan kaina na ga mutane suna tafiya nesa da titin Rai Ghat, kuma na lura da wata farar saniya wacce ke kusantowa cikin nutsuwa. Lokacin da ta isa sararin da ke gaban ƙofar ashram da aka buɗe, na gan ta da idanuna biyu na zahiri. Yayin da take wucewa, a bayan bangon tubalin, na gan ta a sarari a natse.

Duk abubuwan da ke cikin kallona suna rawa da rawa kamar hotuna masu sauri.
Jikina, na maigidana, farfajiyar da aka gina da ginshikai, kayan daki da bene,
bishiyoyi da hasken rana, lokaci-lokaci suna tayar da hankali sosai, har sai da komai
ya narke zuwa teku mai haske; har ma da lu'ulu'u na sukari, da aka jefa

a cikin gilashin ruwa, yana narkewa bayan an girgiza shi. Hasken da ke hada kai ya canza tare da abubuwan da suka faru na siffa, sauye-sauyen yanayi suna bayyana dokar dalili da sakamako a cikin halitta.

Farin ciki na tekun ya ruguje a kan rairayin bakin tekun marasa iyaka na raina. Na gane cewa Ruhun Allah ni'ima ce mara iyaka; jikinsa nama ne mai haske mara iyaka. Wani babban daukaka a cikina ya fara Garuruwa masu lullubewa, nahiyoyi, duniya, tsarin hasken rana da taurari, nebula masu karki, da sararin samaniya masu iyo. Duk sararin samaniya, masu haske a hankali, kamar birni da ake gani daga nesa da dare, suna haskakawa a cikin rashin iyaka na rayuwata. Zane-zanen duniya masu kaifi sun bace kafan a gefunan nesa; a can na iya ganin haske mai laushi, ba tare da karewa ba. Yana da zurfi sosai; hotunan duniyar an samar da su ne daga haske mai karki.

Watsawar haskoki na allahntaka da suka zuba daga Tushen Madawwami, suna haskakawa zuwa taurari, an canza su da auras marasa ma'ana. Sau da yawa na ga hasken halitta ya taru zuwa taurari, sannan ya zama zanen harshen wuta mai haske. Ta hanyar juyawar da aka yi a hankali, duniyoyin jima'i sun ratsa zuwa haske mai haske; wuta ta zama sararin sama.

Na fahimci tsakiyar empyrean a matsayin wurin fahimta mai zurfi a cikin zuciyata. Kyakkyawar haske da ke fitowa daga tsakiyata zuwa kowane bangare na tsarin duniya. *Amrita mai dadi*, cedar rai marar mutuwa, ta ratsa ni da ruwa mai kama da azurfa. Muryar Allah mai kirkira Na ji kamar *Aum*, **14-1** girgizar Motar Cosmic.

Ba zato ba tsammani numfashi ya dawo cikin huhuna. Da takaicin da ya kusan zama abin da ba za a iya jurewa ba, na fahimci cewa girman jikina ya bace. Na sake kasancewa a cikin kejin wulakanci na jiki, wanda ba shi da sauƙin daidaitawa da Ruhun. Kamar ɗan banza, na gudu daga gidana na macrocosmic na ɗaure kaina a cikin wani karamin karamin yanayi.

Malamina yana tsaye a gabana ba tare da motsi ba; na fara faduwa a kafafunsa masu tsarki don godiya ga kwarewar da na dade ina nema a cikin sanin sararin samaniya. Ya riƙe ni tsaye, ya yi magana cikin natsuwa, ba tare da wata matsala ba.

"Kada ku bugu da yawa da farin ciki. Akwai sauran aiki da yawa a gare ku a duniya. Ku zo; bari mu share baranda; sannan mu yi tafiya ta Ganges."

Na dauki tsintsiya; Malam, na sani, yana koya mini sirrin rayuwa mai daidaito. Dole ne rai ya mika a kan ramukan duniya, yayin da jiki ke gudanar da ayyukansa na yau da kullun. Lokacin da muka tashi daga baya don yawo, har yanzu ina cikin farin ciki da ba za a iya fadi ba. Na ga jikinmu kamar hotuna biyu na taurari, suna tafiya a kan hanya kusa da kogin wanda ainihinsa haske ne.

"Ruhun Allah ne ke riƙe da kowace siffa da karki a cikin sararin samaniya; duk da haka Shi mai girma ne kuma mai nisa a cikin rashin komai da ba a halitta ba fiye da

duniyar abubuwan da ke girgiza," **14-2** Malam ya bayyana. "Waliyai wadanda suka fahimci allahntakarsu ko da suna cikin jiki Sun san irin wannan rayuwa mai kama da juna biyu. Suna shiga cikin aikin duniya da sanin yakamata, duk da haka suna cikin nitsewa cikin farin ciki na ciki. Ubangiji ya halicci dukkan mutane daga farin cikin kasancewarsa mara iyaka. Ko da yake jiki yana da matuƙar wahala a gare su, duk da haka Allah yana tsammanin cewa rayuka da aka halitta cikin siffarsa za su tashi sama da duk wani abin da aka sani na hankali kuma su sake haɗuwa da Shi.

Hangen nesa na sararin samaniya ya bar darussa da yawa na dindindin. Ta hanyar kwantar da hankalina a kowace rana, na sami damar 'yantar da kaina daga yarda da ruɗin cewa jikina tarin nama ne da kashi, suna ratsa kasa mai tauri ta abubuwa. Numfashi da tunanin da ba shi da tabbas, na gani, kamar guguwa ne da ke jefa teku na haske cikin rakuman abubuwa - kasa, sama, mutane, dabbobi, tsuntsaye, bishiyoyi. Ba za a iya fahimtar Infinite a matsayin Haske Daya ba sai ta hanyar kwantar da hankalin waɗannan guguwar. Duk lokacin da na yi shiru A cikin hayaniyar halitta guda biyu, na ga rakuman halittu masu yawa suna narkewa zuwa cikin teku ɗaya mai haske, har ma yayin da rakuman teku, guguwarsu ke raguwa, suka narke cikin natsuwa zuwa haɗin kai.

Malami yana ba da kwarewar allahntaka ta sanin sararin samaniya lokacin da almajirinsa, ta hanyar tunani, ya karfafa tunaninsa har zuwa wani mataki inda manyan abubuwan da ke faruwa ba za su mamaye shi ba. Ba za a iya ba da kwarewar ta hanyar son rai ko buɗe zuciyar mutum kawai ba. Sai dai isasshen faɗaɗawa ta hanyar yin yoga da ibada *bhakti ne kawai* zai iya shirya hankali zuwa ga Shanye girgizar 'yantar da kai ta wurin ko'ina. Yana zuwa da wata halitta ta halitta ga mai ibada ta gaskiya. Babban sha'awarsa ta fara jawo hankalin Allah da karfi mai karfi. Ubangiji, a matsayin Hasken Duniya, yana jawo sha'awar mai neman ta shiga cikin yanayin saninsa.

Na rubuta, a cikin shekarun da suka biyo baya, waƙar mai zuwa, "Samadhi," ina koƙarin isar da ɗaukakar yanayin sararin samaniyarta:

Ya ɓace da labulen haske da inuwa, Ya
kawar da kowace tururin baƙin ciki,
An yi tafiyar duk wata alfijir ta
farin ciki mai wucewa, An tafi da
duhun al'ajabi.
Soyayya, kiyayya, lafiya, cuta, rayuwa, mutuwa,
An Halaka waɗannan karya inuwar a kunne Lallai allo na biyu.
Rakuman dariya, ba'a, rakuman ruwa masu ban tausayi, Narkewa a
cikin babban teku na ni'ima.
The guguwa na *Maya* shiru
Ta hanyar sihiri sandar na fahimta zurfi.
Duniya, mafarkin da aka manta, a ɓoye a ɓoye, a shirye
nake in mamaye tunanina na allahntaka da na farka.
Ina rayuwa ba tare da inuwar
sararin samaniya ba, Amma ba haka
ba ne, na rasa ni;
Kamar yadda teku take wanzuwa ba tare
da rakuman ruwa ba, Amma ba ta

numfashi ba tare da teku ba.

Mafarkai, farkawa, yanayin zurfin *turia*
barci, Yanzu, baya, nan gaba, ba ni da sauran
lokaci,

Amma ni, ni, ina nan koyaushe, ina gudana a
ko'ina. Taurari, taurari, kurar taurari, kasa,
Fashewar aman wuta ta ranar lahira, Tanderun
kera halitta,

Glaciers na shiru x-ray, konewa na'urar lantarki ambaliyar ruwa,

Tunanin dukkan mutane, na baya, na yanzu, na
gaba, Kowace ciyawa, ni kaina, dan adam,
Kowanne barbashi na na duniya baki daya kura,
Fushi, kwadayi, nagarta, mugunta, ceto,
sha'awa, na hadiye, na canza komai
Cikin babban tekun na jinin jikina! Farin ciki
mai hayaƙi, wanda tunani ya mamaye shi akai-
akai. Ina makantar da idanuna masu hawaye,
Na fashe cikin harshen wuta mai
dorewa na ni'ima, Na cinye hawayena,
jikina, da dukkan komai na. Kai ne
ni, Ni ne Kai,
Sanin, Mai ilimi, An sani, kamar yadda Daya!
Natsuwa, farin ciki mara katsewa, rayuwa ta har abada, sabuwar
salama! Abin sha'awa fiye da tunanin tsammani, *samadhi* ni'ima!
Ba wani sumamme jiha
Ko kuma chloroform na kwakwalwa ba tare da
dawowa da gangan ba, *Samadhi* amma ya fadada
sararin sanina Bayan iyakokin yanayin mutum
Zuwa ga iyakar dawwamammen inda
ni, Tekun Duniya,
Agogo Lallai karami son kai iyo a cikin Ni.
Tsuntsaye, kowace kwayar yashi, ba za su fadi ba tare da
ganina ba. Duk sararin samaniya yana shawagi kamar kankara a
cikin tekuna na tunani.
Babban Akwati, Ni, na duk abubuwa an yi.
Ta hanyar zurfafa tunani, tsayi, kishirwa, da kuma
tunani mai zurfi wanda malamin ya bayar, wannan
samadhi na sama ya zo .
Wayar hannu gunaguni na atoms su ne ji,
Duniya mai duhu, duwatsu, kwaruruka, ga ruwa mai
narkewa! Teku masu gudana suna canzawa zuwa tururin
nebulae!
Aum suna busawa a kan tururi, suna buɗe mayafinsu cikin
ban mamaki, Teku suna bayyana a sarari, suna haskaka
electrons,
Har sai, a karshe, sautin ganga na sararin
samaniya, Hasken da ke cikin sama ya bace
zuwa haskoki na har abada na ni'ima mai
cike da komai.
Daga farin ciki na zo, don farin ciki nake rayuwa, cikin
farin ciki mai tsarki nake narkewa. Tekun tunani, ina
shan duk rakuman halittu.
Rufi huɗu na tauri, ruwa, tururi, haske, Daga

kai tsaye.

Ni kaina, a cikin komai, shiga Lallai Babban Ni kaina.

Ya bace har abada, inuwar tunawa mai karfi, mai walkiya.

Babu tabo a sararin tunanina, a kasa, a gaba, da kuma a sama.

Har abada da ni, hasken hadin

kai daya. Karamin kumfa na

dariya, Ni

Am zama Lallai Teku na Mirth Kanta.

Sri Yukteswar ta koya min yadda ake kiran wannan abin da aka albarkace shi yadda ya ga dama, da kuma yadda zan isar da shi ga wasu idan aka haɓaka hanyoyin fahimtarsu. Na tsawon watanni na shiga cikin haɗin kai mai cike da farin ciki, na fahimci dalilin da ya sa *Upanishads* suka ce Allah shine *rasa* , "mafi daɗi." Amma wata rana, na ɗauki matsala zuwa ga Jagora.

"Ina so in sani, yallaɓai- yaushe zan

sami Allah?" "Ka same shi."

"O a'a, yallaɓai, Ni kar a yi yi tunani haka!"

Malamina yana murmushi. "Na tabbata ba ka tsammanin wani mutum mai daraja, wanda ke kawata kursiyi a wani kusurwar maganin kashe kwayoyin cuta na sararin samaniya ba! Amma na ga kana tunanin cewa mallakar ikon mu'ujizai shine sanin Allah. Mutum zai iya samun dukkan duniya, kuma ya ga Ubangiji ba shi da tabbas! Ci gaban ruhaniya ba a auna shi da ikon waje na mutum ba, amma ta hanyar zurfin ni'imar sa a cikin tunani.

" *Farin Ciki Mai Daɗi Shi Ne Allah* . Ba ya karewa; yayin da kake ci gaba da yin bimbini a cikin shekaru, zai yaudare ka da dabara mara iyaka. Masu ibada kamar ka waɗanda suka sami hanyar zuwa ga Allah ba sa mafarkin musanya shi da wani farin ciki; Yana da jan hankali fiye da tunanin gasa.

"Da sauri muke gajiya da jin daɗin duniya! Sha'awar abubuwan duniya ba ta da iyaka; mutum ba ya gamsuwa gaba ɗaya, kuma yana bin manufa ɗaya bayan ɗaya. "Wani abu" da yake nema shi ne Ubangiji, wanda shi kaɗai zai iya ba da farin ciki mai ɗorewa."

"Sha'awa ta waje tana kore mu daga Adnin da ke ciki; suna ba da jin daɗi na karya waɗanda kawai ke kwaikwayon farin cikin rai. Aljannar da ta face ana sake dawo da ita cikin sauri ta hanyar tunani na Allah. Kamar yadda Allah ba ya tsammanin Sabon Rai, ba ma taɓa gajiya da Shi ba. Za mu iya jin daɗin farin ciki, bambancin da ke cikinsa har abada?"

"Na fahimci yanzu, yallaɓai, dalilin da yasa tsarkaka ke kiran Ubangiji da ba a iya ganewa ba. Ko da rai madawwami ba zai isa ya kimanta Shi ba."

Kriya Yoga ta share tunanin daga cikas na ji, tunani yana ba da hujja biyu ta Allah. Sabon farin ciki koyaushe shaida ce ta wanzuwarsa, yana gamsar da kwayoyin halittarmu. Haka kuma, a cikin tunani mutum yana samun shiriyarsa nan take, amsar da ta dace ga kowace matsala."

"Na gani, Guruji; ka warware min matsalata." Na yi murmushi da godiya. "Na fahimci yanzu cewa na sami Allah, domin duk lokacin da farin cikin bimbini ya dawo ba tare da saninsa ba a lokacin da nake aiki, an shirya da ni da dabara don in rungumi tafarkin da ya dace a cikin komai, har ma da cikakkun bayanai."

"Rayuwar ɗan adam tana cike da bakin ciki har sai mun san yadda za mu bi nufin Allah, wanda 'hanyarsa ta gaskiya' sau da yawa tana da ban mamaki ga basirar son kai. Allah yana ɗaukar nauyin sararin samaniya; Shi kaɗai ne zai iya ba da shawara mai kuskure."

14-1 : "A cikin Lallai farawa ya kasance Lallai Kalma, kuma Lallai Kalma ya kasance tare da Allah, kuma Lallai Kalma ya kasance Allah. " - *Yohanna* 1:1.

14-2 : "Domin Lallai Uba alkali a'a mutum, amma yana da sadaukarwa duk hukunci zuwa Lallai Ɗana. " - *Yohanna* 5:22. "A'a mutum yana da na ga Allah a kowane lokaci; Lallai kawai haifaffe Ɗa, wanda shine a cikin Lallai Kirji na Lallai Uba, shi yana da an ayyana shi." - *John* 1:18. "Hakika, hakika, Ni faɗi zuwa kai, shi wancan ya yi imani a kunne ni, Lallai ayyuka wancan Ni yi zai shi yi kuma; kuma mafi girma ayyuka fiye da waɗannan zai yi; domin ina zuwa wurin Ubana." - *Yohanna* 14:12. "Amma Mai Taimako, wato Ruhu Mai Tsarki, wanda Uba zai aiko da sunana, shi ne zai koya muku kome, ya kuma tuna muku da kome, duk abin da na faɗa muku." - *Yohanna* 14:26.

Waɗannan kalmomin Littafi Mai Tsarki suna nuni ga yanayin Allah guda uku kamar Uba, Ɗa, Ruhu Mai Tsarki (*Sat* , *Tat* , *Aum* a cikin nassosin Hindu). Allah Lallai Uba shine Lallai Babu shakka, Ba a bayyana ba, wanda ke akwai *fiye da haka* rawar jiki halitta. Allah Lallai Ɗa shine Lallai Sanin Almasihu (Brahma ko *Kutastha Chaitanya*) wanda ke akwai *a cikin* rawar jiki kirkira; wannan Almasihu Sani shine Lallai "Haife shi kaɗai" ko kuma kawai madubin "Wanda Ba a Haife Shi Ba Mara Iyaka." Bayyanarsa ta waje ko "shaida" ita ce *Aum* ko Ruhu Mai Tsarki, ikon allahntaka, mai kirkira, wanda ba a iya gani wanda ke tsara dukkan halitta ta hanyar girgiza. *Aum* Mai Ta'aziyya mai farin ciki ana jin sa a cikin tunani kuma yana bayyana wa mai .ibada Gaskiya ta karshe

BABI: 15

The Farin kabeji Fashi

"Malam, kyauta ce a gare ka! Waɗannan manyan furanni guda shida an shuka su da hannuna; na kula da girmansu da kulawa mai kyau kamar yadda uwa ke kula da ɗanta." Na miƙa wa kwandon kayan lambu da wani biki na musamman.

"Na gode!" Murmushin Sri Yukteswar ya yi daɗi da godiya. "Don Allah a ajiye su a ɗakinka; Zan buƙace su gobe don cin abincin dare na musamman.

Na isa Puri da ci **15-1** domin in yi hutun bazara na kwaleji tare da malamina a wurin bautarsa ta bakin teku. An gina shi ta hannun Master da almajiransa, kananan wuraren shakatawa masu hawa biyu masu daɗi a Tekun Bengal.

Na farka da sassafe washegari, ina jin daɗin iskar teku mai gishiri da kuma kyawun muhallina. Muryar Sri Yukteswar mai daɗi tana kira; Na kalli farin kabeji na mai daraja na ajiye su a farkashin gadona.

"Zo, bari mu je zuwa Lallai bakin teku. Jagora jagora Lallai hanya; da yawa matashi almajiransa kuma kaina an bi a cikin

wani warwatse rukuni. Namu guru binciken mu a cikin mai laushi suka.

"Lokacin da 'yan'uwanmu na Yamma ke tafiya, yawanci suna alfahari da juna. Yanzu, don Allah ku yi tafiya a jere biyu; ku ci gaba da tafiya da juna cikin tsari." Sri Yukteswar ya kalli yadda muka yi biyayya; ya fara rera waka: "Sarara suna tafiya akai-akai, a cikin karamin layi." Ba zan iya mantawa da saukin da Jagora ya yi wajen daidaita saurin dalibansa ba.

"Dakata!" Nawa na malaman addini idanu an nema nawa. "Ya yi kai tuna zuwa makulli Lallai baya kofar na Lallai gidan sarauta?"



NA GURU'U TEKU GIDAN RAYUWA AT PURI

Baki da yawa sun kwarara daga duniya zuwa cikin kwanciyar hankali na wurin ibada. Wasu masana sun zo da tsammanin haɗuwa da wani mai bin addinin gargajiya. Murmushi mai ban mamaki ko kallon haƙuri mai daɗi a wasu lokutan yana nuna cewa sabbin shiga ba sa tsammanin komai fiye da wasu maganganu na ibada. Duk da haka tafiyarsu ta rashin son rai za ta kawo tabbacin cewa Sri Yukteswar ya nuna cikakken fahimta game da fannoni na musamman na iliminsu.

Malamina koyaushe yana da kananan almajiran da ke zaune a cikin gidan ibadarsa. Ya tsara tunaninsu da rayuwarsu da wannan tsari mai kyau wanda kalmar "almajiri" ta samo asali ne daga tushen asalin.

"Ni yi tunani don haka, yallaɓai."

Sri Yukteswar ya yi shiru na yan mintuna, murmushin da ke kan leɓunansa kaɗan. "A'a, kin manta," in ji shi a karshe. "Bai kamata a mai da tunani na Allah a matsayin uzuri ga rashin kula da abin duniya ba. Kin yi sakaci da aikinki na kare ashram; dole

ne a hukunta ki."

Ni tunani shi ya kasance a boye barkwanci yausha shi an kara: "Naku shida farin kabeji nufin nan ba da jimawa ba zama kawai biyar.

Mu juya a kusa a Digiri na biyu oda kuma yi tattaki baya har sai mu sun kasance rufe zuwa Lallai gidan dabbobi.

"Ka huta kafan. Mukunda, ka kalli harabar da ke gefen hagu; ka lura da hanyar da ke bayan gidan. Wani mutum zai isa can yanzu; shi ne zai zama hanyar hukunta ka."

Na boye bacin raina game da waɗannan maganganun da ba a iya fahimta ba. Ba da daɗewa ba wani manomi ya bayyana a kan hanya; yana rawa mai ban tsoro kuma yana jujjuya hannuwansa da alamun rashin ma'ana. Kusan na rasa sha'awa, na manne idanuna kan abin dariya. Yayin da mutumin ya isa wani wuri a kan hanya inda zai face daga ganinmu, Sri Yukteswar ya ce, "Yanzu, zai dawo."

Nan da nan sai manomi ya canza alkiblarsa ya nufi bayan ashram ɗin. Yana ketare wani fili mai yashi, sai ya shiga ginin ta kofar baya. Na bar shi a buɗe, kamar yadda malamina ya faɗa. Mutumin ya fito jim kafan, yana riƙe da ɗaya daga cikin kyawawan furannin farin kabeji na. Yanzu ya yi tafiya cikin girmamawa, yana da mutuncin mallaka.

Labarin barkwancin da ke yawo a rai, wanda ya bayyana a matsayin wanda aka ruɗe shi, bai tayar da hankali ba har na kasa bin sahunsa cikin fushi. Ina tsakiyar hanya sai Malam ya kira ni. Yana rawa daga kai zuwa kafa yana dariya.

"Wannan mutumin da ya yi mafarkin yana neman farin ciki," ya bayyana a tsakanin firgici da murna. "Na yi tunanin zai zama kyakkyawan ra'ayi idan ya sami ɗaya daga cikin naka, wanda ba shi da tsaro sosai!"

Na yi sauri na nufi ɗakina, inda na ga barawon, wanda a bayyane yake yana da kayan lambu, ya bar zoben zinariyata, agogo, da kuɗi a boye a kan bargo. Ya rarrafe a karkashin gado, inda ɗaya daga cikin furannin farin kabeji na ya tayar da sha'awarsa ɗaya tilo.

Na tambayi Sri Yukteswar a daren nan don ya yi mini bayani game da lamarin, wanda, na yi tunani, yana da wasu abubuwa masu ban mamaki.

Malamina ya girgiza kansa a hankali. "Za ka fahimce shi wata rana. Nan ba da jimawa ba kimiyya za ta gano wasu daga cikin waɗannan boyayyun dokoki."

Lokacin da abubuwan al'ajabi na rediyo suka fashe shekaru da yawa bayan haka a cikin duniyar da ta cika da mamaki, na tuna da hasashen Jagora. An lalata tsoffin ra'ayoyi na lokaci da sarari; babu gidan manoma mai kunkuntar haka. cewa London ko Calcutta ba za su iya shiga ba! Wayo mai rauni ya karu kafin a iya musantawa shaida ɗaya daga cikin ɓangarorin kasancewar mutum a ko'ina.

The "shiri" na Lallai farin kabeji barkwanci gwangwani zama mafi kyau an fahimta ta hanyar wani rediyo kwatancen. Sri Yukteswar cikakkiyar rediyo ce ta ɗan adam.

Tunani ba wai kawai girgiza mai sauƙi ba ce ke motsawa a cikin sararin samaniya. Kamar yadda rediyo mai hankali ke ɗaukar lambar kiɗa da ake so daga dubban sauran shirye-shirye daga kowane bangare, haka malamina ya sami damar fahimtar mutumin da ke son yin wasa da shi. don wani farin kabeji, fita na Lallai marasa adadi tunani na watsa shirye-shirye ɗan adam wasiyya a cikin duniya. **15-2** Da ikonsa mai ƙarfi, Jagora shi ma tashar watsa labarai ce ta ɗan adam, kuma ya yi nasarar umurci manomi da ya juya matakansa ya tafi wani ɗaki don yin wasa ɗaya kawai

farin kabeji.

Ilhami **15-3** shine jagorar rai, yana bayyana a dabi'ance a cikin mutum a lokutan da hankalinsa ke natsuwa. Kusan kowa ya taɓa samun "ra'ayi" daidai wanda ba za a iya fahimta ba, ko kuma ya taɓa samun ya canja tunaninsa yadda ya kamata zuwa ga wani mutum.

Hankalin ɗan adam, wanda ba shi da wani tsayayyen rashin natsuwa, zai iya aiki ta hanyar eriyarsa ta fahimta da kuma fahimtar dukkan ayyukan hanyoyin rediyo masu rikitarwa - aika da karɓar tunani, da kuma daidaita waɗanda ba a so. Kamar yadda karfin rediyo ya dogara da adadin wutar lantarki. yana iya amfani da shi, don haka ana kunna rediyon ɗan adam bisa ga ikon son rai da kowane mutum ke da shi.

Duk tunani yana girgiza har abada a cikin sararin samaniya. Ta hanyar zurfafa tunani, maigida yana iya gano tunanin kowace zuciya, ko mai rai ko matacce. Tunani yana da tushe a ko'ina kuma ba ɗaya ba ne; Ba za a iya kirƙirar gaskiya ba, sai dai a fahimta kawai. Tunanin ɗan adam na kuskure yana faruwa ne sakamakon rashin fahimta. Manufar kimiyyar yoga ita ce ta kwantar da hankali, ta yadda ba tare da barna ba za ta iya kwaikwayon hangen nesa na allahntaka a sararin samaniya.

Rediyo da talabijin sun kawo sautin da hangen nesa na mutane masu nisa nan take ga miliyoyin mutane: farkon ra'ayin kimiyya cewa mutum ruhi ne mai cike da komai. Ba jiki ne da aka takaita a wani wuri a sararin samaniya ba, amma babban rai, wanda girman kai a mafi yawan yanayin dabbanci ke shiryawa don ya zama matsewa a banza.

"Abubuwa masu ban mamaki, masu ban mamaki, masu kama da abubuwan da ba za a iya tsammani ba za su iya bayyana waɗanda, idan aka kafa su, ba za su ba mu mamaki fiye da yadda muke mamakin duk abin da kimiyya ta koya mana a ƙarni na ƙarshe ba," in ji Charles Robert Richet, ƙwararren masanin ilimin halittar jiki, "Ana ɗauka cewa abubuwan da muke karɓa yanzu ba tare da mamaki ba, ba sa tayar da hankalinmu saboda an fahimce su. Amma ba haka lamarin yake ba. Idan ba su ba mu mamaki ba, ba za su ba mu mamaki ba." Ba wai saboda an fahimce su ba ne, amma saboda sun saba; domin idan abin da ba a fahimta ba ya kamata ya ba mu mamaki, ya kamata mu yi mamakin komai - faɗuwar dutse da aka jefa a sama, itacen oak wanda ya zama itacen oak, mercury wanda ke faɗaɗa lokacin da aka dumama shi, ƙarfe da maganadisun ke jawo shi, phosphorus wanda ke ƙonewa lokacin da aka goge shi. Kimiyyar yau ita ce abu mai sauƙi; juyin juya hali da juyin halitta da zai fuskanta cikin shekaru dubu ɗari za su wuce tsammanin da ba a zata ba. Gaskiya - waɗannan gaskiya masu ban mamaki, masu ban mamaki, marasa tsammani - waɗanda zuriyarmu za su gano, har yanzu suna kewaye da mu, suna kallonmu a idanu, don haka yin magana, amma ba ma ganin su. Amma bai isa a ce ba ma ganin su ba; muna ganin su. ba na son ganin su; domin da zarar wani abu da ba a zata ba kuma wanda ba a saba gani ba ya

bayyana, muna kofarin daidaita shi cikin tsarin ilimin da aka samu, kuma muna jin haushi cewa kowa ya kamata ya yi kofarin yin farin gwaji."

Wani abin dariya ya faru kwanaki bayan an sace min farin kabeji ba tare da wata hujja ba. Babu wani fitilar kananzir da aka samu. Ganin cewa kwanan nan na ga masanin komai na malamina. fahimta, Ni tunani shi zai nuna wancan shi ya kasance na yaro yi wasa zuwa gano wuri Lallai fitila.

Jagora an fahimta nawa tsammani. Tare da wuce gona da iri nauyi shi an yi tambaya duk ashram mazauna. A

matashin almajiri ya furta cewa ya yi amfani da fitilar don zuwa rijiyar da ke bayan gida. Sri Yukteswar ya ba da shawara mai karfi: "Ku nemi fitilar kusa da rijiyar."

Na yi sauri zuwa can; babu fitila! Crestfallen, na koma wurin malamina. Yanzu yana dariya sosai, ba tare da jin haushin rashin gamsuwata ba.

"Abin takaici ne da ban iya jagorantar ka zuwa ga fitilar da ta face ba; ni ba mai duba ba ne!" Da idanunsa masu walkiya, ya kara da cewa, "Ni ma ba ni da gamsuwa da Sherlock Holmes!"

Ni an gane wancan Jagora zai ba za a taɓa yi ba nuni nasa iko yausha kalubalanci, ko don wani rashin muhimmanci.

Makonni masu daɗi sun shude. Sri Yukteswar yana shirin yin jerin gwano na addini. Ya roke ni in jagoranci almajiran a kan garin da bakin teku na Puri. Ranar bikin ta waye a matsayin ɗaya daga cikin mafi zafi a lokacin bazara.

"Guruji, yaya gwangwani Ni ɗauka Lallai babu takalmi ɗalibai sama Lallai mai zafi yashi?" Ni ya yi magana cikin damuwa.

"Zan gaya muku wani sirri," Malam ya amsa. "Ubangiji zai aiko muku da laima ta gajimare; ku duka za ku yi tafiya cikin jin daɗi."

Na shirya jerin gwanon cikin farin ciki; kungiyarmu ta fara daga ashram da tutar *Sat-Sanga* . **15-4** Sri Yukteswar ne ya tsara shi, kuma yana da alamar waƙar **15-5**. ido, kallon telescopic na fahimta.

Da zarar mun bar wurin bauta, sai ga ɓangaren sama da ke sama ya cika da gajimare kamar sihiri. Tare da fitar da maniyyi daga kowane gefe, Ruwan sama mai sauƙi ya faɗo, yana sanyaya titunan birnin da kuma bakin teku mai ƙonewa. Ruwan ya sauƙo a cikin sa'o'i biyu na faretin. A daidai lokacin da kungiyarmu ta koma ga ashram, gajimare da ruwan sama suka shude babu alamun komai.

"Ka ga yadda Allah yake ji da mu," in ji Jagora bayan na gode masa. "Ubangiji yana amsa wa kowa kuma yana aiki ga kowa. Kamar yadda ya aiko da ruwan sama a rokona, haka nan yake cika duk wata buƙata ta gaskiya ta mai ibada. Ba kasafai mutane ke fahimtar yadda Allah yake sauraron addu'o'insu ba. Ba ya nuna son kai ga wasu kaɗan, amma yana sauraron duk wanda ya kasance shi da aminci. Ya kamata 'ya'yansa su kasance da bangaskiya ta gaskiya ga ƙaunar Ubansu na Ko'ina." **15-6**

Sri Yukteswar ya dauki nauyin bukukuwa guda huɗu a kowace shekara, a lokacin equinoxes da solstices, lokacin da ɗalibansa suka taru daga nesa da kusa. An yi bikin solstice na hunturu a Serampore; na farko da na halarta ya bar ni da albarka ta dindindin.

An fara bukukuwan da safe da jerin gwano babu takalmi a kan tituna. Muryoyin ɗalibai ɗari sun yi ta rera waƙoƙin addini masu daɗi; wasu mawaƙa kaɗan sun buga sarewa da *khol kartal* (ganguna da kuge). Mutanen gari masu sha'awa sun bazu kan hanyar da furanni, suna farin cikin an kira su daga ayyukan prosaic ta hanyar yabon sunan Ubangiji mai albarka. Dogon yawon shakatawa

ya kare a farfajiyar gidan ibada. A can muka kewaye malaminmu, yayin da d'alibai a kan baranda na sama suka yi mana ruwan furannin marigold.

Baki da yawa sun hau sama don karɓar pudding na *channa* da lemu. Na nufi kungiyar almajiran 'yan'uwa waɗanda ke hidima a yau a matsayin masu dafa abinci. Abincin da ake buƙata don irin waɗannan manyan taruka dole ne a dafa shi a waje a cikin manyan kasko. Murhun bulo na itace da aka gyara suna da hayaki da kuma tayar da hankali, amma mun yi dariya da farin ciki da aikinmu. Ba a taɓa la'akari da bukukuwan addini a Indiya ba. matsala; kowanne ɗaya yana yi nasa wani ɓangare, samar da kuɗi, shinkafa, kayan lambu, ko ayyukansa na sirri.

Ba da daɗewa ba Malam ya shigo tsakiyarmu, yana kula da cikakkun bayanai game da bikin. Yana aiki a kowane lokaci, yana tafiya tare da karamin d'alibi mai kuzari.

rera waƙa ta rukuni, tare da waƙoƙin harmonium da kuma gangunan Indiya da aka buga da hannu, a hawa na biyu. Sri Yukteswar ya saurara da godiya; hankalinsa na kiɗa ya kasance cikakke sosai.

"Sun fita daga maɓalli!" Malam ya bar masu dafa abinci ya shiga cikin masu fasaha. An sake jin waƙar, a wannan karon an yi ta daidai.

A Indiya, kiɗa da zane-zane da wasan kwaikwayo ana ɗaukar su a matsayin fasaha ta allahntaka. Brahma, Vishnu, da Shiva - Trinita Mai Madawwami - su ne mawakan farko. An nuna Shiva Mai Rawa Mai Rawa a cikin littafi mai tsarki a matsayin wanda ya yi amfani da salon rawa mara iyaka a cikin rawarsa ta sararin samaniya ta halitta, kiyayewa, da rushewa, yayin da Brahma ya ƙara wa lokaci karfi da karfi. suna yin kuge masu ƙara, Vishnu kuma ya yi busa mai tsarki na *mridanga* ko ganga. Krishna, wanda ya fito daga Vishnu, ana nuna shi koyaushe a cikin fasahar Hindu da sarewa, inda yake buga waƙar da ke tunatar da rayukan ɗan adam a gidansu na gaskiya suna yawo cikin ruɗin *Maya*. Saraswati, allahiyar hikima, an nuna ta a matsayin tana yin wasa a kan *vina*, uwar dukkan kayan kiɗa masu igiya. *Sama Veda* ta Indiya ta kunshi rubuce-rubucen farko a duniya kan kimiyyar kiɗa.

Tushen tushen waƙar Hindu shine *ragas* ko sikeli mai daɗi. *Ragas guda shida na asali* sun rarrabu zuwa *ragunis* (mata) da *putras* ('ya'ya maza) guda 126. Kowace *raga* tana da akalla notes biyar: note mai jagora (*vadi* ko sarki), note na biyu (*samavadi* ko firaminista), notes mai taimako (*anuvadi*, masu hidima), da note mai rashin jituwa (*vivadi*, maƙiyi).

Kowanne daga cikin *ragas guda shida na asali* yana da alaƙa ta halitta da wani sa'a na yini, kakar shekara, da kuma allahn da ke jagorantar wanda ke ba da wani iko na musamman. Don haka, (1) ana jin *Hindole Raga* ne kawai da asuba a lokacin bazara, don tayar da yanayin soyayya ta duniya; (2) Ana kunna *Deepaka Raga* da yamma a lokacin rani, don tayar da tausayi; (3) *Megha Raga* waƙa ce ta tsakiyar rana a lokacin damina, don jawo ƙarfin hali; (4) Ana kunna *Bhairava Raga* da safe

na watan Agusta, Satumba, Oktoba, don samun natsuwa; (5) An tanada *Sri Raga don kaka*. Magariba, don samun kauna mai tsarki; (6) Ana jin *Malkounsa Raga a tsakar dare a lokacin hunturu, don jarumtaka*.

Tsoffin 'yan rishi sun gano waɗannan dokokin haɗin gwiwa mai kyau tsakanin yanayi da mutum. Domin yanayi shine wani ƙin amincewa na *Aum* , Lallai Primal Sauti ko Girgizawa Kalma, mutum gwangwani samu iko

a kan dukkan bayyanar halitta ta hanyar amfani da wasu *mantras* ko wakoki. **15-7**
Takardun tarihi sun nuna irin karfin da Miyan Tan Sen, mawaƙin kotun Akbar the Great, ya mallaka a karni na sha shida. Sarki ya umarce shi da ya rera *raga a dare* yayin da rana ke sama. Tan Sen mai ruɗani wani *mantra* wanda nan take ya haifar Lallai duka fada gundumomi don ya lullube cikin duhu.

Kiɗan Indiya ya raba octave zuwa *srutis* ko demi-semitones 22. Waɗannan tazara ta microtonal suna ba da damar kyawawan launuka na bayyanar kiɗa wanda ba za a iya samu ta hanyar sikelin chromatic na Yamma na semitones 12 ba. Kowanne daga cikin mahimman bayanai bakwai na octave yana da alaƙa a cikin tatsuniyar Hindu da launi, da kuma kukan halitta na tsuntsu ko dabba - *Yi* da kore, da kuma dawisu; *Re* da ja, da kuma skylark; *Mi* da zinare, da akuya; *Fa* da fari mai launin rawaya, da heron; *Sol* da baki, da dare; *La* da rawaya, da doki; *Si* tare da haɗuwa da dukkan launuka, da giwa.

Sikeli uku - manyan, karamar harmonic, karamin waƙar kiɗa - su ne kawai waɗanda waƙar Occidental ke amfani da su, amma waƙar Indiya ta bayyana cewa *akwai* 72 ko sikeli. Mawaƙin yana da ikon kirkira don yin gyare-gyare marasa iyaka game da waƙar gargajiya ko *raga* ; yana mai da hankali kan motsin rai ko yanayi na karshe na jigon tsarin sannan ya kawata shi zuwa iyakar asalinsa. Mawaƙin Hindu ba ya karanta bayanar da aka saita; yana saka sabbin tufafi ga kowannensu yana buga kwarangwal ɗin *raga* , sau da yawa yana iyakance kansa ga jerin wakoki guda ɗaya, yana mai da hankali ta hanyar maimaita duk bambance-bambancen microtonal da rhythmic. Bach, tsakanin mawakan Yamma, yana da fahimtar fara'a da ikon sautin maimaitawa wanda aka ɗan bambanta shi ta hanyoyi ɗari masu rikitarwa.

Littattafan Sanskrit na da sun bayyana *talas* 120 ko ma'aunin lokaci. Wanda ya kafa al'adar An ce waƙar Hindu, Bharata, ta ware nau'ikan *tala guda* 32 a cikin waƙar lark. Asalin *tala* ko rhythm ya samo asali ne daga motsin ɗan adam - lokaci biyu na tafiya, da kuma lokaci uku na numfashi a lokacin barci, lokacin da shaƙa ya ninka tsawon numfashi sau biyu. Indiya koyaushe tana da sun gane muryar ɗan adam a matsayin kayan aikin sauti mafi kyau. Saboda haka, kiɗan Hindu galibi yana iyakance kansa ga kewayon muryar octaves guda uku. Saboda wannan dalili, ana jaddada waƙa (dangantakar wakokin da ke jere) maimakon jituwa (dangantakar wakokin da ke lokaci guda).

Babban burin mawakan farko na rishi shine haɗa mawaƙin da Cosmic Song wanda za a iya ji ta hanyar farkar da cibiyoyin siffa ta mutum. Kiɗan Indiya fasaha ce ta mutum ɗaya, ta ruhaniya, da ta mutum ɗaya, ba wai don haskakawa ba amma don jituwa da Oversoul. Kalmar Sanskrit don mawaƙi ita ce *bhagavathar* , "wanda ke rera yabon Allah." *Sankirtans* ko taron kiɗa wani nau'i ne mai tasiri na yoga ko horo na ruhaniya, wanda ke bukatar zurfafa hankali, sha'awar tunani da sauti sosai. Saboda mutum da kansa shine bayyanar Kalmar Halitta, sauti yana da tasiri mafi karfi da sauri a kansa, yana ba da hanyar tunawa da asalinsa na allahntaka.

sankirtan daga dakin zama na hawa na biyu na Sri Yukteswar a ranar bikin ya kasance abin karfafa gwiwa ga masu dafa abinci a tsakiyar tukwane masu tururi. Ni da dan'uwana almajiransa mun rera waƙoƙin cikin farin ciki, muna ba da lokaci mai yawa da hannunmu .

Da faɗuwar rana, mun yi wa ɗaruruwan baki hidima da *khichuri* (shinkafa da lentil), curry na kayan lambu, da pudding na shinkafa. Mun shimfiɗa barguna na auduga a farfajiyar; ba da daɗewa ba taron ya tsugunna a karkashin sararin samaniyar taurari, yana mai da hankali kan hikimar da ke fitowa daga leburan Sri Yukteswar. Jawabinsa na jama'a ya jaddada muhimmancin *Kriya Yoga*, da kuma rayuwa ta mutunta kai, natsuwa, kuduri, abinci mai sauƙi, da kuma motsa jiki akai-akai.

Sai kungiyar almajirai matasa suka rera waƙoƙin alfarma kaɗan; taron ya kare da *sankirtan*. Tun daga ƙarfe goma har zuwa tsakar dare, mazauna ashram ɗin sun wanke tukwane da kasko, suka share farfajiyar gidan. Malamina ya kira ni gefe.

"Ina farin ciki da ayyukanku masu daɗi a yau da kuma a cikin makon da ya gabata na shirye-shirye. Ina so ku kasance tare da ni; za ku iya kwana a kan gadona a daren yau."

Wannan wata dama ce da ban taɓa tunanin za ta faɗa hannuna ba. Mun zauna na ɗan lokaci cikin yanayi mai natsuwa na Allah. Bayan mintuna goma da muka kwanta, Jagora ta tashi ta fara yin ado.

"Me ke faruwa, yallaɓai?" Na ji wani irin rashin tabbas a cikin farin cikin da ba a zata ba na barci kusa da malamina.

"Ina tsammanin wasu ɗaliban da suka rasa hanyar jirgin ƙasa mai kyau za su zo nan ba da jimawa ba. Bari mu shirya abinci."

"Guruji, a'a ɗaya zai zo a ɗaya ƙarfe a cikin Lallai safe!

"Zauna" a cikin gado; kai suna da kasance aiki sosai tauri. Amma Ni am za a yi zuwa dafa abinci.

Da muryar Sri Yukteswar mai ƙarfi, na yi tsalle na bi shi zuwa ƙaramin ɗakin girki da ake amfani da shi kowace rana kusa da baranda ta bene na biyu. Shinkafa da *dhal* sun fara tafasa ba da daɗewa ba.

Malamina ya yi murmushi cikin ƙauna. "A daren yau ka shawo kan gajiya da tsoron aiki tukuru; ba za ka taɓa damuwa da su ba a nan gaba."

Yayin da yake faɗin waɗannan kalmomin albarka na rayuwa, sai na ji ƙarar ƙafafuwa a farfajiyar gidan. Na yi gudu na sauka ƙasa na shiga kungiyar ɗalibai.

"Ya kai ɗan'uwana, yaya muke jinkirin damun Malam a wannan lokacin!" Wani mutum ya yi min magana yana ba ni haƙuri. "Mun yi kuskure game da jadawalin jirgin ƙasa, amma mun ji ba za mu iya komawa gida ba tare da mun ga malaminmu ba."

"Shi ne yana da kasance tsammani kai kuma shine har ma yanzu shiri naka abinci."

Muryar maraba ta Sri Yukteswar ta yi kara; Na jagoranci baki masu mamaki zuwa kicin. Malam ya juyo gare ni da idanunsa masu walkiya.

"Yanzu wancan kai suna da gama kwatantawa bayanin kula, a'a shakka kai su ne gamsuwa wancan namu baki da gaske

ya yi rasa nasu jirgin kasa!"

Na bi shi zuwa dakin kwanansa bayan rabin sa'a, na fahimci cewa zan yi barci kusa da wani malamin addini mai kama da allah.

.....
15-1 : Puri, game da 310 mil kudu na Calcutta, shine wani shahara aikin hajji birni don masu bauta na Krishna; nasa bauta Ana bikin a can da manyan bukukuwa guda biyu na shekara-shekara, *Snayatra* da *Rathayatra* .

15-2 : The 1939 ganowa na wani rediyo na'urar duban hoto (microscope) bayyana wani sabo duniya na har zuwa yanzu ba a sani ba haskoki. "Mutum kansa kamar yadda to, kamar yadda duk nau'ikan na ana tsammani marar aiki abu koyausha fitarwa Lallai haskoki wancan wannan kayan kida 'yana gani,'" an ruwaito Lallai *Mai alaƙa Danna* "Wadanda suka yi imani da telepathy, second sight, da clairvoyance, a cikin wannan sanarwar sun sami shaidar kimiyya ta farko ta wanzuwar haskoki marasa ganuwa wadanda da gaske ke tafiya daga mutum ɗaya zuwa wani. Na'urar rediyo a zahiri mitar rediyo ce. na'urar hangen nesa. Yana yana yi Lallai iri ɗaya abu don sanyi, ba mai haske ba abu wancan Lallai na'urar hangen nesa yana yi yausha shi yana bayyana nau'ikan kwayoyin zarra da ke samar da taurari. Kasancewar irin waɗannan haskoki da ke fitowa daga mutum da dukkan halittu masu rai ya kasance

wanda ake zargi ta hanyar masana kimiyya don da yawa shekaru. A yau shine Lallai na farko gwaji hujja na nasu wanzuwa. The ganowa nuni cewa kowace kwayar zarra da kowace kwayar halitta a yanayi tashar rediyo ce mai ci gaba Don haka ko da bayan mutuwa..... da watsa shirye-shiryenta.

Wani abu da ya kasance mutum yana ci gaba da aika haskoki masu laushi. Tsawon rakuman waɗannan haskoki ya kama daga gajeru fiye da duk wani abu da ake amfani da shi yanzu wajen watsa shirye-shirye zuwa mafi tsayin nau'in rakuman rediyo. Haɗuwar waɗannan haskoki kusan ba za a iya tunanin su ba. A can su ne miliyoyin na su. A mara aure sosai babba kwayoyin halitta watan Mayu bayar kashe 1,000,000 daban igiyar ruwa tsayi a lokaci guda. Tsawon tsawon Akwai ɗaya..... rakuman ruwa na wannan nau'in suna tafiya tare da sauƙi da saurin rakuman rediyo.

abin mamaki bambanci tsakanin Lallai sabo rediyo haskoki kuma saba haskoki so haske. Wannan shine Lallai mai tsawo .lokaci, adadi zuwa dubban shekaru, wanda waɗannan rakuman rediyo za su ci gaba da fitowa daga abu mara damuwa

15-3 Mutum yana jinkirin amfani da "intuition"; Hitler ya kusan lalata kalmar tare da Karin ɓarna mai girma. Harshen Latin tushe ma'ana na *fahimta* shine "cikin ciki kariya. The Sanskrit kalma *agama* hanyar na fahimta ilimi an haife shi na fahimtar rai kai tsaye; saboda haka wasu tsoffin rubuce-rubucen da rishis suka yi ana kiransu *agamas* .

15-4 : *Asabar* shine a zahiri "kasancewa," saboda haka "ainihin abu; gaskiya. *Sanga* shine "kungiyar." Sri Yuktaswar an kira nasa kungiyar hermitage *Sat-Sanga* , "zumunci da gaskiya."

15-5 : "Idan saboda haka naka ido zama mara aure, naka duka jiki zai zama cikakke na haske." - *Matiyu* 6:22. A lokacin zurfi tunani, marar aure ko ruhaniya ido ya zama a bayyane a cikin Lallai tsakiya wani ɓangare na Lallai goshi. Wannan mai ilimi da komai ido shine daban-daban an ambata zuwa ciki nassosi kamar yadda Lallai na uku ido, Lallai tauraro na Lallai Gabas, Lallai na ciki ido, Lallai kurciya saukowa daga sama, Lallai ido na Shiva, idon fahimta, da sauransu.

15-6 : "Shi ne wancan an shuka Lallai kunne, zai shi ba ji? shi wancan an kafa Lallai ido, zai shi ba ya gani ? wancan yana koyar mutum

. ilimi, zai shi ba ka sani? - *Zabura* 94:9-10

15-7 Tatsuniyar al'umma ta kunshi ambaton sihiri masu iko akan yanayi. An san 'yan asalin Amurkawa sosai. zuwa suna da haɓaka sauti al'adu don ruwan sama kuma iska. Tan Sen, Lallai mai girma Hindu mawaƙi, ya kasance iya zuwa kashe wuta wuta ta hanyar iko na nasa waƙa. Charles Kellogg, Lallai California mai nazarin dabi'a, bayar wani zanga-zanga na Lallai sakamako na sautin girgiza wuta a cikin 1926 kafin wani rukuni na Sabo York masu kashe gobara. "Wucewa wani baka, so wani an faɗaɗa goge baka, da sauri faɗin wani daidaita aluminum cokali mai yatsu, shi samarwa wani kururuwa so mai tsanani rediyo tsayayye. Nan take Lallai rawaya iskar gas harshen wuta, biyu kafa babba, tsalle a ciki wani bututun gilashi mai rami, ya faɗi zuwa tsayin inci shida kuma ya zama walƙiya mai shuɗi. Wani yunkuri da baka, da wani karar girgiza, ya kashe shi.

Wayo The Taurari

"Mukunda, me zai hana ka sami wani ɗan tauraro

mai kama da taurari?" "Shin ya kamata in yi,

Malam? Ban yarda da ilmin taurari ba."

"Ba batun *imani ba ne* ; ra'ayin kimiyya ɗaya tilo da mutum zai iya ɗauka a kan kowane batu shine ko *gaskiya ne* . Dokar nauyi ta yi aiki yadda ya kamata kafin Newton kamar yadda ta yi bayansa. Sararin samaniya zai kasance cikin rudani idan dokokinsa ba za su iya aiki ba tare da amincewar imanin ɗan adam ba."

"Masu ra'ayin Charlatans sun kawo kimiyya mai ban mamaki zuwa ga halin da take ciki a yanzu na rashin suna. Falaki yana da girma sosai, duka a lissafi **16-1** kuma a falsafance, a fahimci abin da ya dace sai dai mutanen da ke da zurfin fahimta. Idan jahilai sun yi kuskuren fahimtar sammai, kuma suka ga akwai rubutun da aka rubuta maimakon rubutun, hakan za a yi tsammani a wannan duniya mara kyau. Bai kamata mutum ya yi watsi da hikimar da ke tare da 'masu hikima' ba.

"Duk sassan halitta suna da alaƙa da juna kuma suna musayar tasirinsu. Daidaitaccen tsarin sararin samaniya yana da tushe a cikin amsawa," in ji malamina. "Mutum, a fannin ɗan adam, dole ne ya yaƙi rukuni biyu na ƙarfi - na farko, rikice-rikicen da ke cikin rayuwarsa, waɗanda cakuda ƙasa, ruwa, wuta, iska, da abubuwan da ba su da tabbas suka haifar; na biyu, ikon wargajewa na waje na yanayi. Muddin mutum yana fama da mutuwar, sauye-sauye iri-iri na sama da ƙasa suna shafarsa.

"Taurari nazarin yadda mutum yake amsawa ga abubuwan da ke faruwa a duniya. Taurari ba su da wani alheri ko kiyayya; kawai suna aika hasken haske mai kyau da mara kyau. Ga kansu, waɗannan ba sa taimakawa ko cutar da ɗan adam, amma suna ba da hanyar halal don aiki a waje na sakamakon daidaito wanda kowanne mutum yana da saita cikin motsi a cikin Lallai abin da ya gabata.

"Ana haihuwar yaro a wannan rana da kuma a wannan lokacin da haskoki na sama suka yi daidai da karma nasa na lissafi. Tauraron taurarinsa hoto ne mai kalubale, yana bayyana tarihinsa da ba zai iya canzawa ba da kuma sakamakonsa na gaba mai yiwuwa. Amma za a iya fassara jadawalin haihuwa ta hanyar maza masu hikima kawai: waɗannan kaɗan ne.

"Sakon da aka yi da ƙarfin hali a sararin samaniya a lokacin da aka haife shi ba a yi nufin ya jaddada ƙaddara ba - sakamakon alheri da mugunta na baya - amma don

tayar da sha'awar mutum don tserewa daga mulkinsa na duniya. Abin da ya yi, zai iya gyara shi. Babu wani mutum banda shi wanda ya tayar da abubuwan da ke haifar da duk wani tasiri da ke yaduwa a rayuwarsa. Zai iya shawo kan duk wani iyaka, domin shi ne ya kirkira shi ta hanyar ayyukansa tun farko, kuma saboda yana da albarkatun ruhaniya wadanda ba sa fuskantar matsin lamba daga duniya."

"Sha'awar camfi tana sa mutum ya zama mai sarrafa kansa, wanda ya dogara ga jagorancin injiniya. Mutum mai hikima yana kayar da duniyoyinsa - wato, abin da ya gabata - ta hanyar canja wurin amincinsa daga halitta zuwa ga Mahalicci. Da zarar ya fahimci hadin kansa da Ruhu, to, abu kafan ne zai iya mamaye shi. Rai yana da 'yanci koyaushe; ba shi da mutuwa saboda ba shi da haihuwa. Ba za a iya sarrafa shi ta taurari ba."

"Mutum rai *ne* , *kuma yana da* jiki. Idan ya sanya yanayin kansa na asali yadda ya kamata, zai bar duk wani yanayi na tilastawa. Muddin ya ci gaba da rikicewa a cikin yanayinsa na yau da kullun na rashin hankali na ruhaniya, zai san sarkoƙi masu zurfi na dokar muhalli."

"Allah jituwa ne; mai ibada wanda ya daidaita kansa ba zai taɓa yin wani aiki ba daidai ba. Ayyukansa za su kasance daidai kuma a lokaci ɗaya bisa ga dokar ilmin taurari. Bayan addu'a mai zurfi da tunani, zai kusanci saninsa na Allahntaka; babu wani iko mafi girma fiye da wannan kariyar ta ciki."

"To, Malam, me ya sa kake son in saka abin wuya na taurari?" Na yi wannan tambayar bayan dogon shiru, a lokacin da na yi ƙoƙarin fahimtar bayanin Sri Yukteswar mai daraja.

"Sai lokacin da matafiyi ya cimma burinsa ne kawai zai iya yin watsi da taswirarsa. A lokacin tafiyar, yana amfani da duk wani gajeren hanya mai sauƙi. Tsoffin rishis sun gano hanyoyi da yawa don rage lokacin gudun hijirar mutum cikin rufi. Akwai wasu siffofi na injiniya a cikin dokar karma waɗanda za a iya gyara su da kyau ta hanyar yatsun hikima.

"Duk wata matsala ta ɗan adam ta samo asali ne daga wani keta dokar duniya. Littattafai sun nuna cewa dole ne mutum ya cika dokokin yanayi, ba tare da ya raina ikon Allah ba. Ya kamata ya ce: 'Ya Ubangiji, Ni amincewa a cikin Kai, kuma sani Kai iyawa taimako ni, amma Ni kuma nufin yi nawa mafi kyau zuwa warware kowane Na yi kuskure.' Ta hanyoyi da dama - ta hanyar addu'a, ta ikon nufin, ta hanyar yin zuzzurfan tunani na yoga, ta hanyar tattaunawa da tsarkaka, ta hanyar amfani da zoben taurari - ana iya rage ko kuma a soke mummunan tasirin abubuwan da suka gabata.

"Kamar yadda za a iya sanya wa gida sandar tagulla don ya shanye girgizar walƙiya, haka nan haikalin jiki zai iya amfana da matakan kariya daban-daban. Shekaru da suka wuce, yogis ɗinmu sun gano cewa ƙarfe tsarkakakke yana fitar da hasken taurari wanda ke da ƙarfi wajen yaƙi da mummunan tasirin taurari."

Hasken lantarki da na maganadisun masu sauƙi suna yawo a cikin sararin samaniya koyausha; idan ana taimakon jikin mutum, bai san hakan ba; idan ana wargaza shi, har yanzu yana cikin jahilci.

Can shi yi komai game da shi?

"Wannan matsala ta sami kulawa daga rishis ɗinmu; sun sami taimako ba kawai haɗuwar ƙarfe ba, har ma da tsire-tsire kuma mafi inganci na lu'ulu'u marasa lahani waɗanda ba su gaza karat biyu ba. Ba kasafai ake yin nazari sosai kan amfani da ilmin taurari a wajen Indiya ba. Karamin Gaskiyar da aka sani ita ce kayan ado masu kyau, karafa, ko shirye-shiryen shuka ba su da amfani sai dai idan an tabbatar da nauyin da ake buƙata, kuma sai dai idan an sanya waɗannan magungunan gyara

kusa da fata.

"Yallaɓai, zan karɓi shawararka in sami abin da zan faɗa. Ina sha'awar tunanin yin wayo a duniya!"

"Don dalilai na gabaɗaya ina ba da shawarar amfani da handlet da aka yi da zinariya, azurfa, da tagulla. Amma don wani takamaiman dalili ina so ku sami ɗaya daga azurfa da gubar." Sri Yukteswar ya kara da umarni masu kyau.

"Guruji, me 'takamaiman' manufa yi kai meye?"

"Taurari za su yi sha'awarka ba tare da abota ba, Mukunda. Kada ka ji tsoro; za a kare ka. Nan da wata guda hantarka za ta haifar maka da matsala mai yawa. An tsara cewa cutar za ta dauki tsawon watanni shida, amma amfani da hannunka na ilmin taurari zai rage lokacin zuwa kwana ashirin da huɗu."

Na nemi mai yin kayan ado washegari, kuma ba da daɗewa ba na saka abin wuya. Lafiyata ta yi kyau sosai; Hasashen Jagora ya face daga raina. Ya bar Serampore don ziyartar Benares. Kwanaki talatin bayan tattaunawarmu, na ji ciwo kwatsam a yankin hantata. Makonni masu zuwa sun zama mafarki mai ban tsoro na ciwo mai tsanani. Da yake na fi damuwa da malamina, na yi tunanin zan jure wa shari'ar da nake yi ni kaɗai.

Amma kwanaki ashirin da uku na azabtarwa sun raunana kudurina; Na yi horo don Benares. A can Sri Yukteswar ya tarbe ni da ɗumi mai ban mamaki, amma bai ba ni damar faɗa masa matsalolinsa a foye ba. Masu bauta da yawa sun ziyarci Jagora a wannan ranar, kawai don *darshan* . **16-2** Na zauna a kusurwa cikin rashin lafiya da rashin kulawa. Sai bayan cin abincin dare ne dukkan baki suka tafi. Babban malamina ya kira ni. ni zuwa baranda mai girman octagon na gidan.

"Dole ne ka zo da matsalar hanta." An kau da kallon Sri Yukteswar; ya yi tafiya yana yawo, lokaci-lokaci yana katse hasken wata. "Bari in gani; kana rashin lafiya tsawon kwana ashirin da huɗu, ko ba haka ba?"

"Haka ne, yallaɓai."

"Don Allah yi Lallai ciki motsa jiki Ni suna da an koyar kai."

"Da ka san irin wahalar da nake sha, Malam, da ba za ka roke ni in yi motsa jiki ba." Duk da haka na yi kokarin yi masa biyayya.

"Kana cewa kana da ciwo; na ce ba ka da shi. Ta yaya irin waɗannan sabani za su iya wanzuwa?" Malamina ya dube ni yana tambaya.

Na yi mamaki sannan na ji daɗi da jin daɗi. Ban sake jin azabar da ta ci gaba da damuna ba tsawon makonni; bisa ga kalamannin Sri Yukteswar, azabar ta face kamar ba a taɓa yi ba.

Ni ya fara zuwa durkusa a nasa kafa a cikin godiya, amma shi da sauri an hana ni.

"Kada ku zama kamar yara. Ku tashi ku ji daɗin kyawun wata a kan Ganges." Amma idanun Jagora suna walkeya cikin farin ciki yayin da na tsaya shiru kusa da shi. Na fahimci ta hanyar halinsa cewa yana so in ji cewa ba shi ba ne, amma Allah ne, shi ne Mai Warkarwa.

Har yanzu ina sanya azurfa mai nauyi da kuma abin wuya na gubar, abin tunawa da wancan tsohon tarihi, wanda aka daɗe ana faunata shi - lokacin da na sake ganin cewa ina zaune da wani mutum mai girman kai. A wasu lokutan daga baya, lokacin da na kawo abokaina zuwa Sri Yukteswar don warkarwa, yakan ba da shawarar

duwatsu masu daraja ko Lallai bandeji, daukaka nasu amfani kamar yadda wani aiki na masu ilmin taurari hikima.

Tun ina karami nake nuna wariya ga ilmin taurari, wani bangare saboda na lura cewa mutane da yawa suna da alaƙa da shi sosai, wani bangare kuma saboda wani hasashe da masanin taurari na iyalinmu ya yi: "Za ku yi aure sau uku, kuna zama bazawara sau biyu." Na yi tunani a kan lamarin, jin kamar akuya tana jiran hadaya a gaban haikalin aure uku.

"Haka nan za ka iya yin murabus daga kan kaddararka," in ji ɗan'uwana Ananta. "Rubutun taurarinka ya faɗi daidai cewa za ka tashi daga gida zuwa Himalayas a lokacin kuruciyarka, amma za a mayar da kai da ƙarfi. Hasashen aurenka shi ma tabbas zai zama gaskiya."

Wata rana wata fahimta ta bayyana a gare ni cewa annabcin karya ne gaba ɗaya. Na kunna wa littafin taurari wuta, na sanya tokar a cikin jakar takarda inda na rubuta: "Irin karma na baya ba zai iya tsiro ba idan an gasa su a cikin wutar hikima ta allahntaka." Na sanya jakar a wani wuri da aka bayyana; Nan da nan Ananta ta karanta tsokacina mai tsauri.

"Ba za ka iya lalata gaskiya cikin sauƙi ba kamar yadda ka ƙona wannan takardar takarda." Ɗan'uwana ya yi dariya cikin raini.

Gaskiya ne cewa sau uku kafin in kai ga balaga, iyalina sun yi ƙoƙarin shirya aurena. Duk lokacin da na ƙi amincewa da shirin, **16-3** sanin cewa ƙaunar da nake yi wa Allah ta fi duk wani ra'ayin taurari na baya.

"Gwargwadon zurfin fahimtar mutum, haka nan yake rinjayar dukkan sararin samaniya ta hanyar rawar jikinsa ta ruhaniya, kuma raguwar tasirinsa ga wannan babban sauyi." Waɗannan kalmomin Jagora sau da yawa suna dawowa cikin zuciyata cikin wahayi.

Lokaci-lokaci ina gaya wa masana ilmin taurari su zaɓi mafi munin al'adata, bisa ga alamun duniya, kuma Zan ci gaba da yin duk wani aiki da na sanya wa kaina. Gaskiya ne cewa nasarar da na samu a irin waɗannan lokutan ta kasance tare da matsaloli masu ban mamaki. Amma tabbacin da nake da shi koyaushe yana da gaskiya: imani da kariyar Allah, da kuma amfani da nufin da Allah ya ba mutum yadda ya kamata, ƙarfi ne masu ƙarfi fiye da duk wani "kwano mai juyi" da zai iya tarawa.

Rubutun taurari a lokacin haihuwar mutum, na fahimci cewa ba wai mutum ɗan tsana ne na abin da ya gabata ba. Saƙonsa abin ƙarfafawa ne ga girman kai; sammai suna neman su tada kudurin mutum na ya 'yantu daga kowace iyaka. Allah ya halicci kowane mutum a matsayin rai, wanda aka ƙaskanta shi da kebancewa, don haka yana da mahimmanci ga tsarin duniya, ko a matsayin ginshiki na ɗan lokaci ko kuma na ƙazanta. 'Yancinsa na ƙarshe ne kuma nan take, idan ya so; bai dogara da

nasarorin waje ba amma na ciki.

Sri Yukteswar ta gano amfani da lissafi na zagayowar daidaiton shekaru 24,000 zuwa zamaninmu na yanzu. 16-4 An raba zagayowar zuwa Bakan Hawan Sama da Bakan Mai Saukowa, kowanne na shekaru 12,000. A cikin kowanne Bakan akwai *Yugas* ko Zamani guda huɗu, waɗanda ake kira *Kali* , *Dwapara* , *Treta* , da *Satya* , waɗanda suka yi daidai da ra'ayoyin Girkawa na Bakin ƙarfe, Tagulla, Azurfa, da Zamanin Zinare.

Malamina ya gano ta hanyar lissafi daban-daban cewa *Kali Yuga* ko Zamanin karfe na karshe, na Ascending Arc, ya fara ne a kusan shekara ta 500. Zamanin karfe, wanda ya kai shekaru 1200, tsawonsa ya kasance na son abin duniya; ya kare a kusan shekara ta 1700. Wannan shekarar ta kawo *Dwapara Yuga* , tsawon shekaru 2400 na wutar lantarki. da ci gaban makamashin atomic, zamanin telegraph, rediyo, jiragen sama, da sauran masu lalata sararin samaniya.

Zamanin shekaru 3600 na *Treta Yuga* zai fara ne a shekara ta 4100; shekarunsa za su kasance da ilimin sadarwa na zamani da sauran abubuwan da ke lalata lokaci. A cikin shekaru 4800 na *Satya Yuga* , shekaru na karshe a cikin wani babban mataki, hankalin mutum zai ci gaba gaba daya; zai yi aiki daidai da tsarin Allah.

Saukar da baka mai shekaru 12,000, wanda ya fara da faɗuwar Zamanin Zinare na shekaru 4800, sannan ya fara daga **16-5** ga duniya; mutum a hankali yana nutsewa cikin jahilci. Waɗannan zagayowar su ne zagaye na *maya na har abada* , bambance-bambance da alakar sararin samaniya mai ban mamaki. **16-6** Mutum, ɗaya bayan ɗaya, yana tserewa daga kurkukun halitta na biyu yayin da yake farkawa ga sanin haɗin kai na allahntaka da ba za a iya rabawa da Mahalicci ba.

Malam ya faɗaɗa fahimtata ba wai kawai game da ilmin taurari ba har ma da na littattafan duniya. Yana sanya nassoshi masu tsarki a kan teburin tunaninsa mara aibi, ya sami damar rarraba su da kusa na tunani mai zurfi, da kuma raba kurakurai da haɗakar malamai daga gaskiya kamar yadda annabawa suka bayyana a farko.

"Gyara hangen nesa a karshen hanci." Wannan fassarar da ba daidai ba ta surori na *Bhagavad Gita* , **16-7** masana ilimin Gabas da masu fassara na Yamma sun yarda da shi sosai, wanda ake amfani da shi don tayar da suka ga Jagora.

"Hanyar yogi ta isa ta musamman kamar yadda take," in ji shi. "Me zai sa a ba shi shawara cewa dole ne ya yi wa kansa kallon banza? Ma'anar *nasikagram ta gaskiya* ita ce 'asalin hanci, ba 'karshen hanci ba.' Hanci yana farawa ne daga inda yake tsakanin gira biyu, wurin hangen nesa na ruhaniya." **16-8** Saboda *Sankhya ɗaya* **16-9** kamus, " *Iswar-ashidha* , "-Ba za a iya fahimtar Ubangijin Halitta ba" ko "Ba a tabbatar da Allah ba," **16-10** -masana da yawa suna kiran dukkan falsafar a matsayin wacce ba ta yarda da Allah ba.

"Ayar ba ta da wani amfani," Sri Yukteswar ya bayyana. "Yana nufin kawai cewa ga mutumin da ba shi da wayewa, wanda ya dogara da hankalinsa don duk hukunce-hukuncen karshe, dole ne shaidar Allah ta kasance ba a sani ba don haka ba ta wanzuwa. Mabiyan *Sankhya na gaskiya* , waɗanda suka fahimci abin da aka haifa daga tunani, sun fahimci cewa Ubangiji yana wanzuwa kuma ana iya sani."

Jagora ya yi bayani dalla-dalla game da Littafi Mai Tsarki na Kirista da kyakkyawar fahimta. Daga malamin addinin Hindu na, wanda ba a san shi da sunan membobin

Kirista ba, ne na koyi fahimtar ainihin Littafi Mai Tsarki marar mutuwa, da kuma fahimtar gaskiyar da ke cikin ikirarin Almasihu - hakika ita ce mafi ban sha'awa da ba ta canzawa: "Sama da kasa za su shuƙe, amma maganata ba za ta shuƙe ba."

11 -16

Manyan shugabannin Indiya suna tsara rayuwarsu ta hanyar irin ra'ayoyin ibada da suka rayar da Yesu; waɗannan mutanen danginsa ne da aka ayyana: "Duk wanda zai yi nufin Ubana wanda ke cikin sama, to, ya yi nufin Ubana."

wannan shine ɗan'uwana, da 'yar'uwata, da mahaifiyata." **16-12** "Idan kun ci gaba da maganata," in ji Kristi, "to, hakika ku ne almajiraina; za ku san gaskiya, gaskiya kuma za ta 'yantar da ku." **16-13** 'Yanci duka, sarakunan kansu, Yogi-Christ na Indiya bangare ne na 'yan'uwantaka marar mutuwa: waɗanda suka sami ilimin 'yantar da Uba Daya.

"Labarin Adamu da Hauwa'u ba shi da ma'ana a gare ni!" Na lura da zafi sosai wata rana a lokacin da nake fama da wannan misali. "Me ya sa Allah ya hukunta ba kawai ma'auratan da suka yi laifi ba, har ma da tsararrakin da ba a haifa ba?"

Jagora ya fi jin daɗin zafin raina fiye da jahilcina. " *Farawa* alama ce mai zurfi, kuma ba za a iya fahimtar ta ta hanyar fassara ta zahiri ba," in ji shi. "'Bishiyar rai' ita ce jikin ɗan adam. Lakabin baya yana kama da bishiya mai juyawa, tare da gashin mutum a matsayin tushensa, da kuma jijiyoyi masu ban sha'awa da masu ban sha'awa kamar rassan. Itacen tsarin jijiyoyi yana ba da 'ya'yan itatuwa masu daɗi da yawa, ko jin gani, sauti, kamshi, ɗaɗano, da taɓawa. A cikin waɗannan, mutum zai iya jin daɗin da ya dace; amma an hana shi jin daɗin jima'i, 'apple' a tsakiyar lambun jiki. **16-14**

"'Maciji' yana wakiltar kuzarin kashin baya da aka naɗe wanda ke motsa jijiyoyin jima'i. 'Adam' shine hankali, kuma 'Hauwa' shine ji. Lokacin da motsin rai ko sanin Hauwa'u a cikin kowane ɗan adam ya sha kan sha'awar jima'i, dalilinsa ko Adamu suma zasu sha wahala. **16-15**

"Allah ya halicci nau'in ɗan adam ta hanyar sanya jikin namiji da mace cikin karfin nufinsa; Ya bai wa sabon nau'in ikon kirƙirar yara a cikin irin wannan yanayi." 'tsarki' ko kuma hanyar Allah. **16-16** Domin bayyanuwarsa a cikin ruhin da aka keɓe a kai a kai ta takaita ga dabbobi, waɗanda aka ɗaure su da ilhami kuma ba su da cikakken ikon yin cikakken hankali, Allah ya halicci jikin mutum na farko, wanda aka kira shi Adamu da Hauwa'u a alamance. Ga waɗannan, don samun fa'ida daga juyin halitta zuwa sama, Ya mayar da rayuka ko asalin allahntaka na dabbobi biyu. **16-17** A cikin Adamu ko mutum, hankali ya mamaye; a cikin Hauwa'u ko mace, ji yana hauhawa. Ta haka ne aka bayyana biyuntaka ko bambancin ra'ayi wanda ke ƙarƙashin duniyoyin ban mamaki. Hankali da ji suna nan a cikin wani aljannar farin ciki mai haɗin gwiwa matuƙar hankalin ɗan adam bai ruɗe shi da kuzarin maciji na halayen dabbobi ba.

"Saboda haka, jikin ɗan adam ba wai kawai sakamakon juyin halitta daga dabbobi ba ne, amma an samar da shi ne ta hanyar wani abu na musamman da Allah ya halitta. Siffofin dabbobi sun yi tsauri da yawa don bayyana cikakken allahntaka; an ba wa ɗan adam karfin tunani mai girma - 'lotus mai launin shuɗi dubu' na kwakwalwa - da kuma cibiyoyin asiri da suka farka a cikin kashin baya.

"Allah, ko kuma sanin Allahntaka da ke cikin ma'auratan farko da aka halitta, ya yi musu gargadi da su ji daɗin dukkan motsin zuciyar ɗan adam, amma kada su mai da hankalinsu kan jin daɗin taɓawa." **16-18** An haramta waɗannan domin a guji ci gaban gabobin jima'i, wanda zai mamaye ɗan adam a cikin hanyar yaɗuwar dabbobi marasa kyau. Ba a yi la'akari da gargadin da aka bayar na kada a farfado da tunanin dabbobi a cikin sani ba. Bayan sun sake komawa ga hanyar haihuwa ta rashin hankali, Adamu da Hauwa'u sun faɗi daga yanayin farin ciki na sama na halitta zuwa ga cikakken mutum na asali.

"Ilimi na 'mai kyau kuma mugunta' yana nufin zuwa Lallai sararin samaniya mai tagwaye tilas. Faɗuwa a karkashin Lallai girgiza na

maya ta hanyar amfani da yadda yake ji da hankali, ko kuma sanin Hauwa'u da Adamu ba daidai ba, mutum ya bar ikonsa na shiga gonar sama ta wadatar da kai ta Allah. **16-19** Nauyin da ke kan kowane ɗan adam shi ne ya mayar da 'iyayensa' ko kuma yanayi biyu zuwa ga jituwa ko kuma Aljanna mai haɗin kai."

Yayin da Sri Yukteswar ya kammala jawabinsa, na kalli shafukan littafin *Farawa*

da sabon girmamawa . "Ya shugabana," na ce, "a karon farko ina jin wani nauyi

.....
na musamman ga Adamu da Hauwa'u!"

16-1 : Daga ilmin taurari nassoshi a cikin na da Hindu littattafai masu tsarki, malamai suna da kasance iya zuwa daidai tabbatar Lallai kwanakin marubutan. Ilimin kimiyya game da rishis yana da matuƙar girma; a cikin *Kaushitaki Brahmana* mun sami takamaiman ilimin taurari sassa wanda nuna wancan a cikin 3100 BC Lallai 'yan Hindu sun kasance nisa ci gaba a cikin ilmin taurari, wanda yana da wani Amfani mai amfani wajen tantance lokutan da suka dace don bukukuwan ilmin taurari. A cikin wani labarin da aka buga a *Gabas-Yamma* , Fabrairu, 1934, an ba da takaitaccen bayani game da *Jyotish* ko jikin littattafan ilmin taurari na Vedic: "Ya kunshi labarin kimiyya wanda ya sa Indiya ta kasance a sahan gaba a cikin dukkan tsoffin al'ummomi kuma ya sanya ta zama wurin neman ilimi. Tsohon *Brahmagupta* , ɗaya na Lallai *Jyotish* aiki, shine wani ilmin taurari yarjejeniya mu'amala tare da irin wannan al'amura kamar yadda Lallai mai tsayin sama mai tsayi motsi na Lallai taurari gawawwaki a cikin namu hasken rana tsarin, Lallai rashin hankali na Lallai hasken rana, Lallai na duniya siffar kwallo siffa, Lallai nuna haske na wata, juyin juya halin axial na duniya na yau da kullun, kasancewar taurari masu tsayayye a cikin Milky Way, dokar nauyi, da sauran hujjojin kimiyya waɗanda ba su bayyana a duniyar Yamma ba har zuwa lokacin Copernicus da Newton."

Yana shine yanzu sananne wancan Lallai abin da ake kira "Larabci lambobi," ba tare da na wa alamomi ci gaba lissafi shine da wahala, sun zo Turai a Karni na 9, ta hanyar Larabawa, daga Indiya, inda aka tsara wannan tsarin rubutu a da. Bugu da kari haske a kunne Indiya babba kimiyya gado nufin zama an samo a cikin Dr. P. C. Ray's *Tarihi Na Hindu* . *Kimiyyar Sinadarai* , da kuma a cikin Littafin Dr. BN Seal mai suna *Positive Sciences of the Old Hindus*

16-2 : The albarka wanda kwarara daga Lallai kawai gani na wani waliyyi.

16-3 : Daya na Lallai 'yan mata wa nawa iyali an zaɓa kamar yadda wani mai yiwuwa amarya don ni, bayan haka an yi aure nawa ɗan'uwa, Prabhas Chandra Ghose.

16-4 : A jerin na goma sha uku labarai a kunne Lallai tarihi tabbatarwa na Sri Yukteswar's *Yuga* ka'ida ya bayyana a cikin Lallai mujalla

Gabas-Yamma (Los Angeles) daga Satumba, 1932, zuwa Satumba,

.1933. 16-5: A shekara ta 12,500 AD

16-6 : The Hindu nassosi wuri Lallai yanzu shekarun duniya kamar yadda abin da ke faruwa a cikin Lallai *Kali Yuga* na wani da yawa ya fi tsayi na duniya baki ɗaya zagaye fiye da zagayen daidaito na shekaru 24,000 wanda Sri Yukteswar ya damu da shi. Zagayen nassosi na duniya baki ɗaya shine shekaru 4,300,560,000 a girmansa, kuma yana auna Ranar Halitta ko tsawon rayuwa da aka sanya wa duniyarmu. tsarin a cikin nasa yanzu siffar. Wannan babba siffa da aka bayar ta hanyar Lallai rishis shine bisa a kunne wani dangantaka tsakanin Lallai tsawon na shekarar hasken rana da kuma ninki na Pi (3.1416, rabon kewaye da diamita na da'ira).

The rayuwa tsawon lokaci don wani duka sararin samaniya, bisa ga zuwa Lallai na da masu kallo, shine
".314,159,000,000,000 hasken rana shekaru, ko "Daya daga cikinsu Shekaru na Brahma

Masana kimiyya kimantawa Lallai yanzu shekaru na Lallai kasa zuwa zama game da biyu biliyan shekaru, tushen tushe nasu karshe a kunne wani karatu na aljihun gubar hagu kamar yadda wani sakamako na aikin rediyo a cikin duwatsu. The Hindu nassosi ayyana wancan wani kasa irin wannan kamar yadda namu shine narkar da na ɗaya na biyu dalilai: Lallai mazauna kamar yadda wani duka zama ko dai gaba ɗaya mai kyau ko gaba ɗaya mugunta. The tunanin duniya .don haka yana samar da wani iko wanda ke sakin kwayoyin halittar da aka kama tare a matsayin kasa

Dire sanarwa su ne lokaci-lokaci an buga game da wani nan ba da jimawa ba "karshen na Lallai duniya." The na baya-bayan nan hasashen na Rev. Chas. G. Long na Pasadena ne ya bayar da hukunci, wanda ya sanya "Ranar Shari'a" a bairar jama'a a ranar 21 ga Satumba, 1945. ' Yan jaridar *United Press* sun tambayi ra'ayina; Na yi bayani cewa zagayowar duniya tana bin ci gaba mai tsari bisa ga tsarin Allah. Babu wani rushewar duniya da ake gani; shekaru biliyan biyu na zagayowar hawa da sauka na daidaike har yanzu suna nan a shirye don duniyarmu a cikin yanayinta na yanzu. alkaluman da rishis suka bayar na shekaru daban-daban na duniya sun cancanci yin nazari sosai a Yamma; mujallar *Time* ".(Disamba 17, 1945, shafi na 6) ta kira su "kididdiga masu karfafa gwiwa

16-8 : "The haske na Lallai jiki shine Lallai ido: saboda haka yausha naka ido shine mara aure, naka duka jiki kuma shine cikakke na haske; amma lokacin da naku ido shine mugunta, naka jiki kuma shine cikakke na duhu. 'Dauka yi haƙuri saboda haka wancan Lallai haske wanda shine a cikin kai zama ba duhu.'" — *Luka* 11:34-35.

16-9 : 'Daya na Lallai shida tsarin na Hindu falsafa. *Sankhya* yana koyar na karshe 'yanci ta hanyar ilimi na ka'idodi ashirin da biyar, farawa da *prakriti* ko yanayi sannan ya kare da *purusha* ko rai.

16-10 : *Sankhya Kalmomin da aka*

yi amfani da su , l:92. 16-11:

Matiyu 24:35.

16-12 : *Matiyu* 12:50.

16-13 : *Yahaya* 8:31-32. Saint Yahaya ya shaida: "Amma duk waƙanda suka karɓe shi, ya ba su iko su zama 'ya'yan Allah, har ma zuwa su wancan yi imani a kunne nasa suna (har ma zuwa su Hukumar Lafiya ta Duniya su ne an kafa a cikin Lallai Almasihu sani)." - *John* 1:12.

16-14 : "Mu watan Mayu ci na Lallai 'ya'yan itace na Lallai bishiyoyi na Lallai lambu: amma na Lallai 'ya'yan itace na Lallai itace wanda shine a cikin Lallai tsakiya na Lallai lambu, Allah ya ce, Ba za ku ci daga ciki ba, ba kuwa za ku taɓa shi ba, domin kada ku mutu." — *Farawa* 3:2-3.

16-15 : "The mace wa kai gavest zuwa zama tare da ni, ita bayar ni na Lallai itace, kuma Ni ya yi ci. The mace ya ce, Macijin ya ruɗe ni, na kuwa ci." — *Farawa* 3:12-13.

16-16 : "Don haka Allah an kirƙira mutum a cikin nasa nasa hoto, a cikin Lallai hoto na Allah an kirƙira shi shi; namiji kuma mace an kirƙira shi su. Kuma Allah albarka su, kuma Allah ya ce zuwa su, Zama mai albarka kuma ninka, kuma sake cikawa Lallai kasa, kuma yi nasara shi." - *Gen* . 1:27-28.

16-17 : "Kuma Lallai Ubangiji Allah an kafa mutum na Lallai kura na Lallai kasa, kuma numfashi cikin nasa hanci Lallai numfashi na rayuwa; mutum kuma ya zama rayayyen rai." - *Far* . 2:7.

16-18 : "Yanzu Lallai maciji (jima'i) karfi) ya kasance Kara subtil fiye da kowane dabba na Lallai filin" (kowane wani hankali na Lallai jiki).- *Gen* . 3:1.

16-19 : "Ubangiji Allah kuma ya dasa lambu a gabashin Adnin; a can ya sanya mutumin da ya siffanta." - *Farawa* 2:8. "Saboda haka Ubangiji Allah ya fitar da shi daga gonar Adnin, ya noma kasa inda aka ɗauko shi." - *Farawa* 3:23. Mutumin allahntaka da Allah ya fara halitta yana da tunaninsa a tsakiya a cikin ido ɗaya mai iko a goshinsa. (gabas). The mai kirƙira duka iko na nasa zai, mai da hankali a wancan wuri, sun kasance ɓace zuwa mutum yausha shi ya fara zuwa "har kasa" ta yanayin jikinsa.

BABI: 17

Sasi Kuma The Uku Sapphires

"Domin kuwa kai kuma nawa ɗa yi tunani haka sosai na Swami Sri Yukteswar, Ni nufin ɗauka wani duba a shi." The

Sautin muryar da Dr. Narayan Chunder Roy ya yi amfani da shi ya nuna cewa yana barkwanci ne kawai kamar yadda yake a zahiri. Na boye fushina, a cikin mafi kyawun al'adun mai tuba.

Abokin aikina, likitan dabbobi, ya tabbata cewa ba shi da tabbas game da Allah. Karamin ɗansa Santosh ya roke ni da in kula da mahaifinsa. Zuwa yanzu taimakona mai mahimmanci ya kasance kafan daga bangaren da ba a iya gani.

Dr. Roy ya raka ni washegari zuwa gidan ibada na Serampore. Bayan Master ya ba shi ɗan gajeren hira, wanda aka yi masa alama da shiru a ɓangarorin biyu, baƙon ya tafi cikin tashin hankali.

"Me yasa za a kawo gawar mutum a wurin ashram?" Sri Yukteswar ya dube ni da tambaya da zarar kofar ta rufe ga mai shakkar Calcutta.

"Yallabai! Likitan yana da rai

sosai!" "Amma a cikin wani gajere

lokaci shi nufin zama mutu."

Na yi mamaki. "Yallabai, wannan zai zama babban rauni ga ɗansa. Duk da haka Santosh yana fatan lokaci ya canza ra'ayin mahaifinsa na son abin duniya. Ina rokonka, Malam, ka taimaki mutumin."

"To, da kyau; don amfanin ku." Fuskar malamina ba ta da daɗi. "Likitan doki mai alfahari ya riga ya kamu da ciwon suga, kodayake bai sani ba. Nan da kwana goma sha biyar zai tafi gadonsa. Likitoci za su ba shi don ya ɓace; lokacinsa na asali na barin wannan duniyar makonni shida ne daga yau. Duk da haka, saboda addu'arka, a wannan ranar zai warke. Amma akwai wata sharaɗi. Dole ne ka sa shi ya sanya abin wuya na taurari; babu shakka zai yi jayayya da ƙarfi kamar ɗaya daga cikin dawakansa kafin a yi masa tiyata!" Malam ya yi dariya.

Bayan shiru, a lokacin da na yi mamakin yadda ni da Santosh za mu iya amfani da dabarun rashin kunya ga likitan da ya ƙi amincewa da hakan, Sri Yukteswar ya ƙara bayyana wasu abubuwa.

"Da zarar mutumin ya warke, ka shawarce shi da kada ya ci nama. Amma ba zai bi wannan shawarar ba, kuma cikin watanni shida, kamar yadda yake jin daɗinsa, zai mutu. Ko da kuwa a cikin watanni shida ɗin nan, zai mutu. tsawaita rayuwarsa ana ba shi ne kawai saboda rokonka."

Washegari na ba Santosh shawara ya yi odor wani ƙaramin hannu a gidan mai kayan ado. Ya shirya cikin mako guda, amma Dr. Roy ya ƙi saka shi.

"Ina cikin koshin lafiya. Ba za ka taɓa burge ni da waɗannan camfe-camfen taurari ba." Likitan ya kalle ni cikin tashin hankali.

Na tuna da nishadi cewa Jagora ya kwatanta mutumin da doki mai gashi. Bayan kwana bakwai kuma, likitan, ba zato ba tsammani ya yi rashin lafiya, ya yarda ya sanya abin wuya. Makonni biyu bayan haka likitan da ke wurin ya gaya mini cewa lamarin majiyyacinsa ba shi da wani tasiri. Ya ba da cikakkun bayanai masu ban tsoro game da barnar da ciwon suga ya yi.

Ni girgiza nawa kai. "Nawa guru yana da ya ce cewa, bayan wani rashin lafiya mai dorewa dāya wata, Dr. Roy nufin zama to."

Likitan ya kalle ni cikin rashin yarda. Amma ya neme ni bayan makonni biyu, cikin rashin haƙuri.

"Dr. Roy ya warke gaba dāya!" ya yi ihu. "Wannan ita ce mafi ban mamaki a cikin abin da na fuskanta. Ban taɓa ganin wani mutum da ke mutuwa yana nuna irin wannan dawowar da ba za a iya fayyace ta ba. Hakika malaminka annabi ne mai warkarwa!"

Bayan wata hira da Dr. Roy, inda na maimaita shawarar Sri Yukteswar game da cin abinci mara nama, ban sake ganin mutumin ba tsawon watanni shida. Ya tsaya don yin hira wata rana da yamma yayin da nake zaune a kan piazza na gidan iyalina da ke kan titin Gurpar.

"Ka gaya wa malaminka cewa ta hanyar cin nama akai-akai, na sake samun ƙarfi gaba dāya. Ra'ayoyinsa marasa kimiyya game da abinci ba su yi tasiri a kaina ba." Gaskiya ne cewa Dr. Roy ya yi kama da lafiyar jiki.

Amma washegari Santosh ya zo wurina da gudu daga gidansa a kan titin da ke gaba. "Yau da safe Baba ya mutu!"

Wannan lamari yana dāya daga cikin abubuwan da na fi fuskanta da Jagora. Ya warkar da likitan dabbobi mai tawaye duk da rashin imaninsa, kuma ya tsawaita wa'adin mutumin a duniya da watanni shida, kawai saboda addu'ata mai ƙarfi. Sri Yukteswar ba shi da iyaka a cikin alherinsa lokacin da fuskantar addu'ar gaggawa ta mai ibada.

Babban gata ne da na samu na kawo abokaina na jami'a su gana da malamina. Da yawa daga cikinsu za su kwanta a gefe - akalla a cikin ashram! - rigarsu ta zamani ta ilimi mai cike da shakku game da addini.

Daya daga cikin abokaina, Sasi, ya yi makonni da dama yana jin daɗin hutu a Serampore. Master ya ji daɗin yaron sosai, kuma ya yi kuka cewa rayuwarsa ta sirri ba ta da daɗi kuma ba ta da tsari.

"Sasi, sai dai idan ka gyara, shekara guda za ka yi rashin lafiya mai tsanani." Sri Yukteswar ya kalli abokina cikin tsananin damuwa. "Mukunda ita ce shaida: kada ka ce daga baya ban yi maka gargadi ba."

Sasi ta yi dariya. "Malam, zan bar maka ka yi amfani da sadaka mai daɗi ta sararin samaniya a cikin lamarina mai baƙin ciki! Ruhuna yana shirye amma niyyata tana da rauni. Kai kaɗai ne mai cetona a duniya; ban yarda da komai ba."

"A mafi kankanta kai ya kamata lalacewa wani karat biyu shudfi saffir. Yana nufin taimako kai."

"Ni ba za iya ba iya biya daya. Ko ta yaya, masoyiyata guruji, idan matsala yana zuwa, Ni cikakken yi imani kai nufin kare ni."

"A cikin shekara guda za ku kawo saffir guda uku," Sri Yukteswar ya amsa cikin sirri. "Ba za su yi amfani ba a lokacin."

Ana yawan samun bambance-bambance a kan wannan tattaunawar. "Ba zan iya gyara ba!" Sasi zai ce cikin barkwanci. "Kuma amincewata da kai, Malam, ta fi daraja a gare ni fiye da kowane dutse!"

Bayan shekara guda, na ziyarci malamina a gidan almajirinsa, Naren Babu, da ke Calcutta. Da misalin karfe goma na safe, yayin da ni da Sri Yukteswar muke zaune a hankali a dakin kwana na bene na biyu, sai na ji kofar gaba ta buɗe. Malam ya mika tsaye da karfi.

"Sasi ne," ya yi magana cikin girmamawa. "Shekara ta cika yanzu; dukkan huhunsa sun face. Ya yi watsi da shawarata; gaya masa ba na son ganinsa."

Da na yi mamaki da tsananin Sri Yukteswar, sai na yi gudu daga

matattakalar. Sasi yana hawa. "Ya Mukunda! Ina fatan Jagora yana nan; ina

da yakinin cewa zai iya kasancewa."

"Haka ne, amma shi ba ya yi fata zuwa zama damuwa."

Sasi ya fashe da kuka ya wuce ni. Ya jefa kansa a kan kafafun Sri Yukteswar, ya ajiye kyawawan duwatsu uku masu daraja.

"Masanin ilimi, likitoci sun ce ina da tarin fuka mai saurin gudu! Ba su ba ni fiye da watanni uku ba! Ina rokonka ka taimake ni cikin tawali'u; na san za ka iya warkar da ni!"

"Shin ba yanzu aka makara ba ne da za ka damu da rayuwarka? Ka tafi da kayan adonka; lokacin amfaninsu ya wuce." Sai Malam ya zauna kamar mai sihiri cikin shiru ba tare da kakkautawa ba, wanda ke cike da kuka da kuka na yaron don neman rahama.

Wani abin da na fahimta ya zo mini a rai cewa Sri Yukteswar kawai yana gwada zurfin imanin Sasi ne game da ikon warkarwa na allahntaka. Ban yi mamaki ba bayan awa ɗaya mai cike da damuwa lokacin da Jagora ya kalli abokina mai sujada yana tausayawa.

"Tashi, Sasi; abin da ya tayar da hankalinka a gidajen wasu mutane! Ka mayar da saffir ɗinka zuwa na mai yin kayan ado; yanzu kuɗi ne da ba dole ba. Amma ka ɗauki abin wuya na taurari ka saka. Kada ka ji tsoro; nan da 'yan makonni za ka warke."

Murmushin Sasi ya haskaka fuskarsa mai hawaye kamar rana kwatsam a kan wani wuri mai cike da danshi. "Masoyi, zan sha magungunan da likitoci suka rubuta?"

Kallon Sri Yukteswar yayi tsayi sosai. "Kamar yadda kake son sha ko ka watsar da

su; yana yi." ba komai ba. Yana yiwuwa rana da wata su canza matsayinsu fiye da mutuwarka da tarin fuka." Ya kara da cewa ba zato ba tsammani, "Je yanzu, kafin in canza shawara!"

Da rusunawa cikin fushi, abokina ya tafi da sauri. Na ziyarce shi sau da yawa a cikin 'yan makonnin da suka biyo baya, kuma na yi mamakin ganin cewa yanayinsa yana kara tabarbarewa.

"Sasi ba za a iya ba na karshe ta hanyar Lallai dare. Wadannan kalmomi daga nasa likita, kuma Lallai wasan kwaikwayo na nawa

Abokina, wanda yanzu ya kusa zama fashi, ya aiko ni da gaggawa zuwa Serampore. Malamina ya saurari rahotona mai cike da hawaye cikin sanyi.

"Me yasa yi kai zo nan zuwa dame ni? Kai suna da riga an ji ni tabbatar Sasi na nasa murmurewa."

Na sunkuyar da kaina a gabansa cikin tsananin mamaki, na koma bakin kofa. Sri Yukteswar bai ce komai ba, amma ya nutse cikin shiru, idanunsa marasa misaltuwa suka buɗe, hangen nesansu ya gudu zuwa wata duniya.

Nan take na koma gidan Sasi da ke Calcutta. Da mamaki na sami abokina zaune yana shan madara.

"Ya Mukunda! Abin mamaki ne! Awa huɗu da suka wuce na ji kasancewar Jagora a ɗakin; mummunan alamuna sun bace nan da nan. Ina jin cewa ta wurin alherinsa ina cikin koshin lafiya."

Cikin 'yan makonni Sasi ta yi tauri kuma tana cikin koshin lafiya fiye da da . Amma nasa na musamman Amsar da aka bayar ga warkarwarsa tana da ɗan rashin godiya: ba kasafai yake ziyartar Sri Yukteswar ba! Abokina ya gaya min wata rana cewa ya yi matukar nadamar salon rayuwarsa na baya har yana jin kunyar fuskantar Jagora.

Abin da kawai zan iya cewa shi ne rashin lafiyar Sasi ta yi tasiri mai ban mamaki na taurare zuciyarsa da kuma lalata ɗabi'unsu.

Shekaru biyu na farko na kwas ɗina a Kwalejin Cocin Scotland sun kusa karewa. Halartar ajina ta kasance mai matukar tayar da hankali; abin da na yi kaɗan ne kawai don in zauna lafiya da iyalina. Malaman makaranta biyu masu zaman kansu suna zuwa gidana akai-akai; nakan yi rashin zuwa akai-akai: Zan iya gane akalla wannan tsari ɗaya a cikin aikina na karatu!

A Indiya, shekaru biyu masu nasara na kwaleji suna kawo takardar shaidar digiri ta fannin fasaha ta tsakiya; daga nan ɗalibin zai iya fatan samun wasu shekaru biyu da kuma digirinsa na AB.

Jarrabawar karshe ta Intermediate Arts ta gabato da mummunar gaba. Na gudu zuwa Puri, inda malamina ya shafe makonni kaɗan. Ina fatan zai amince da rashin bayyana a wurin. na karshe, na danganta rashin shiri na mai kunya.

Amma Malam ya yi murmushi mai kwantar da hankali. "Ka yi aikin ruhaniya da zuciya ɗaya, kuma ba za ka iya daina sakaci da aikin jami'a ba. Ka himmatu wajen karanta littattafanka na mako mai zuwa: za ka shawo kan wahalarka ba tare da gazawa ba."

Na koma Calcutta, ina danne duk wata shakka da ke tasowa lokaci-lokaci da ba'a mai ban tsoro. Ina duba tsaunin littattafai a kan teburina, sai na ji kamar matafiyi da ya face a cikin daji. Tsawon lokaci na bimbini ya kawo mini wahayi mai ceton aiki. Buɗe kowanne Na yi karatu bazuwar, na yi nazarin shafukan da aka fallasa su kawai. Bayan na ci gaba da wannan kwas ɗin na tsawon awanni goma sha takwas a rana na tsawon mako guda, na ɗauki kaina a matsayin wanda zai ba da shawara ga duk tsararraki masu zuwa kan fasahar yin cudanya.

Kwanakin da na yi a zauren jarrabawa sun tabbatar da cewa na yi tiyatar da ba ta dace ba. Na ci dukkan jarrabawar, duk da cewa na yi ta fama da ciwon kai. Taya murna daga abokaina da iyalina ta haɗu da fitar maniyyi, wanda hakan ya nuna mamakinsu.

Bayan dawowarsa daga Puri, Sri Yukteswar ya ba ni mamaki mai daɗi. "Karatun Calcutta dinku ya kare yanzu. Zan ga cewa za ku ci gaba da karatunku na shekaru biyu na karshe na jami'a a nan Serampore."

Na yi mamaki. "Yallaɓai, babu wani kwas na digiri na farko a wannan garin." Kwalejin Serampore, ita ce kawai cibiyar ilimi mai zurfi, tana ba da kwas na shekaru biyu kacal a fannin Fasahar Tsakiya.

Malam ya yi murmushi cikin mugunta. "Na tsufa da yawa da zan tattara gudummawa don kafa maka kwalejin AB. Ina tsammanin dole ne in shirya lamarin ta hanyar wani."

Watanni biyu bayan haka Farfesa Howells, shugaban Kwalejin Serampore, ya sanar a bainar jama'a cewa ya yi nasarar tara isassun kuɗi don bayar da kwas na shekaru huɗu. Kwalejin Serampore ta zama reshen Jami'ar Calcutta. Ni ɗaya ne daga cikin ɗaliban farko da suka yi rajista a Serampore a matsayin ɗan takarar AB.

"Guruji, irin kirkin da kake yi mini! Ina sha'awar barin Calcutta in kasance kusa da kai kowace rana a Serampore. Farfesa Howells bai yi mafarkin irin bashin da yake bin sa ba saboda taimakonka na shiru!"

Sri Yukteswar ya kalle ni da tsananin tsoro. "Yanzu ba za ka yi sa'o'i da yawa a kan jiragen kasa ba; wannan lokacin hutu ne mai yawa don karatunka! Wataƙila za ka rage zama mai yawan aiki a karshen lokaci kuma ka zama mai ilimi." Amma ta wata hanya muryarsa ba ta da tabbas.

.....
17-1 : A cikin 1936 Ni an ji daga wani aboki wancan Sasi ya kasance har yanzu a cikin mai kyau kwarai lafiya.

BABI: 18

A Annabin Musulunci Ma'aikacin Al'ajabi

"Shekaru da suka wuce, a cikin wannan ɗakin da kake ciki yanzu, wani mai sihiri

ɗan addinin Musulunci ya yi mu'ujizai huɗu a gabana!"

Sri Yukteswar yi wannan abin mamaki sanarwa a lokacin nasa na farko ziyarci zuwa nawa sabo kwata.

Nan da nan bayan na shiga Kwalejin Serampore, na ɗauki ɗaki a wani gidan kwana da ke kusa da ni, mai suna *Panthi* . Gidan tubali ne na da, wanda ke gaban Ganges.

"Malam, abin mamaki ne! Shin waɗannan bangon da aka yi wa ado da aka yi wa ado da gaske sun tsufa da abubuwan tunawa?" Na duba ɗakina mai kayan ado da idona cike da sha'awa.

"Labari ne mai tsawo." Malamina ya yi murmushi yana tunawa. "Sunan *fakir* **18-1** shine Afzal Khan. Ya sami karfinsa na musamman ta hanyar haɗuwa da wani ɗan Hindu mai suna Yoga.

Sannyasi mai kura ya yi wannan bukatar Afzal wata rana a lokacin kuruciyarsa a wani karamin kauye na gabashin Bengal.

"Malam, Ni am wani Muhamadu. Yaya zai iya kai, wani Hindu, yarda wani abin sha daga nawa hannuwa?"

"Gaskiyarka tana faranta min rai, ɗana. Ban kiyaye ka'idodin wariya na rashin bin ka'ida ba. Je ka kawo min ruwa da sauri."

"Afzal's mai girmamawa biyayya ya kasance lada ta hanyar wani mai kauna kallo daga Lallai yogi.

"Kana da kyakkyawan karma daga rayuwar da ta gabata,' ya lura da kyau. 'Zan koya maka wata hanyar yoga wadda za ta ba ka iko a kan ɗaya daga cikin duniyoyin da ba a iya gani. Ya kamata manyan ikokin da za su zama naka su yi amfani da su don cimma buri mai kyau; kada ka taɓa amfani da su da son kai! Na fahimci, kaico! cewa ka kawo wasu nau'ikan halaye masu lalata daga baya. Kada ka bari su tsiro ta hanyar shayar da su da sabbin ayyukan mugunta. Rikicewar rayuwarka Karmar da ta gabata ta kasance dole ne ka yi amfani da wannan rayuwar don daidaita nasarorin yoga da manyan manufofin jin kai.

"Bayan haka koyarwa Lallai mamaki yaro a cikin wani mai rikitarwa dabara, Lallai ubangida ya face.

"Afzal ya yi aikin yoga da aminci tsawon shekaru ashirin. Ayyukansa na ban mamaki sun fara jawo hankalin jama'a. Da alama koyausha yana tare da wani ruhi mara jiki wanda ya kira 'Hazrat'. Wannan halitta mara ganuwa ta sami damar cika karamin burin FAKIR.

"Yayin da Afzal ya yi watsi da gargadin maigidansa, sai ya fara amfani da ikonsa ba bisa ka'ida ba. Duk wani abu da ya taɓa sannan ya maye gurbinsa zai face ba tare da wata alama ba. Wannan abin da ya bata wa Muhammad rai yakan sa bakon da ba a so ya zama abin kyama!

"Yakan ziyarci manyan shagunan kayan ado a Calcutta lokaci zuwa lokaci, yana

wakiltar kansa a matsayin mai yiwuwa mai siye. Duk wani kayan ado da ya rike zai face jim kaɗan bayan ya bar shagon."

"Sau da yawa Afzal yana kewaye da ɗaruruwan ɗalibai, waɗanda fatan sanin asirinsa ke jan hankalinsa. Wani *mai bin diddigin* ya kan gayyace su lokaci-lokaci su yi tafiya tare da shi. A tashar jirgin kasa, yakan sami damar taɓa tikiti. Waɗannan zai koma wurin magatakarda, yana cewa: 'Na canza shawarata, kuma ba zan saya su yanzu ba.' Amma lokacin da ya hau jirgin tare da tawagarsa, Afzal zai mallaki tikiti da ake bukata. **18-2**

"Wadannan abubuwan da suka faru sun haifar da hayaniya mai zafi; masu yin kayan ado na Bengali da masu sayar da tikiti suna fuskantar matsalar rashin kwanciyar hankali! 'Yan sandan da suka nemi kama Afzal sun ga kansu ba su da taimako; *Fakir* zai iya cire shaidar da ke nuna laifi kawai ta hanyar cewa: 'Hazrat, ka d'auke wannan.'"

Sri Yukteswar ya tashi daga kujerarsa ya yi tafiya zuwa baranda ta d'akina wadda ke kallon Ganges. Na bi shi, ina sha'awar jin karin labaran Mohammedan Raffles masu ban mamaki.

"Wannan gidan *Panthi* a da mallakar wani abokina ne. Ya saba da Afzal kuma ya tambaye shi a nan. Abokina ya kuma gayyaci makwabta kusan ashirin, ciki har da ni. Ni matashi ne kawai a lokacin, kuma na ji sha'awar sanin wannan sanannen *fakir*." Jagora ya yi dariya. "Na d'auki matakin hana saka wani abu mai daraja! Afzal ya dube ni cikin mamaki, sannan ya ce:

"Kana da hannaye masu karfi. Ka sauka kasa zuwa lambun; ka d'auki dutse mai santsi ka rubuta sunanka da alli; sannan ka jefa dutsen gwargwadon iyawa zuwa cikin Ganges."

"Na yi biyayya. Da zarar dutsen ya face a karkashin rakuman ruwa mai nisa, sai Bawan Allah ya sake yi mini magana:

"Cika wani tukunya tare da Ganges ruwa kusa Lallai gaba na wannan gida.

"Bayan haka Ni yana da an dawo tare da wani jirgin ruwa na ruwa, Lallai *fakir* kuka, 'Hazarat, sanya Lallai dutse a cikin Lallai tukunya!"

"Dutsen ya bayyana nan take. Na cire shi daga cikin jirgin ruwan kuma na ga sa hannuna yana da sauƙin karantawa kamar lokacin da Na rubuta shi.

"Babu, **18-3** Daya daga cikin abokaina a dakin, yana sanye da agogon zinariya mai kauri da sarka. *Mai gabatar da kara* ya duba su da mamaki. Ba da dadewa ba suka face!

"Afzal, Don Allah dawo nawa mai daraja gadon gado!' Babu ya kasance kusan a cikin hawaye.

"Muhammadu ya yi shiru na d'an lokaci, sannan ya ce, 'Kuna da rupees d'ari biyar a cikin akwatin karfe. Ku kawo mini su, ni kuma zan gaya muku inda za ku sami agogon agogon ku.'

"Babu wanda ke cikin damuwa ya tafi nan da nan zuwa gidansa. Ya dawo ba da dadewa ba ya mika wa Afzal kud'in da ake bukata."

"Je zuwa karamin gadar da ke kusa da gidanka," *fakir* ya umarci Babu. 'Kira Hazrat ya ba ka agogo da sarka.'

"Babu yi sauri nesa. A kunne nasa dawo, shi ya kasance sanye wani murmushi na taimako kuma a'a kayan ado komai.

"Lokacin da na umarci Hazrat kamar yadda aka umarce ni,' ya sanar, 'agogona ya sauko daga sama zuwa hannuna na dama! Za ka iya tabbata na kulle gadon a cikin akwatin ajiya na kafin in koma kungiyar a nan!'

"Abokan Babu, shaidun barkwanci na fansar agogo, suna kallon Afzal da fushi. Yanzu ya yi magana cikin kwantar da hankali."

"Don Allah suna kowane abin sha kai so; Hazrat nufin kera shi.

"Wata ta nemi madara, wasu kuma ta nemi ruwan 'ya'yan itace. Ban yi mamaki ba lokacin da Babu wanda ya ji tsoro ya nemi wiski! Mohammedan ya ba da umarni; Hazrat mai bukatar ya aika da kwantena da aka rufe suna shawagi a sama suna rawa kasa. Kowannensu ya sami abin shan da yake so.

"Alkawarin nasarar da muka samu a karo na huɗu a ranar ya faranta wa mai masaukinmu rai: Afzal ya mika mana abincin rana nan take!"

"Bari mu yi odar abinci mafi tsada," Babu ya ba da shawara cikin bakin ciki. 'Ina son abinci mai kyau akan rupees ɗari biyar na! Ya kamata a ba da komai a kan faranti na zinariya!'

"Da zarar kowanne mutum ya bayyana abin da yake so, sai *fakir* ya yi magana da Hazrat ɗin da ba ya karewa. Babban hayaniya ya biyo baya; faranti na zinariya cike da curry mai kyau, *luchis masu zafi*, da 'ya'yan itatuwa da yawa da ba su dace ba, sun sauka daga inda muke a kafa. Duk abincin yana da ɗaɗi. Bayan mun ci abinci na tsawon awa ɗaya, muka fara fita daga ɗakin. Karar hayaniya mai girma, kamar ana tattara abinci, ta sa muka juya. Ga shi! babu alamar faranti masu sheki ko ragowar abincin."

"Guruji," na katse shi, "idan Afzal zai iya samun abubuwa kamar kayan zinare cikin sauki, me yasa yake kwadayin dukiya wasu?"

"*Fakir* bai samu ci gaba sosai a ruhaniya ba," Sri Yukteswar ya bayyana.

"Kwarewarsa a wani dabarar yoga ta ba shi damar shiga sararin samaniya inda duk wani sha'awa ke bayyana nan take. Ta hanyar ikon wani halitta mai taurari, Hazrat, Muhammadu zai iya kira. Atom na kowane abu daga makamashin etheric ta hanyar aiki mai karfi. Amma irin waɗannan abubuwan da aka samar ta hanyar taurari suna faɗewa ta hanyar tsari; ba za a iya riƙe su na dogon lokaci ba. Afzal har yanzu yana sha'awar dukiya duniya wacce, kodayake ba a samun ta da yawa ba, tana da dorewa mai dogaro.

Ni dariya. "Yana kuma wani lokacin ya faɗe mafi ba tare da wani dalili ba!"

"Afzal ba mutum ne mai fahimtar Allah ba," in ji Jagora. "Waliyai na gaskiya suna yin mu'ujizai masu dorewa kuma masu amfani domin sun daidaita kansu da Mahallicci mai iko duka. Afzal mutum ne kawai na yau da kullun wanda ke da ikon shiga cikin wani yanki mai zurfi wanda ba kasafai mutane ke shiga ba har sai mutuwa."

"Ni fahimta yanzu, Guruji. The bayan duniya ya bayyana zuwa suna da wasu mai kyau siffofi.

Jagora ya yarda. "Ban taɓa ganin Afzal ba bayan wannan rana, amma bayan 'yan shekaru Babu ya zo gidana don ya nuna min labarin jarida game da ikirarin da Mohammedan ya yi a bainar jama'a. Daga nan na koyi gaskiyar da na fada muku game da farkon farawar Afzal daga wani malamin addinin Hindu."

Ma'anar ɓangaren ƙarshe na takardar da aka buga, kamar yadda Sri Yukteswar ya tuna, ita ce kamar haka: "Ni, Afzal Khan, ina rubuta waɗannan kalmomin a matsayin aikin tuba kuma a matsayin gargadi ga waɗanda ke neman ikon mallakar ikon mu'ujizai. Tsawon shekaru ina amfani da baiwar ban mamaki da aka ba ni ta hanyar alherin Allah da maigidana. Na bugu da girman kai, ina jin cewa na wuce dokokin ɗabi'a na yau da kullun. Ranar lissafi ta ta zo a ƙarshe.

"Kwanan nan na haɗu da wani dattijo a kan hanya a wajen Calcutta. Ya yi ta tafiya cikin azaba, yana ɗauke da wani abu mai sheki wanda yayi kama da zinariya. Na yi masa magana da kwadayi a zuciyata.

"Ni am Afzal Khan, Lallai mai girma *fakir* . Me suna da kai a can?"

"Wannan ƙwallon zinare ita ce dukiya da nake da ita kaɗai; ba za ta iya zama abin sha'awa ga *mai sihiri ba* . Ina rokonka, yallabai, ka warkar da gurguwar da nake yi."

"Na taɓa ƙwallon na tafi ba tare da na amsa ba. Dattijon ya bi ni da gudu. Ba da daɗewa ba ya yi ihu: 'Zinariyata ta face!'

"Yayin da ban kula ba, sai ya yi magana ba zato ba tsammani cikin wata murya mai kama da ta jijiya wuya wadda ta fito daga jikinsa mai rauni:

"Yi kai ba gane ni?"

"Na tsaya ba tare da na ce komai ba, na yi mamakin yadda aka gano cewa wannan tsohon gurgu mai ban mamaki ba wani ba ne illa babban waliyyi wanda, tun da daɗewa, ya fara ni zuwa yoga. Ya mika kansa; nan take jikinsa ya yi ƙarfi da ƙuruciya.

"To!" Kallon malamina ya yi zafi. 'Na gani da idanuna cewa kana amfani da ikonka, ba don taimaka wa ɗan adam da ke shan wahala ba, amma don farautarsa kamar ɓarawo! Ina janye kyaututtukan sihirinka; Hazrat yanzu ya 'yantu daga gare ka. Ba za ka ƙara zama abin tsoro a Bengal ba!'

"Na kira Hazrat cikin muryar bakin ciki; a karon farko, bai bayyana a idona na ciki ba. Amma wani mayafin duhu ya bayyana a cikina ba zato ba tsammani; na ga a sarari batancin rayuwata.

"Gwarzona, na gode maka da ka zo ka kawar da dogon ruɗani na.' Ina kuka a gabansa. 'Na yi alƙawarin barin burina na duniya. Zan koma kan duwatsu don yin bimbini a kan Allah ni kaɗai, ina fatan in gafarta wa muguntar da na yi a baya.'

"Maigidana ya kalle ni da tausayi a ɓoye. 'Ina jin gaskiyarka,' ya ce a ƙarshe. 'Saboda shekarun farko na biyayyarka mai tsauri, da kuma saboda tubarka ta yanzu, zan ba ka lada ɗaya. Sauran ikonka sun face yanzu, amma duk lokacin da ake

bukatar abinci da tufafi, har yanzu za ka iya kiran Hazrat da nasara don ya samar musu da su. Ka sadaukar da kanka ga ibada da zuciya ɗaya. fahimta a cikin keɓantattun tsaunuka.

"Sannan malamina ya ɓace; na bar hawayena da tunani na. Ban kwana, duniya! Zan je neman gafarar Mai ƙaunataccen Cosmic."

18-1 : A Musulmi yogi; daga Lallai Larabci *faqir* , talaka; asali amfani zuwa dervishes a karkashin wani Alkawari na talauci.

18-2 : Nawa uba daga baya an fada ni wancan nasa kamfani, Lallai Bengal-Nagpur Layin dogo, yana da kasance daya na Lallai kamfanoni wanda aka zalunta ta Afzal Khan.

18-3 : Ni yi ba tuna Lallai suna na Sri Yukteswar's aboki, kuma dole ne duba zuwa shi kawai kamar yadda "Babu" (Mista).

BABI: 19

Nawa Jagora, A cikin Calcutta, Ya bayyana A cikin Serampore

"Sau da yawa ina cikin shakku game da rashin yarda da Allah. Duk da haka wani lokaci zato mai azabtarwa yana damuna: watafila akwai yiwuwar rai da ba a taɓa amfani da shi ba? Shin mutum ba zai rasa ainihin kaddararsa ba idan ya kasa bincika su?"

Wadannan kalamai Dijen Babu, abokin zamana a gidan kwana *na Panthi* , an kira su ne ta hanyar gayyatar da na yi masa na cewa ya haɗu da malamina.

"Sri Yukteswarji zai sa ka shiga cikin *Kriya Yoga* ," na amsa. "Yana kwantar da hankalin rikice-rikicen biyu ta hanyar tabbacin ciki na allahntaka."

A wannan maraicen Dijen ya raka ni zuwa gidan ibada. A gaban Jagora abokina ya sami kwanciyar hankali na ruhaniya har ya zama baƙo akai-akai. Abubuwan da suka shafi rayuwar yau da kullun ba su isa ga mutum ba; hikima ma yunwa ce ta asali. A cikin kalmomin Sri Yukteswar, Dijen ya sami kwarin gwiwa ga wadannan yunkurin - da farko mai zafi, sannan cikin sauƙi - don nemo mai gaskiya a ciki. kirjinsa fiye da girman kai na haihuwa ta ɗan lokaci, ba kasafai yake isa ga Ruhu ba.

Yayin da ni da Dijen muke ci gaba da karatun AB a Kwalejin Serampore, mun fara yin tafiya tare zuwa wurin ashram da zarar an gama azuzuwan. Sau da yawa muna ganin Sri Yukteswar a tsaye a barandar bene na biyu, yana maraba da hanyarmu da murmushi.

Wata rana Kanai, wani matashi mazaunin wurin bauta, ya haɗu da ni da Dijen a kofar gida da wani labari mai ban takaici.

"Malam" shine ba nan; shi ya kasance an gayyace shi zuwa Calcutta ta hanyar wani gaggawa lura.

Washegari na karfi katin waya daga malamina. "Zan bar Calcutta ranar Laraba da safe," ya rubuta. "Kai da Dijen mun haɗu da jirgin karfe tara a tashar Serampore."

Da misalin karfe takwas da rabi na safiyar Laraba, wani saƙo na wayar tarho daga Sri Yukteswar ya bayyana a zuciyata: "Na yi jinkiri; kada in haɗu da jirgin karfe tara."

Ni isar da Lallai na baya-bayan nan umarni zuwa Dijen, Hukumar Lafiya ta Duniya ya kasance riga sanye da kaya don tashi.

"Kai da fahimtarka!" Muryar abokina ta yi jajircewa da izgili. "Na fi so in amince da rubutun da Jagora ya yi ."

Na daga kafadata na zauna cikin nutsuwa. Dijen yana gunaguni cikin fushi, ya nufi kofar ya rufe ta a bayansa da hayaniya.

Ganin cewa ɗakin ya yi duhu sosai, sai na matsa kusa da taga da ke kallon titi. Hasken rana mai karancin haske ya karu sosai, inda tagar da aka yi da karfe ta bace gaba ɗaya. A kan wannan kyakkyawan yanayi, sai ga siffar Sri Yukteswar da ta bayyana a sarari!

Cikin ruɗani har na firgita, na tashi daga kujerata na durkusa a gabansa. Da irin gaisuwar da na saba yi wa kafafun malamina, na taɓa takalmansa. Waɗannan takalma ne da na saba da su, na zane mai launin lemu, wanda aka yi masa tafin hannu da igiya. Yadinsa na ocher swami ya goga min; ba kawai na ji yanayin rigarsa ba, har ma da kashin takalmin, da kuma matsin yatsunsa a cikinsu. Da mamaki na furta kalma ɗaya, sai na muke na kalle shi da tambaya.

"Na yi farin ciki da ka sami sakona na telepathic." Muryar Jagora ta kasance cikin nutsuwa, gaba ɗaya al'ada ce. "Yanzu na gama aikina a Calcutta, kuma zan isa Serampore da jirgin karfe goma."

Yayin da nake kallon shiru, Sri Yukteswar ya ci gaba da cewa, "Wannan ba sihiri ba ne, amma siffar jikina da jinina. An umarce ni da in ba ku wannan kwarewa, wadda ba kasafai ake samu a duniya ba. Ku same ni a tashar jirgin kasa; ku da Dijen za ku gan ni ina zuwa wurinku, sanye da kaya kamar yadda nake yi yanzu. Wani fasinja zai gabace ni - karamin yaro yana ɗauke da tulun azurfa."

Malamina ya ɗora hannuwana biyu a kaina, tare da yi mini albarka cikin rada. Yayin da ya kammala da kalmomin, "*Taba Asi*," **19-1** Na ji wani irin kara mai ban mamaki. **19-2** Jikinsa ya fara narkewa a hankali a cikin hasken da ke hura masa haske. Da farko kafafunsa da kafafunsa sun bace, sannan jikinsa da kansa, kamar an naɗe shi. Har zuwa karshe, na ji yatsunsa suna kan gashina kaɗan. Hasken ya bace; babu abin da ya rage a gabana sai taga da aka toshe da kuma hasken rana mai haske.

Na ci gaba da zama cikin ruɗani, ina tambayar ko ban taɓa yin mafarki ba. Ba da daɗewa ba wani Dijen ya shigo ɗakin.

"Malam ba ya cikin jirgin karfe tara, ko ma karfe tara da rabi." Abokina ya yi sanarwarsa da ɗan hakuri.

"To, zo; na san zai iso da karfe goma." Na kama hannun Dijen na yi sauri na tafi da shi da karfi, ba tare da na kula da zanga-zangarsa ba. Cikin kimanin mintuna goma muka shiga tashar jirgin, inda jirgin ya riga ya tsaya cak.

"Duk jirgin ya cika da hasken yanayin Jagora! Yana nan!" Na yi ihu cikin farin

ciki. "Kana mafarki haka?" Dijen ya yi dariya cikin ba'a.

"Bari mu jira a nan." Na gaya wa abokina cikakkun bayanai game da yadda malaminmu zai tunkare mu. Da na gama bayanina, sai ga Sri Yukteswar, sanye da irin tufafin da na gani a baya. Ya yi tafiya a hankali a bayan wani karamin yaro da ke d'auke da tulun azurfa.

Na dan lokaci tsoro mai sanyi ya ratsa ni, saboda irin bakon da na gani a rayuwata. Na ji duniyar da ta shahara a karni na ashirin, mai son abin duniya, ta zame mini; shin na taɓa kasancewa a zamanin da Yesu ya bayyana a gaban Bitrus a kan teku?

Yayin da Sri Yukteswar, wani mai suna Yogi-Christ na zamani, ya isa wurin da ni da Dijen muka yi ta faman magana, Jagora ta yi wa abokina murmushi sannan ta ce:

"Ni an aika kai wani saƙo kuma, amma kai sun kasance ba zai iya ba zuwa kama shi."

Dijen ya yi shiru, amma ya kalle ni da tuhuma. Bayan mun raka malaminmu zuwa wurin ibadarsa, ni da abokina muka ci gaba zuwa Kwalejin Serampore. Dijen ya tsaya a kan titi, fushi yana fitowa daga kowace kusurwarsa.

"To! Jagora an aika ni wani sako! Duk da haka kai boye shi! Ni bukata wani bayani!

"Zan iya taimakawa idan madubin hankalinka ya yi rawa da rashin natsuwa har ba za ka iya rubuta umarnin malaminmu ba?" Na amsa da karfi.

Fushin ya face daga fuskar Dijen. "Na fahimci abin da kike nufi," ya ce cikin bakin ciki. "Amma don Allah ki bayyana yadda za ki san game da yaron da ke d'auke da tulun."

Lokacin da na gama labarin bayyanar Master mai ban mamaki a gidan kwanan dalibai a safiyar yau, ni da abokina mun isa Kwalejin Serampore.

"Labarin da na ji game da ikon malaminmu," in ji Dijen, "yana sa ni jin cewa kowace jami'a a duniya makarantar yara ce kawai."

Babi 19 Bayanan kasa

daidaituwa: "Sannan Ni zo." 19-2: Sautin halayyar rabuwar kwayoyin halitta

na atoms na jiki.

BABI: 20

Mu Yi Ba Ziyarci Kashmir

"Baba, ina so in gayyaci Jagora da abokai hudu su raka ni zuwa kwan'olin Himalayas a lokacin hutun bazara. Zan iya samun tikitin jirgin kasa guda shida zuwa Kashmir da isasshen kuɗi don biyan kuɗin tafiyarmu?"

Kamar yadda na zata, Baba ya yi dariya sosai. "Wannan shine karo na uku da ka bani labarin zakara da bijimi. Shin ba ka yi irin wannan buƙatar a lokacin bazara da ya gabata ba, da kuma shekarar da ta gabata? A lokacin karshe, Sri Yukteswarji ya ƙi tafiya."

"Gaskiya ne, Baba; Ban san dalilin da ya sa malamina ba zai ba ni tabbacin maganarsa game da Kashmir ba. "**20- 1** Amma idan na gaya masa cewa na riga na sami izinin tafiya daga gare ku, to ta wata hanya ina tsammanin wannan karon hakan ne. zai yarda ya yi tafiyar.

Baba bai gamsu ba a lokacin, amma washegari, bayan ya yi mini barkwanci mai daɗi, sai ya ba ni izinin tafiya shida da kuma takardar kuɗin rupee goma.

"Ni da kyar yi tunani naka ka'idoji tafiya buƙatu irin wannan aiki kayan taimako," shi ya lura, "amma nan su suna.

A wannan rana da rana na nuna ganimu ta ga Sri Yukteswar. Duk da cewa ya yi murmushi saboda sha'awar da nake da ita, kalmominsa ba su da wani abin da zai sa a ransa: "Ina so in tafi; za mu gani." Bai yi wani tsokaci ba lokacin da na nemi ƙaramin almajirinsa na hermitage, Kanai, ya raka mu. Na kuma gayyaci wasu abokai uku - Rajendra Nath Mitra, Jotin Auddy, da wani yaro. An sanya ranar tafiyarmu a ranar Litinin mai zuwa.

A ranar Asabar da Lahadi na zauna a Calcutta, inda ake bikin auren wani ɗan uwana a gidan iyalina. Na isa Serampore da kayana da safiyar Litinin. Rajendra ta tarye ni a ƙofar gidan dabbobi.

"Malam" shine fita, tafiya. Shi yana da ya ƙi zuwa tafi."

Haka kuma na yi baƙin ciki da kuma takaici. "Ba zan ba Baba dama ta uku ya

yi ba'a ga shirye-shiryena na kimiya game da Kashmir ba. Zo; sauranmu za mu tafi ko ta yaya."

Rajendra an amince; Ni hagu Lallai ashram zuwa nemo wani bawa. Kanai, Ni ya sani, zai ba dauka Lallai tafiya

ba tare da Jagora ba, kuma ana bukatar wani ya kula da kayan. Na yi tunanin kaina Behari, wanda a da bawa ne a gidan iyalina, wanda yanzu malamin makarantar Serampore yake aiki. Yayin da nake tafiya cikin sauri, na haɗu da malamina a gaban cocin Kirista kusa da Serampore Courthouse.

"Ina su ne kai ta yaya?" Sri Yukteswar's fuska ya kasance rashin murmushi.

"Yallaɓai, na ji cewa kai da Kanai ba za ku yi tafiyar da muka shirya ba. Ina neman Behari. Za ku tuna cewa a bara ya yi sha'awar ganin Kashmir har ma ya miƙa tayin yin hidima ba tare da albashi ba."

"Na tuna. Duk da haka, ban yi tsammanin Behari zai yarda

ya tafi ba." Na yi fushi. "Yana jiran wannan dama da

ƙwazo!"

Malamina ya ci gaba da tafiyarsa a hankali; Ba da daɗewa ba na isa gidan malamin makaranta. Behari, a tsakar gida, ya tarbe ni da kyakkyawar fara'a wadda ta face ba zato ba tsammani da na ambaci Kashmir. Da muryar neman afuwa mai raɗa, bawan ya bar ni ya shiga gidan maigidansa. Na jira rabin sa'a, ina tabbatar wa kaina cewa jinkirin Behari yana faruwa ne saboda shirye-shiryen tafiyarsa. A ƙarshe na buga ƙofar gaba.

"Behari ya bar matattakalar baya kimanin mintuna talatin da suka wuce," wani mutum ya sanar da ni. Murmushi kaɗan ya yi a kan leɓunansa.

Na tafi cikin bakin ciki, ina mamakin ko gayyatar da na yi ta yi ƙarfi sosai ko kuma tasirin da ba a gani na Jagora yana aiki. Ina wucewa cocin Kirista, sai na sake ganin malamina yana tafiya a hankali zuwa gare ni. Ba tare da jiran jin rahotona ba, ya yi ihu:

"Don haka Behari zai ba tafi! Yanzu, me su ne naka tsare-tsare?"

Na ji kamar yaro mai rashin haƙuri wanda ya kuduri aniyar yin tawaye ga mahaifinsa mai hazaka. "Yallaɓai, zan roki kawuna ya ba ni rancen bawansa, Lal Dhari."

"Ga kawunka idan kana so," Sri Yukteswar ta amsa da dariya. "Amma da kyar nake tsammanin za ka ji daɗin ziyarar."

Na ji tsoro amma ina da taurin kai, na bar malamina na shiga Kotun Serampore. Kawuna na uba, Sarada Ghosh, lauyan gwamnati, ya tarbe ni da ƙauna.

"Zan tafi yau tare da wasu abokaina zuwa Kashmir," na gaya masa. "Tsawon

shekaru ina fatan wannan tafiya ta Himalayas."

"Ina farin ciki da kai, Mukunda. Akwai wani abu da zan iya yi don inganta tafiyarka ?"

Wadannan nagari kalmomi bayar ni wani lif na karfafawa. "Masoyiyata kawu," Ni ya ce, "zai iya kai watafala kayan gyara

ni naka bawa, Lal Dari?"

Rokona mai sauƙi ya yi kama da girgizar ƙasa. Kawu ya yi tsalle da ƙarfi har kujerarsa ta kife, takardun da ke kan teburin suka yi ta shawagi a ko'ina, bututunsa kuma, wani dogon kumfa mai siffar kwakwa, ya faɗi ƙasa da ƙara mai ƙarfi.

"Kai saurayi mai son kai," ya yi ihu, yana rawar jiki da fushi, "wannan ra'ayi ne mara kyau! Wa zai kula da ni, idan ka ɗauki bawana a matsayin ɗaya daga cikin abubuwan jin dadinka?"

Na boye mamakina, ina mai tuna cewa canjin da kawuna mai ƙauna ya yi ba zato ba tsammani ya zama wani abu mai ban mamaki a rana ɗaya da aka keɓe ga rashin fahimta. Komawa daga ofishin kotu ya fi nuna rashin tausayi fiye da girmamawa.

Na koma gidan ibada, inda abokaina suka taru cikin tsammanin rayuwa. Ina da tabbacin cewa akwai wani dalili mai ƙarfi, ko da kuwa ba shi da tushe, wanda hakan ya sa Malamin ya yi wannan tunanin. Nadama ta kama ni da cewa ina ƙoƙarin kawo cikar wasiyyar malamina.

"Mukunda, ba za ki so ki ƙara zama tare da ni ba?" Sri Yukteswar ya tambaya. "Rajendra da sauran za su iya ci gaba yanzu, su jira ki a Calcutta. Za a sami isasshen lokaci don shiga jirgin ƙasa na ƙarshe da yamma wanda zai tashi daga Calcutta zuwa Kashmir."

"Yallaɓai, Ni kar a yi kulawa zuwa je ba tare da kai," Ni ya ce cikin bakin ciki.

Abokai na ba su kula da maganar da na yi ba ko kaɗan. Sun kira motar haya suka tafi da dukkan kayan. Ni da Kanai muka zauna a hankali a gaban malaminmu. Bayan rabin sa'a na shiru, Master ya tashi ya yi tafiya zuwa baranda mai hawa na biyu.

"Kana'i, Don Allah yi hidima Mukunda's abinci. Nasa jirgin ƙasa ganye nan ba da jimawa ba."

Da na tashi daga kan kujerata ta bargo, sai na yi ta tafiya ba zato ba tsammani da tashin zuciya da kuma wani irin yanayi mai ban tsoro a cikina. Ciwon da aka ji ya yi tsanani har na ji an jefa ni cikin wani mummunan yanayi. Ina bin diddigin malamina a makance, na faɗi a gabansa, duk da alamun cutar kwalara ta Asiya. Sri Yukteswar da Kanai suka kai ni ɗakin zama.

Cikin tsananin wahala, na yi kuka, "Malam, na mika raina gare ka;" domin na yi imani da gaske yana raguwa da sauri daga bakin jikina.

Sri Yukteswar sanya nawa kai a kunne nasa zagaye, shafa nawa goshi tare da mala'ika taushi.

"Yanzu ka ga abin da zai faru da a ce kana tashar jirgin tare da abokanka," in ji shi.

"Dole ne in kula da kai ta wannan hanya mai ban mamaki, domin ka zaɓi ka yi shakkar hukuncin da zan yanke game da tafiyar a wannan lokacin."

A karshe na fahimta. Tunda manyan malamai ba sa ganin ya dace su nuna ikonsu a fili, wani abu ne na yau da kullun. mai lura na Lallai na rana abubuwan da suka faru zai suna da an yi tunanin wancan nasu jerin ya kasance sosai na halitta.

Shige-shigen da malamina ya yi ya kasance mai sauƙi da ba za a iya zarginsa ba. Ya yi aiki da nufinsa ta hanyar Behari da Kawuna Sarada da Rajendra da sauran mutane ta hanyar da ba a iya gani ba har ta kai ga kowa ya yi tunanin cewa al'amura sun kasance kamar yadda aka saba.

Ganin cewa Sri Yukteswar bai taɓa kasa cika wa'adinsa na zamantakewa ba, ya umurci Kanai da ya je neman kwararren likita, sannan ya sanar da kawuna.

"Malam," Ni sun yi zanga-zanga, "kawai kai gwangwani warkar ni. Ni am kuma nisa tafi don kowane likita.

"Yaro, rahamar Allah ta kare ka. Kada ka damu da likitan; ba zai same ka a wannan yanayin ba. Ka riga ka warke."

Da kalaman malamina, azabar da ta same ni ta tafi. Na zauna cikin rauni. Ba da dadewa ba likita ya zo ya duba ni da kyau.

"Da alama ka sha wahala mafi muni," in ji shi. "Zan ɗauki wasu samfura tare da ni don gwaje-gwajen dakin gwaje-gwaje."

The masu biyo baya safe Lallai likita iso cikin sauri. Ni ya kasance zaune sama, a cikin mai kyau ruhohi.

"To, ga ka nan, kana murmushi kana hira kamar ba ka da wata matsala da mutuwa." Ya shafa hannuna a hankali. "Ban yi tsammanin zan same ka da rai ba, bayan na gano daga samfuran cewa cutarka kwalara ce ta Asiya. Kana da sa'a, saurayi, da ka sami wani malami mai ikon warkarwa na Allah! Na gamsu da hakan!"

Na yarda da dukkan zuciyata. Yayin da likitan ke shirin tafiya, Rajendra da Auddy suka bayyana a kofar. Fuskokinsu sun canza zuwa tausayi yayin da suka kalli likitan sannan suka kalli fuskar da na ɗan yi rauni.

"Mu sun kasance fushi yausha kai bai yi ba juya sama kamar yadda an amince a Lallai Calcutta jirgin kasa. Kai suna da kasance rashin lafiya?"

"Eh." Na yi dariya sosai yayin da abokaina suka ajiye kayan a kusurwar da suka zauna jiya. Na ambato: "Akwai jirgin ruwa da ya tafi Spain; lokacin da ya iso, ya sake dawowa !"

Malam ya shiga ɗakin. Na bar wa kaina 'yancin samun sauƙi, na kama hannunsa cikin kauna.

"Guruji," na ce, "tun daga shekarata ta goma sha biyu, na yi yunkurin da ba a yi nasara ba don isa Himalayas. A ƙarshe na gamsu cewa ba tare da albarkar ku ba, Allahn Parvati **20-2** ba zai karɓe ni ba!"

.....
20-1 : Duk da cewa Jagora ya gaza zuwa yi kowane bayani, nasa rashin son kai zuwa ziyarci Kashmir a lokacin wadancan biyu lokacin bazara watakila ya kasance sanin cewa lokacin bai yi daidai da rashin lafiyarsa a can ba (duba babi na 22).

20-2 : A zahiri, "na Lallai tsaunuka. Parvati, a tatsuniyoyi wakiltar kamar yadda wani 'ya mace na Himavat ko Lallai tsarki

BABI: 21

Mu Ziyarci Kashmir

"Yanzu kana da karfin tafiya. Zan raka ka zuwa Kashmir," Sri Yukteswar ya sanar da ni kwana biyu bayan murmurewata daga cutar kwalara ta Asiya.

A wannan maraicen, tawagarmu ta mutane shida ta yi horo zuwa arewa. Tasha ta farko da muka yi a lokacin hutu ita ce a Simla, wani birni mai daraja da ke kan karagar tuddai na Himalayas. Mun yi yawo a kan titunan tsaunuka, muna sha'awar kyawawan ra'ayoyi.

"Smorberi na Ingilishi da ake sayarwa," wata tsohuwa ta yi kuka, tana tsugunne a wani kyakkyawan kasuwa .

Malam yana da sha'awar kananan 'ya'yan itacen ja masu ban mamaki. Ya sayi kwandon cike ya mika wa Kanai da ni, wadanda muke kusa. Na dandana 'ya'yan itacen guda dafa amma na tofa shi da sauri a kasa.

"Yallabai, me wani tsami 'ya'yan itace! Ni zai iya ba za a taba yi ba so strawberries!"

Malamina ya yi dariya. "Kai, za ka so su - a Amurka. A wani abincin dare a can, mai masaukin baki za ta ba su sukari da kirim. Bayan ta nika 'ya'yan itacen da cokali mai yatsu, za ka dandana su ka ce: 'Kai!' To za ka tuna da wannan rana a Simla."

Hasashen Sri Yukteswar ya face daga zuciyata, amma ya sake bayyana a can shekaru da yawa bayan haka, jim kaɗan bayan isowata Amurka. Na kasance baƙon cin abincin dare a gidan Mrs. Alice T. Hasey (Sister Yogmata) a West Somerville, Massachusetts. Lokacin da aka dora kayan zaki na strawberries a kan teburi, mai masaukina ta dauki cokali mai yatsu ta nika 'ya'yan itacen na, ta kara kirim da sukari. "'Ya'yan itacen sun yi tsami sosai; ina tsammanin za ku so a gyara su ta wannan hanyar," in ji ta.

Na sha ɗan karamin baki. "Wannan irin strawberry mai daɗi!" Na yi ihu. Nan take

hasashen malamina a Simla ya fito daga kogon tunawa mara misaltuwa. Abin mamaki ne a fahimci cewa tun da daɗewa tunanin Sri Yukteswar wanda Allah ya shirya ya gano shirin abubuwan karmic da ke yawo a cikin duniyar nan gaba.

Ba da daɗewa ba kungiyarmu ta bar Simla ta yi horo zuwa Rawalpindi. A can muka yi hayar wani babban landau, wanda dawaki biyu suka zana, inda muka fara tafiya ta kwana bakwai zuwa Srinagar, babban birnin Kashmir. A rana ta biyu ta tafiya ta arewa, mun ga ainihin girman Himalayas. Yayin da kafafun karfe na karusarmu ke kara a kan titunan da ke da zafi da duwatsu, mun yi farin ciki da sauye-sauyen yanayin girma na tsaunuka.

"Yallaɓai," Auddy ya ce zuwa Jagora, "Ni am sosai jin daɗi waɗannan mai ɗaukaka al'amuran a cikin naka mai tsarki kamfani.

Na ji daɗin godiyar Auddy, domin ni ne mai masaukin baki a wannan tafiyar. Sri Yukteswar ya fahimci tunanina; ya juyo gare ni ya yi rada:

"Kada ka yi wa kanka ado; Auddy ba shi da sha'awar yanayin kamar yadda yake da damar barin mu na tsawon lokaci don shan taba."

Na yi mamaki. "Yallaɓai," na ce cikin nutsuwa, "don Allah kada ka karya jituwarmu da waɗannan kalmomi marasa daɗi. Da kyar na yarda cewa Auddy tana son shan taba." **21-1** Na kalli malamina wanda yawanci ba ya iya jurewa da tsoro.

"To, ba zan ce komai ga Auddy ba." Malam ya yi dariya. "Amma nan ba da jimawa ba za ku gani, idan landau ta tsaya, cewa Auddy yana da sauri ya yi amfani da damarsa."

Karantar ta isa ga wani karamin caravanserai. Yayin da aka kai dawakanmu don a shayar da su, Auddy ta tambaya, "Yallaɓai, shin ba ka da matsala idan na ɗan yi tafiya tare da direban? Ina so in ɗan yi iska a waje."

Sri Yukteswar bayar izini, amma an lura zuwa ni, "Shi ne yana so sabo hayaki kuma ba sabo iska."

Landau ta ci gaba da hayaniyar da take yi a kan titunan da ke cike da kura. Idanun maigidan suna walkiya; ya umarce ni, "Ka ɗaga wuyanka ta kofar karusa ka ga abin da Auddy ke yi da iska."

Na yi biyayya, kuma na yi mamakin ganin Auddy tana fitar da zoben hayakin sigari. Kallon da na yi wa Sri Yukteswar ya ba ni haɗuri.

"Ka yi gaskiya, kamar kullum, yallaɓai. Auddy tana jin daɗin yin wani abu tare da kallon abin da ke faruwa." Na yi zaton hakan ne. Abokina ya sami kyauta daga direban tasi; na san Auddy ba ta ɗauki sigari daga Calcutta ba.

Mun ci gaba da tafiya a kan hanyar da ke cike da labyrinth, muna da kyawawan ra'ayoyi na koguna, kwaruruka, duwatsu masu tsayi, da kuma tsaunuka masu yawa. Kowace dare muna tsayawa a gidajen kwana na karkara, muna shirya abincinmu. Sri Yukteswar ta kula da abincin da nake ci, tana mai dagewa cewa ina shan ruwan

lemun tsami a duk lokacin da nake cin abinci. Har yanzu ina cikin rauni, amma ina samun sauƙi kowace rana, kodayake an tsara motar da ke cike da hayaniya ne kawai don rashin jin dafi.

Farin ciki ya cika zukatanmu yayin da muka kusanci tsakiyar Kashmir, kasar aljanna mai tafkunan lotus, lambuna masu iyo, jiragen ruwa masu ban sha'awa, Kogin Jhelum mai gada da yawa, da kuma wuraren kiwo da aka cika da furanni, duk an kewaye su da girman Himalayas. Hanyarmu ta zuwa Srinagar ta kasance ta hanyar

Titin bishiyoyi masu tsayi da maraba. Mun yi amfani da ɗakuna a wani masauki mai hawa biyu wanda ke kallon tsaunuka masu daraja. Babu ruwan famfo; mun samo kayanmu daga wata rijiya da ke kusa. Yanayin bazara ya dace, tare da ranakun dumi da kuma dare mai ɗan sanyi.

Mun yi aikin hajji zuwa tsohon haikalin Swami Shankara na Srinagar. Yayin da na kalli gidan ibada na tsaunuka, tsaye a gaban sararin sama, sai na faɗi cikin wani yanayi mai cike da farin ciki. Wani wahayi ya bayyana na wani babban gida a kan tudu a wata kasa mai nisa. Babban ashram na Shankara da ke gabana ya koma ginin da, shekaru bayan haka, na kafa hedikwatar ƙungiyar fahimtar kai a Amurka. Lokacin da na fara ziyartar Los Angeles, na ga babban ginin da ke kan tudun Washington, na gane shi nan take daga hangen nesana na baya a Kashmir da kuma a wani wuri.

Kwanaki kaɗan a Srinagar; sannan zuwa Gulmarg ("hanyoyin furanni na tsaunuka"), an ɗaga su da kafa dubu shida. A can na fara hawa babban doki. Rajendra ya hau karamin doki, wanda zuciyarsa ta yi ta fama da sha'awar gudu. Mun shiga cikin Khilanmarg mai tsayi sosai; hanyar ta ratsa cikin wani daji mai yawa, cike da namomin kaza masu itace, inda hanyoyin da aka rufe da hazo galibi suna da haɗari. Amma karamin dabbar Rajendra ba ta taɓa barin babban dokina ya huta na ɗan lokaci ba, ko da a cikin juyi mafi haɗari. Dokin Rajendra ya ci gaba da tafiya ba tare da gajiya ba, ba tare da sanin kowa ba sai farin cikin gasa.

Tserenmu mai wahala ya sami lada ta hanyar kallon ban mamaki. A karon farko a wannan rayuwar, na kalli tsaunukan Himalaya masu dusar ƙanƙara a kowane bangare, waɗanda ke kwance kamar silhouettes na manyan duwatsu. Beyaran ƙauye. Idanuna sun yi farin ciki da ganin tsaunuka masu ƙanƙara marasa iyaka a kan sararin sama mai launin shuɗi mai haske.

Na yi birgima cikin farin ciki tare da abokan aikina matasa, duk sanye da riguna masu kauri, a kan tsaunukan fararen fata masu sheki. A tafiyarmu ta kasa mun ga wani babban kafet mai launin rawaya, wanda ya canza kamannin tsaunuka masu duhu gaba ɗaya.

Tafiye-tafiyenmu na gaba sun kasance zuwa shahararrun "lambunan nishaɗi" na sarki Jehangir, a Shalimar da Nishat Bagh. Tsohon gidan sarauta a Nishat Bagh an gina shi kai tsaye a kan wani ruwa na halitta. Ana yin gudu daga tsaunuka, an tsara rafin ta hanyar dabaru masu ban sha'awa don gudana a kan baranda masu launi da kuma ɓuɓɓugar ruwa a tsakanin gadajen furanni masu ban sha'awa. Kogin kuma yana shiga dakunan fadar da dama, a ƙarshe yana zubar da aljanu kamar cikin tafkin da ke kasa. Manyan lambunan suna da rudani da launuka masu launuka iri-iri, snapdragons, lavender, pansies, 'ya'yan itacen poppy. An zumurdu mai haɗawa zane shine da aka bayar ta hanyar mai daidaito layuka na ' *yan China* , **21-2** bishiyoyin cypress, bishiyoyin ceri; a bayansu akwai farin tsaunukan Himalayas.

Ana daukar inabin Kashmir a matsayin abinci mai daɗi da ba kasafai ake samunsa ba a Calcutta. Rajendra, wanda ya yi alkawarin zai yi masa biki na gaske idan ya isa Kashmir, ya yi takaicin rashin samun manyan gonakin inabi a wurin. Lokaci-lokaci nakan yi masa ba'a saboda tsammaninsa mara tushe.

"Kai, na cika da innabi sosai har ba zan iya tafiya ba!" Zan ce. "Inabin da ba a gani yana tsirowa a cikina!" Daga baya na ji cewa innabi mai daɗi yana girma sosai a Kabul, yammacin Kashmir. Mun ta'azantar da kanmu da ice cream da aka yi da *rabi*, madara mai cike da kitse, kuma

ɗaɗaɗano tare da duka pistachio goro.

Mun yi tafiye-tafiye da dama a cikin *shikaras* ko kwale-kwale na gida, waɗanda aka yi musu inuwa da furanni jajaye, muna yawo a kan hanyoyin ruwa masu rikitarwa na Tafkin Dal, hanyar sadarwa ta magudanar ruwa kamar gidan gizo-gizo mai ruwa. A nan lambuna masu iyo da yawa, waɗanda aka yi musu ado da itace da kasa, suna burge mutum da mamaki, abin da ba shi da alaƙa da juna shi ne ganin kayan lambu da kankana da ke girma a tsakiyar manyan ruwa. Wani lokaci mutum yana ganin wani manomi, yana kin "kafafunsa a kasa," yana jan filinsa na "kasa" zuwa wani sabon wuri a cikin tafkin mai yatsu da yawa.

A cikin wannan kwarin mai cike da tarihi, mutum zai iya samun misali na dukkan kyawawan abubuwan duniya. Uwargidan Kashmir tana da kambin dutse, an yi mata ado da tafki, kuma an yi mata ado da furanni. A cikin shekarun baya, bayan na yi rangadin kasashe da yawa masu nisa, na fahimci dalilin da yasa ake kiran Kashmir wuri mafi kyau a duniya. Tana da wasu kyawawan tsaunukan Alps na Switzerland, da na Loch Lomond a Scotland, da kuma tafkunan Ingila masu kyau. Wani matafiyi ɗan Amurka a Kashmir yana samun abubuwa da yawa da za su tunatar da shi game da girman Alaska da kuma Pikes Peak kusa da Denver.

A matsayina na wanda ya shiga gasar kyau mai ban sha'awa, ina bayar da kyautar farko ko dai kyakkyawan kallon Xochimilco a Mexico, inda duwatsu, sararin sama, da furannin poplar ke nuna kansu a cikin hanyoyi daban-daban na ruwa a tsakiyar kifaye masu wasa, ko kuma tafkuna masu kama da lu'u-lu'u na Kashmir, waɗanda aka tsare su kamar kyawawan 'yan mata ta hanyar sa ido mai ƙarfi na Himalayas. Waɗannan wurare biyu sun shahara a cikin tunawa da ni a matsayin wurare mafi kyau a duniya.

Duk da haka na yi mamaki sosai lokacin da na fara ganin abubuwan al'ajabi na Yellowstone National Park da kuma Grand Canyon na Colorado, da Alaska. Yellowstone Park watakila shine yanki ɗaya tilo da mutum zai iya ganin geysers marasa adadi suna harbi sama sama, suna yin wasa kowace shekara tare da agogon gudu. Wuraren tafkunan opal da sapphire da maɓuɓɓugan ruwan zafi masu sulfur, beyarsa da halittun daji, suna tunatar da mutum cewa a nan yanayi ya bar wani samfurin halittarsa ta farko. hanyoyin Wyoming zuwa "Tukunyar Fenti ta Shaidan" mai zafi da ke kumfa, tare da maɓuɓɓugan ruwa masu ɗumi, maɓuɓɓugan ruwa masu tururi, da kuma geysers masu fitar da hayaki a kowane bangare, na yarda cewa Yellowstone ya cancanci kyauta ta musamman saboda kebancewarsa.

Tsoffin bishiyoyin ja na Yosemite masu girma, waɗanda suka shimfiɗa manyan ginshikansu har zuwa sararin samaniya mara misaltuwa, manyan coci-coci ne na halitta masu kore waɗanda aka tsara da fasaha ta allahntaka. Ko da yake akwai magudanar ruwa masu ban mamaki a Gabas, babu wanda ya kai kyawun Niagara kusa da iyakar Kanada. Kogunan Mammoth na Kentucky da Kogunan Carlsbad da ke New Mexico, tare da siffofi masu launuka masu kama da ƙanƙara, wurare ne masu

ban mamaki. Dogayen allurai na sandunan stalactite, rataye daga kogo. rufin kuma madubi a cikin a farkashin kasa ruwa, yanzu wani hango na wani duniyoyi kamar yadda mutum ne mai son zuciya.

Yawancin 'yan Hindu na Kashmir, wafanda aka san su da kyawunsu a duniya, fararen fata ne kamar Turawa kuma suna da siffofi iri daya da tsarin kashi; da yawa suna da idanu shuɗi da gashi mai launin shuɗi. Suna sanye da tufafin Yammacin duniya, suna kama da Amurkawa. Himalayas masu sanyi suna kare Kashmiri daga rana mai zafi da kuma kiyaye nasu haske launin fata. Kamar yadda daya tafiye-tafiye zuwa Lallai kudu kuma na wurare masu zafi latitudes na Indiya, yana ganin cewa a hankali mutane suna kara duhu da duhu.

Bayan na shafe makonni masu daɗi a Kashmir, sai aka tilasta min komawa Bengal don kaka na Kwalejin Serampore. Sri Yukteswar ya ci gaba da zama a Srinagar, tare da Kanai da Auddy. Kafin in tafi, Jagora ya nuna cewa gawarsa za ta sha wahala a Kashmir.

"Yallaɓai, kana kama da lafiya," na yi zanga-

zanga. "Akwai yiwuwar ma in bar wannan

duniyar."

"Guruji!" Na faɗi a kafafunsa da alamar roko. "Don Allah ka yi alkawarin ba za ka bar jikinka yanzu ba. Ban shirya ci gaba da rayuwa ba tare da kai ba."

Sri Yukteswar ya yi shiru, amma ya yi min murmushi cikin tausayi har na ji na gamsu. Da rashin son rai na bar shi.

"Malam ina cikin mawuyacin hali." Wannan sakon waya daga Auddy ya same ni jim kaɗan bayan dawowata Serampore.

"Yallaɓai," na yi wa malamina waya cikin gaggawa, "Na nemi alkawarin da ka yi min ba zan bar ni ba. Don Allah ka ajiye jikinka; in ba haka ba, ni ma zan mutu."

"Ka kasance shi kamar yadda kai fatan alheri." Wannan ya kasance Sri Yukteswar's amsa daga Kashmir.

Wasika daga Auddy ta iso nan da 'yan kwanaki, tana sanar da ni cewa Master ya warke. Da ya dawo Serampore a cikin makonni biyu masu zuwa, na yi bakin ciki da ganin cewa gawar malamina ta ragu zuwa rabin nauyin da ya saba da shi.

Abin farin ciki don nasa almajiransa, Sri Yukteswar kone da yawa na nasu zunubai a cikin Lallai wuta na nasa Zazzabi mai tsanani a Kashmir. Hanyar da ake amfani da ita wajen yada cutar ta zahiri ta hanyar amfani da salon zamani ga masu ilimin yoga masu hazaka. Mutum mai karfi zai iya taimaka wa wanda ya fi rauni ta hanyar taimakawa wajen dɗaukar nauyinsa mai nauyi; babban mutum mai ruhaniya yana iya rage nauyin almajiransa na jiki ko na tunani ta hanyar raba karma na ayyukansu na baya. Kamar yadda wani mai arziki ya rasa wasu kuɗi lokacin da ya biya babban bashi ga dɗansa mai bɓarna, wanda ta haka aka cece shi daga mummunan sakamakon wautarsa, haka nan maigidan ya sadaukar da wani ɓangare na dukiyarsa da son rai don rage wahalhalun almajiran. **21-3**

Ta hanyar sirri, yogi yana haɗa tunaninsa da abin hawansa na taurari da na mutum mai wahala; ana isar da cutar, gaba dɗaya ko wani ɓangare, zuwa ga jikin waliyyi. Bayan ya girbe Allah a fagen zahiri, maigidan ba ya damuwa da abin da ke faruwa da wannan siffar. Ko da yake yana iya barin ta ta yi rikodin wata cuta don ya

saukaka wa wasu, hankalinsa ba ya taɓa taɓawa; yana ɗaukar kansa a matsayin mai sa'a wajen iya ba da irin wannan taimakon.

Mai ibada wanda ya sami ceto na karshe a cikin Ubangiji ya ga cewa jikinsa ya cika manufarsa gaba ɗaya; sannan zai iya amfani da shi ta kowace hanya da ya ga ya dace. Aikinsa a duniya shine ya rage bakin cikin ɗan adam, ko ta hanyar ruhaniya ko ta hanyar shawara ta ilimi ko ta hanyar ikon nufin ko ta hanyar canja wurin cuta ta zahiri. Gudu zuwa ga sani a duk lokacin da yake so, maigida zai iya zama ba tare da sanin wahalar jiki ba; wani lokacin yana

ya zaɓi ya ɗauki ciwon jiki a boye, a matsayin misali ga almajirai. Ta hanyar ɗora wa wasu cututtukan, yogi zai iya gamsar da su, dokar karmic ta dalili da sakamako. Wannan doka tana aiki ta hanyar injiniya ko lissafi; mutane masu ibada za su iya sarrafa ayyukanta ta hanyar kimiyya hikima.

Dokar ruhaniya ba ta buƙatar ubangida ya yi rashin lafiya duk lokacin da ya warkar da wani mutum ba. Waraka yawanci tana faruwa ne ta hanyar ilimin waliyyi game da hanyoyi daban-daban na warkarwa nan take. a cikin wanda a'a ciwo zuwa Lallai ruhaniya mai warkarwa shine da hannu. A kunne wanda ba kasafai ake samu ba lokutan, duk da haka, wani Malamin da ke son hanzarta juyin halittar almajiransa zai iya yin aiki da kansa gwargwadon ƙarfinsa na karma mara kyau.

Yesu ya nuna kansa a matsayin fansar zunuban mutane da yawa. Da ikon allahntaka, **21-4** Da ba a taɓa kashe jikinsa ta hanyar gicciye ba idan bai yi haɗin kai da ƙa'idar duniya mai zurfi game da dalili da sakamako ba. Ta haka ya ɗauki sakamakon karma na wasu, musamman na almajiransa. Ta wannan hanyar an tsarkake su sosai kuma an sa su dace su karɓi sanin ko'ina wanda daga baya ya sauko musu.

Malami ne kawai da ya fahimci kansa zai iya canja wurin ƙarfin rayuwarsa, ko kuma ya aika da cututtukan wasu a cikin jikinsa. Mutum na yau da kullun ba zai iya amfani da wannan hanyar magani ta yoga ba, kuma ba abin sha'awa ba ne ya yi hakan; domin kayan aikin jiki marasa inganci cikas ne ga tunani na Allah. Nassosin Hindu suna koyar da cewa aikin farko na mutum shine ya kiyaye jikinsa cikin kyakkyawan yanayi; in ba haka ba hankalinsa ba zai iya kasancewa a cikin nutsuwa cikin ibada ba.

Duk da haka, hankali mai ƙarfi zai iya wuce duk wata matsala ta jiki ya kai ga fahimtar Allah. Mutane da yawa tsarkaka sun yi watsi da rashin lafiya kuma sun yi nasara a cikin neman Allahntaka. Saint Francis na Assisi, ya kamu da cututtuka masu tsanani, ya warkar da wasu har ma ya ta da matattu.

Na san wani waliyi ɗan kasar Indiya, wanda rabin jikinsa ya taɓa yin kuraje da kuraje. Yanayin ciwon suga nasa ya yi tsanani sosai har a cikin yanayi na yau da kullun ba zai iya zama a lokaci guda ba na tsawon fiye da mintuna goma sha biyar. Amma burinsa na ruhaniya ba shi da tabbas. "Ya Ubangiji," ya yi addu'a, "za ka shigo ciki." Haikalina da ya karye?" Da umarnin nufinsa mara iyaka, saint a hankali ya sami damar zama kowace rana a cikin yanayin lotus na tsawon awanni goma sha takwas a jere, cike da farin ciki.

"Kuma," ya gaya mini, "a ƙarshen shekaru uku, na sami Hasken da ba shi da iyaka yana haskakawa a cikin siffar da na lalace. Ina farin ciki da kyawun farin ciki, na manta da jiki. Daga baya na ga ya cika ta hanyar Rahamar Allah."

Wani lamari na tarihi da ya shafi warkarwa ya shafi Sarki Baber (1483-1530),

wanda ya kafa daular Mogul a Indiya. Dansa, Yarima Humayun, yana fama da rashin lafiya mai tsanani. Uban ya yi addu'a da kudiri mai tsanani cewa ya karfi cutar, kuma a bar dansa ya tsira. Bayan da duk likitoci suka yanke kauna, Humayun ya warke. Nan da nan Baber ya yi rashin lafiya ya mutu sakamakon cutar da ta kama dansa. Humayun ya gaji Baber a matsayin Sarkin Hindustan.

Mutane da yawa suna tunanin cewa kowane malamin ruhaniya yana da, ko kuma ya kamata ya sami, lafiya da karfin Sandow. The zato shine ba shi da tushe. A mai rashin lafiya jiki yana yi ba nuna wancan wani guru shine ba a cikin tabawa

Da ikon allahntaka, lafiyar rayuwa ta yau da kullun ba lallai bane ta nuna haske na ciki. Yanayin jiki na zahiri, a wata ma'anar, ba za a iya sanya shi a matsayin gwajin ubangida ba. Dole ne a nemi cancantar sa ta musamman a fanninsa, na ruhaniya.

Mutane da yawa da ke neman abin da ke ruɗani a Yamma suna tunanin cewa mai magana ko marubuci mai iya magana a kan ilimin metaphysics dole ne ya zama gwani. Duk da haka, masu binciken sun nuna cewa gwajin acid na master shine ikon mutum na shiga yanayin numfashi da yake so, da kuma kiyaye *samadhi* na *nirbikalpa mara karyewa* . **21-5** Ta hanyar waɗannan nasarorin ne kawai ɗan adam zai iya tabbatar da cewa ya "kware" *Maya* ko kuma Delusion na biyu. Shi kaɗai ne zai iya faɗi daga zurfin fahimta: " *Ekam ya zauna* ," - "Daya ne kawai ke wanzuwa."

" *Vedas* sun bayyana cewa mutumin da ba shi da ilimi wanda ya gamsu da yin ɗan bambanci tsakanin rai da kuma Ubangiji Mai Girma yana fuskantar haɗari," Shankara, babban mai bincike ya rubuta. "Inda akwai biyu ta hanyar jahilci, mutum yana ganin komai ya bambanta da Kai. Idan aka ɗauki komai a matsayin Kai, to babu ko da kwayar zarra sai Kai..."

"Kamar yadda nan ba da jimawa ba kamar yadda Lallai ilimi na Lallai Gaskiya yana da sprung sama, a can gwangwani zama a'a 'ya'yan itatuwa na abin da ya gabata ayyuka a samu gogewa, saboda rashin gaskiyar jiki, kamar yadda ba za a iya samun mafarki bayan an farka ba."

Manyan malamai ne kawai za su iya ɗaukar Karmar almajirai. Sri Yukteswar ba zai sha wahala a Kashmir ba sai dai idan ya sami izini daga Ruhun da ke cikinsa don ya taimaki almajiransa ta wannan hanyar mai ban mamaki. Waliyai kaɗan ne suka fi karfin hikima don aiwatar da umarnin Allah fiye da Ubangijina da Allah ya shirya.

Yaushe Ni an yi koƙari wani kaɗan kalmomi na tausayi sama nasa ya rame siffa, nawa guru ya ce mai ban sha'awa:

"Yana da kyawawan abubuwan da ke tattare da shi; yanzu ina iya shiga cikin kananan *rigunan ganjis* (kafafun riga) waɗanda ban taɓa sakawa ba tsawon shekaru!"

Ina jin dariyar farin ciki ta Jagora, sai na tuna da kalmomin St. Francis de Sales: "Waliyyi mai baƙin ciki waliyyi ne mai baƙin ciki!"

.....
21-1 : Yana shine wani alama na rashin girmamawa, a cikin Indiya, zuwa hayaki a cikin Lallai

kasancewar na na mutum dattawa kuma manyan mutane. 21-2: Itacen jirgin sama na Gabas..

21-3 : Da yawa Kirista waliyyai, ciki har da Therese Neumann (duba [babi 39](#)), su ne saba tare da Lallai metaphysics canja wuri na cuta.

21-4 : Almasihu ya ce, kawai kafin shi ya kasance jagora nesa zuwa zama giciye: "Mafi tunani kai wancan Ni ba za a iya

ba yanzu yi addu'a zuwa nawa Uba, kuma shi zai a halin yanzu bayar ni Kara fiye da goma sha biyu runduna na mala'iku? Amma yaya to zai Lallai nassosi zama cika, wancan haka dole ne ya zama haka? - *Matta* 26:53-54.

21-5 : Duba surori 26, 43 *bayanin kula* .

BABI: 22

The Zuciya Na A Dutse Hoto

"A matsayina na matar Hindu mai aminci, ba na son yin korafi game da mijina. Amma ina sha'awar ganin ya juya daga ra'ayinsa na son abin duniya. Yana jin dadfin yin ba'a ga hotunan waliyyai a dakin tunani na." Masoyiyata dan'uwa, Ni suna da zurfi bangaskiya wancan kai gwangwani taimako shi. Wasiyya kai?"

Babbar 'yar'uwata Roma ta kalle ni da roko. Ina zuwa gidanta na Calcutta a kan titin Girish Vidyaratna. Rokonta ya taɓa ni, domin ta yi tasiri mai zurfi a kan rayuwata ta farko, kuma ta yi fofarin cike gurbin da ya rage a cikin danginta sakamakon mutuwar Mama.

"Yar'uwata kaunatacciya, ba shakka zan yi duk abin da zan iya." Na yi murmushi, ina sha'awar daga duhun da ke bayyane a fuskarta, sabanin yadda ta saba a cikin nutsuwa da fara'a.

Ni da Roma mun zauna na dan lokaci muna addu'a a hankali don neman jagora. Shekara guda da ta gabata, 'yar'uwata ta roke ni in fara koyar da ita *Kriya Yoga*, inda take samun ci gaba sosai.

Wata wahayi ta kama ni. "Gobe," na ce, "Zan je haikalin Dakshineswar. Don Allah ku zo tare da ni, ku shawo kan mijinki ya raka mu. Ina jin cewa a cikin rawar wannan wuri mai tsarki, Uwar Allah za ta taɓa zuciyarsa. Amma kada ku bayyana abin da muke so ya tafi."

Sister ta yarda da fatan. Da sanyin safiya na yi farin ciki da na sami Roma da mijinta sun kasance a cikin shiri don Lallai tafiya. Kamar yadda namu hackney karusa ya yi rawa tare Sama Hanyar Da'ira zuwa ga Dakshineswar, nawa suruki, Mai gamsarwa Chandra Bose, na nishaɗi kansa ta hanyar yin ba'a ga malaman ruhaniya na baya, na yanzu, da na gaba. Na lura cewa Romawa suna kuka a hankali.



Gane Kai Coci na Duk Addinai, San Diego, California



Ni tsayawa tare da nawa biyu 'Yan'uwa mata, Romawa (a hagu) kuma Nalini



Nawa 'yar'uwa Uma, kamar yadda wani matashi yarinya

"Yar'uwa, ki yi farin ciki!" Na yi rada. "Kada ki bai wa mijinki gamsuwa da cewa muna d'aukar ba'arsa da muhimmanci."

"Mukunda, ta yaya za ka yaba wa humbugs marasa amfani?" Satish yana cewa. "Kallon SADHU abin kyama ne. Ko dai siriri ne kamar kwarangwal, ko kuma mai kiba mara tsarki kamar giwa!"

Na yi ihu da dariya. Kyakkyawan halina ya bata wa Satish rai; ya yi shiru cikin bacin rai. Yayin da motarmu ta shiga filin Dakshineswar, ya yi murmushi cikin zolaya.

"Wannan yawon shakatawa, Ni yi tsammani, shine wani tsari zuwa gyara ni?"

Yayin da na juya ba tare da na amsa ba, sai ya kama hannuna. "Mai girma Mr. Monk," in ji shi, "kar ka manta ka yi shiri mai kyau da hukumomin haikali don samar mana da abincin rana."

"Zan yi bimbini yanzu. Kada ka damu da abincin rana," na amsa da karfi. "Uwar Allah za ta kula da shi."

"Ban amince da Uwar Allah ta yi min komai ba. Amma ina d'aukar ki alhakin abincin da nake ci." Sautin Satish yana barazana.

Ni kadai na ci gaba zuwa zauren da ke gaban babban haikalin Kali, ko kuma Uwar Halitta. Na zaɓi wani wuri mai inuwa kusa da ɗaya daga cikin ginshikai, na shirya jikina a cikin yanayin lotus. Duk da cewa kusan ƙarfe bakwai ne kawai, rana ta safe za ta yi tsauri nan ba da jimawa ba.

Duniya ta ja da baya yayin da na fara sha'awar ibada. Hankalina ya karkata ga Allahn Kali, wanda hotonsa a Dakshineswar ya kasance abin girmamawa na musamman daga babban malamin, Sri. Ramakrishna Paramhansa. A cikin amsa zuwa nasa cikin bakin ciki buƙatu, Lallai dutse hoto na wannan sosai

haikali yana da sau da yawa an d'auka wani rayuwa siffa kuma an yi magana tare da shi.

"Uwa mai shiru da zuciya mai duwatsu," na yi addu'a, "Kin cika da rai bisa ga buƙatar ƙaunatacciyar mai bauta miki Ramakrishna; me yasa ba ki kula da kukan wannan d'anka mai sha'awar ba ?"

Sha'awar da nake da ita ta ƙaru ba tare da iyaka ba, tare da salama ta Allah. Duk da haka, lokacin da awanni biyar suka shude, kuma Allahn da nake tunaninsa a ciki bai amsa komai ba, sai na ji d'an takaici. Wani lokaci jarabawa ce daga Allah don jinkirta cikar addu'o'i. Amma daga ƙarshe yana bayyana ga mai ibada mai nacewa a kowace irin siffa da yake ƙauna. Kirista mai ibada yana ganin Yesu; d'an Hindu yana ganin Krishna, ko Allahn Kali, ko Haske mai faɗaɗa idan bautarsa ta d'auki wani yanayi na rashin son kai.

Da rashin son rai na buɗe idanuna, sai na ga wani firist yana kulle ƙofofin haikalin, bisa ga al'adar tsakar rana. Na tashi daga kujerata da ke a ƙarƙashin falon da aka rufe da rufin gida, na shiga farfajiyar. Kasa ta dutse tana da zafi a ƙarƙashin rana ta tsakar rana; kafafuna marasa komai sun ƙone sosai.

"Uwar Allah," na yi shiru ina rada, "Ba ki zo wurina a cikin wahayi ba, kuma yanzu kin boye a cikin haikali a bayan ƙofofi a rufe. Ina so in yi miki addu'a ta musamman a yau a madadin surukina."

Nan take aka amsa roƙona na ciki. Da farko, wani yanayi mai daɗi na sanyi ya faɗo a bayana da kuma ƙarƙashin kafafuna, yana kawar da duk wani rashin jin daɗi. Sai kuma, abin mamaki, haikalin ya ƙara girma sosai. Babban ƙofarsa ta buɗe a hankali, tana bayyana siffar dutse ta Allah Kali.

A hankali sai ya canza zuwa wani yanayi na rayuwa, yana gyada kai cikin murmushi yana gaishe ni, yana burge ni da farin ciki wanda ba za a iya misaltawa ba. Kamar dai ta hanyar siririn siriri, numfashi ya janye daga huhu na; jikina ya yi tsit sosai, kodayake bai yi aiki ba.

Sai na ji wani irin farin ciki mai girma. Na iya gani a sarari tsawon mil da dama a kan Kogin Ganges a hagu na, da kuma bayan haikalin zuwa dukkan yankunan Dakshineswar. Bangon dukkan gine-gine sun yi haske a sarari; ta cikinsu na ga mutane suna tafiya suna yawo a kan kadada masu nisa.

Duk da cewa ina numfashi kuma jikina yana cikin yanayi mai ban mamaki na shiru, duk da haka na sami damar motsa hannuna da kafafuna cikin 'yanci. Na tsawon mintuna da yawa na gwada rufewa da buɗe idanuna; a kowane yanayi Na ga dukkan yanayin Dakshineswar sosai.

Ganin ruhaniya, kamar x-ray, yana shiga cikin dukkan abubuwa; idon allahntaka yana tsakiya a ko'ina, kewaye babu inda yake. Na sake gane, ina tsaye a farfajiyar

rana, cewa lokacin da mutum ya daina zama dan Allah mai barna, ya nutse cikin duniyar zahiri, hakika mafarki ne, mara tushe kamar kumfa, zai sake gadon mulkinsa na har abada. Idan "tserewa" buƙatu ne na mutum, wanda ke cikin kuncin halinsa, shin akwai wata mafaka da za a iya kwatantawa da daukakar kasancewarsa ko'ina?

A cikin nawa tsarki kwarewa a Dakshineswar, Lallai kawai na musamman- an faɗaɗa abubuwa sun kasance Lallai

Haikali da siffar Allahntaka. Duk sauran abubuwa sun bayyana a cikin girmansa na yau da kullun, kodayake kowannensu yana da ya kasance a rufe a cikin wani Halo na mai laushi fari mai haske, shuɗi, kuma pastel bakan gizo launuka. Nawa jiki ya yi kama zuwa zama na na halitta abu, a shirye zuwa levitate. Cikakken bayani sani na nawa yanayin duniya, ina kallon kaina ina ɗaukar yan mataakai ba tare da na dame ci gaban hangen nesa mai daɗi ba.

A bayan bangon haikalin, kwatsam sai na hango surukina yayin da yake zaune a farkashin rassan itacen *bel mai kaya* . Na iya fahimtar tunaninsa cikin sauƙi. An ɗaga shi kaɗan a farkashin tasirin Dakshineswar mai tsarki, hankalinsa duk da haka yana da tunani mara kyau game da ni. Na juya kai tsaye zuwa ga siffar Allah mai kyau.

"Uwar Allah," na yi addu'a, "ba za ki canza mijin 'yar'uwata a ruhaniya

ba?" Kyakkyawan mutumin, wanda har yanzu shiru ne, ya yi magana a

karshe: "An biya burinki!"

Na kalli Satish cikin farin ciki. Kamar dai yana sane da cewa wani iko na ruhaniya yana aiki, sai ya tashi daga kan kujerarsa a kasa cikin fushi. Na gan shi yana gudu a bayan haikalin; ya matso kusa da ni, yana girgiza hannunsa.

Wahayin da ya mamaye komai ya face. Ban sake ganin Allah mai girma ba; haikali mai tsayi ya ragu zuwa girmansa na yau da kullun, ban da bayyanannensa. Jikina ya sake yin kururuwa a farkashin hasken rana mai karfi. Na yi tsalle zuwa mafakar zauren da aka gina da ginshikai, inda Satish ya bi ni cikin fushi. Na kalli agogona. Karfe ɗaya ne; wahayin allahntaka ya ɗauki awa ɗaya.

"Kai karamin wawa," surukina ya faɗa da karfi, "kana zaune a wurin da kafafuwa da idanuwa masu kyalli na tsawon awanni shida. Na yi ta kallonka. Ina abincina yake? Yanzu an rufe haikalin; ka kasa sanar da hukumomi; mun bar babu abincin rana!"

Dagawar da na ji a gaban Allah har yanzu tana cikin zuciyata. Na yi karfin hali na ce, "Uwar Allah za ta ciyar da mu!"

Satish ya rikice da fushi. "Sau ɗaya kawai," ya yi ihu, "Ina so in ga Uwarka Mai Tsarki tana ba mu abinci a nan ba tare da an riga an shirya ba!"

Nasa kalmomi sun kasance da kyar furta yausha wani haikali firist ketare Lallai tsakar gida kuma an haɗa mu.

"Dana," ya yi mini magana, "Na ga fuskarka tana shefi a hankali a lokacin da nake yin bimbini na awanni. Na ga isowar bikinka da safe, kuma na ji sha'awar ajiye

abinci mai yawa don abincin rana. Bai dace da dokokin haikali ba a ciyar da wafanda ba su yi bukata a baya, amma na yi maka kebewa."

Na gode masa, na kuma kalli idanun Satish kai tsaye. Ya yi jajircewa da motsin rai, yana sauke idanunsa cikin nadama a hankali. Lokacin da aka ba mu abinci mai dadi, gami da mangwaro da ba a lokacin ba, na lura cewa dan'uwan mijina ba shi da sha'awar abinci. Ya rikice, yana zurfafa cikin teku na tunani. A kan hanyar dawowarsa zuwa Calcutta, Satish, cikin taushin fuska,

lokaci-lokaci yana kallona yana roko. Amma bai fadfi ko da kalma d'aya ba bayan lokacin da firist ya bayyana don ya gayyace mu cin abincin rana, kamar dai amsa kai tsaye ga kalubalen Satish.

The masu biyo baya rana Ni an ziyarci nawa 'yar'uwa a ta gida. Ita ce gaisuwa ni cikin fauna. "Dan'uwana," ta yi kuka, "abin al'ajabi ne! Jiya da yamma mijina ya yi kuka a fili a gabana.

"Kaunataccen *devi* ,' **22-1** ya ce, 'Ina farin ciki da cewa wannan shirin gyara na d'an'uwanka ya kawo sauyi. Zan gyara duk wani laifi da na yi maka. Daga yau za mu yi amfani da babban dakin kwananmu kawai a matsayin wurin ibada; karamin dakin tunani naka za a mayar da mu wurin kwanciya. Ina matukar bakin ciki da na yi maka ba'a d'an'uwana. Saboda abin kunya da nake yi, zan hukunta kaina ta hanyar rashin yin magana da Mukunda har sai na ci gaba a tafarkin ruhaniya. Zan nemi Uwar Allah daga yanzu; wata rana dole ne in same ta!

Shekaru bayan haka, na ziyarci surukina a Delhi. Na yi matukar farin ciki da na fahimci cewa ya yi hakan. Ya girma sosai a fahimtar kansa, kuma ya sami albarka daga wahayin Uwar Allah. A lokacin zaman da na yi tare da shi, na lura cewa Satish ya shafe mafi yawan dare a boye yana yin zuzzurfan tunani na Allah, kodayake yana fama da mummunan rashin lafiya, kuma yana yin al'ada da rana a lokacin ofishinsa.

Tunani ya zo mini cewa rayuwar surukina ba za ta yi tsawo ba. Dole Roma ta fahimci abin da ke zuciyata.

"Ya d'an'uwana," in ji ta, "Ina lafiya, kuma mijina yana rashin lafiya. Duk da haka, ina so ka sani cewa, a matsayina na matar Hindu mai biyayya, ni ne zan zama na farko da zai mutu. **22-2** Ba zan dafe ba kafin in mutu."

Na yi mamakin kalamanta masu ban tsoro, amma duk da haka na fahimci gaskiyarsu. Ina Amurka ne lokacin da 'yar'uwata ta mutu, kimanin shekara guda bayan hasashenta. Daga baya karamin d'an'uwana Bishnu ya ba ni cikakkun bayanai.

"Roma da Satish suna Calcutta a lokacin mutuwarta," Bishnu ta gaya mini. "A safiyar yau ta yi ado da kayan amaryarta.

"Me yasa wannan na musamman kaya?' Mai gamsarwa tambaya.

"Wannan ita ce rana ta farshe ta yi maka hidima a duniya," Roma ta amsa. Bayan d'an lokaci kafan sai ta kamu da bugun zuciya. Yayin da danta ke gaggawar neman taimako, ta ce:

"Dana, kada ka bar ni. Ba shi da amfani; zan tafi kafin likita ya iso." Minti goma bayan haka, Roma ta riƙe kafafun mijinta cikin girmamawa, ta bar jikinta da saninta, cikin farin ciki da rashin wahala.

"Satish ya zama sosai keɓancewa bayan nasa na mata mutuwa," Bishnu ya ci gaba.
"Daya daga cikinsu rana shi kuma Ni sun kasance

neman a wani babba murmushi hoto na Romawa.

"Me yasa kake murmushi?' Satish ya yi ihu ba zato ba tsammani, kamar matarsa tana nan. 'Kana tsammanin kana da wayo wajen shirya tafiya a gabana. Zan tabbatar da cewa ba za ka iya nisa da ni ba; nan ba da jimawa ba zan haɗu da kai.'

"Kodayake a wannan lokacin Satish ya warke sarai daga rashin lafiyarsa, kuma yana jin daɗin koshin lafiya, ya mutu ba tare da wani dalili ba jim kaɗan bayan wani baƙon furucinsa kafin ɗaukar hoton."

Ta haka ne aka yi annabcin cewa babbar 'yar'uwata Roma da mijinta Satish sun bar ta a matsayin annabi - wanda ya canza daga mutum na yau da kullun na duniya zuwa wani waliyyi mai shiru a Dakshineswar.

.....
22-1 : Allahiya.

22-2 : The Hindu matar aure ya yi imani shi shine wani alama na ruhaniya ci gaba idan ita mutu kafin ta miji, kamar yadda wani hujja na ta aminci a gare shi, ko kuma "mutuwa a cikin kayan doki."

BABI: 23

Ni Karɓa Nawa Jami'a Digiri

"Kana watsi da ayyukan karatunka a fannin falsafa. Babu shakka kana dogara ne da wani 'fahimta' mara wahala don ya sa ka kammala jarrabawar. Amma sai dai idan ka yi koƙari sosai, zan tabbatar da cewa ba za ka ci wannan kwas ɗin ba."

Farfesa DC Ghoshal na Kwalejin Serampore yana yi min magana da kakkausar murya. Idan na kasa cin jarrabawar aji ta ƙarshe da ya rubuta, ba zan cancanci yin jarrabawar ƙarshe ba. Malaman Jami'ar Calcutta ne suka tsara waɗannan, waɗanda suka haɗa Kwalejin Serampore a cikin rassanta. Dole ne a sake duba ɗalibi a jami'o'in Indiya wanda bai yi nasara a darasi ɗaya ba a gasar AB a shekara mai zuwa.

Malamana a Kwalejin Serampore galibi suna yi mini alheri, ba tare da sun damu da haƙurin da ake yi mini ba. "Mukunda ya ɗan yi maye da addini." A takaice dai, sun kare ni da dabara wajen amsa tambayoyin aji; sun amince da jarrabawar ƙarshe da aka rubuta don cire ni daga jerin 'yan takarar AB. An bayyana hukuncin da abokan

karatuna suka yanke a cikin sunan barkwanci na - "Mahaukacin Monk."

Na ɗauki wani mataki mai kyau don kawar da barazanar da Farfesa Ghoshal ya yi mini na gazawa a falsafa. Lokacin da aka kusa sanar da sakamakon jarabawar karshe a bainar jama'a, na nemi wani abokin ajina ya yi hakan. Ku raka ni zuwa karatun farfesa.

"Zo nan; ina son shaida," na gaya wa abokina. "Zan yi matukar takaici idan ban yi nasarar yin wayo fiye da malamin ba."

Farfesa Ghoshal girgiza nasa kai bayan Ni yana da tambaya me kima shi yana da da aka bayar nawa takarda.

"Ba ka cikin wadanda suka ci jarabawar ba," in ji shi cikin nasara. Ya fara neman babban tarin takardu a kan teburinsa. "Takardar shaidarka ba ta nan kwata-kwata; ko ta yaya, ka gaza, ta hanyar rashin bayyana a jarabawar."

Ni ya yi dariya. "Yallabai, Ni ya kasance a can. Mayu Ni duba ta hanyar Lallai tarin kaina?"

Farfesan, wanda ba shi da wani amfani, ya ba shi izini; Na sami takardar da na rubuta da sauri, inda na cire duk wani alamar shaida a hankali sai dai lambar kiran wayata. Ba tare da gargadin "ja tutar" sunana ba, malamin ya ba da babban kima ga amsoshin na duk da cewa ba a cika su da ambaton littattafai ba. **23-1**

Ganin yadda nake da dabara, sai ya yi ihu, "Sa'a mai kyau!" Ya kara da cewa da fatan, "Tabbas za ka faɗi a wasan karshe na AB."

Don gwaje-gwajen da na yi a sauran fannoni na, na sami wasu horo, musamman daga kaunataccen abokina kuma ɗan uwana, Prabhas Chandra Ghose, **23-2** ɗan Kawuna Sarada. Na yi ta tafiya cikin azaba amma cikin nasara - tare da mafi karancin maki da za a iya samu - ta hanyar duk gwaje-gwajen karshe na.

Yanzu, bayan shekaru huɗu na kwaleji, na cancanci yin jarabawar AB. Duk da haka, ban yi tsammanin zan yi amfani da wannan damar ba. Wasan karshe na Kwalejin Serampore wasan yara ne idan aka kwatanta da na yara masu tsauri wadanda Jami'ar Calcutta za ta shirya don digirin AB. Ziyarar da na kai kusan kowace rana zuwa Sri Yukteswar ta bar ni ɗan lokaci kaɗan don shiga zauren kwaleji. A can ne kasancewara maimakon rashin zuwana ya haifar da fitar da maniyyi daga abokan karatuna!

Aikin da na saba yi shi ne in hau kekeno da misalin karfe tara da rabi na safe. Zan ɗauki kyauta ga malamina - wasu furanni kaɗan daga lambun gidan kwana na *Panthi*. Da yake gaishe ni cikin aminci, Malam zai gayyace ni cin abincin rana. Kullum ina karɓa da hakuri, ina farin cikin korar tunanin kwaleji na yini. Bayan sa'o'i da Sri Yukteswar, ina sauraron hikimarsa mai ban mamaki, ko kuma ina

taimakawa da ayyukan ashram, sai in tafi da tsakar dare don halartar Panthi . Wani lokaci ina kwana tare da malamina, ina cikin farin ciki da tattaunawarsa har ban lura da lokacin da duhu ya canza zuwa wayewar gari ba.

Wata dare da misalin karfe sha ɗaya, yayin da nake saka takalmana **23-3** a shirye-shiryen tafiya zuwa gidan kwanan dalibai, Malam ya yi mini tambayoyi masu matuka.

"Yaushe ne jarabawar AB dinku za ta

fara?" "Kwanaki biyar bayan haka,

yallabai."

"Ni bege kai su ne a cikin shiri don su."

Cikin tashin hankali na ji tsoro, na rike takalma daya a sama. "Yallabai," na yi zanga-zanga, "ka san yadda kwanakina suka shufe tare da kai maimakon tare da farfesoshi. Ta yaya zan iya yin wasan barkwanci ta hanyar halartar wadannan kalubalen karshe?"

Idanun Sri Yukteswar sun juye a kaina da sauri. "Dole ne ka bayyana." Muryarsa ta yi sanyi. "Bai kamata mu ba wa mahaifinka da sauran dangi dalilin sukar fifikonka ga rayuwar ashram ba. Kawai ka yi mini alkawarin cewa za ka kasance a wurin don jarabawar; ka amsa su ta hanyar da ta dace."

Hawaye marasa misaltuwa suna ta zuba a fuskata. Na ji cewa umarnin Jagora bai dace ba, kuma sha'awarsa, a takaice, ta makara.

"Zan bayyana idan kina so," na ce a tsakiyar kuka. "Amma babu lokacin da ya rage don shiri mai kyau." A hankali na yi gunaguni, "Zan cika takardun da koyarwarki don amsa tambayoyin !"

Da na shiga gidan ibada washegari a lokacin da na saba, na gabatar da wani biki na musamman na bakin ciki. Sri Yukteswar ya yi dariya saboda iskata ta.

"Mukunda, shin Ubangiji ya taɓa kasa ka, a jarabawa ko a wani

wuri?" "A'a, yallabai," na amsa da dafi. Tunawa da godiya ta zo a

cikin ambaliyar ruwa mai farfadowa.

"Ba kasala ba ne, amma himma mai karfi ga Allah ta hana ka neman girmamawa a jami'a," in ji malamina cikin ladabi. Bayan shiru, sai ya yi magana, "'Ku fara neman mulkin Allah da adalcinsa; za a kara muku duk wadannan abubuwa." 23-4

A karo na dubu, na ji nauyin da ke kaina a gaban Jagora. Da muka gama cin abincin rana da wuri, sai ya ba ni shawarar in koma *Panthi* .

"Shin abokinka, Romesh Chandra Dutt, har yanzu yana zaune a

gidan kwananka?" "Eh, yallabai."

"Samu a cikin taɓawa tare da shi; Lallai Ubangiji nufin wahayi shi zuwa taimako kai tare da Lallai jarabawa."

"To, yallabai; amma Romesh yana da aiki sosai. Shi ne mutum mai daraja a cikin ajinmu, kuma yana da nauyi fiye da sauran."

Jagora an yi masa sallama a gefe nawa kin amincewa. "Romesh nufin nemo lokaci don kai. Yanzu tafi."

Na koma *Panthi da keke* . Mutum na farko da na haɗu da shi a harabar gidan kwanan dalibai shi ne masanin Romesh. Kamar dai kwanakinsa suna da 'yanci, ya yarda da bukatar da na yi masa.

"Tabbas; Ina yi maka hidima." Ya yi awanni da yawa a wannan rana da kuma kwanaki masu zuwa yana koyar da ni a fannoni daban-daban na rayuwata.

"Ina ganin tambayoyi da yawa a cikin adabin Ingilishi za su ta'allaka ne a kan hanyar Childe Harold," in ji shi. "Dole ne mu sami taswira nan take."

Na yi sauri zuwa gidan Kawuna Sarada na aro taswira. Romesh ta yi wa taswirar Turai alama a wuraren da matafiyin Byron mai kauna ya ziyarta.

A kaɗan abokan aji yana da taru a kusa zuwa saurara zuwa Lallai koyarwa. "Romesh shine ba da shawara "Ka yi kuskure," ɗaya daga cikinsu ya yi min tsokaci a ƙarshen zaman. "Yawanci kashi hamsin ne kawai na tambayoyin game da littattafan; sauran rabin zai shafi rayuwar marubutan."

Lokacin da na zauna don jarrabawar adabin Turanci washegari, kallon farko da na yi wa tambayoyin ya sa hawayen godiya suka zubo, yana jika takardara. Na'urar lura da aji ta zo teburina ta yi tambaya mai tausayi.

"Gwanina ya annabta cewa Romesh zai taimake ni," na yi bayani. "Duba; tambayoyin da Romesh ya yi mini suna nan a takardar jarrabawa! Abin farin ciki a gare ni, akwai kaɗan kaɗan. tambayoyi a wannan shekarar kan marubutan Ingilishi, waɗanda rayuwarsu ta kunsu cikin sirri mai zurfi a gare ni !

Gidan kwana na ya shiga cikin hayaniya lokacin da na dawo. Yaran da suka yi mini ba'a Hanyar koyarwa ta Romesh ta kalle ni cikin mamaki, kusan ta sa ni jin kunyar taya murna. A makon jarrabawar, na yi awanni da yawa tare da Romesh, wanda ya tsara tambayoyin da yake ganin farfesoshi za su iya yi. Kowace rana, tambayoyin Romesh suna bayyana a kusan iri ɗaya a kan takardun jarrabawar.

Labarin ya yaɗu sosai a kwalejin cewa wani abu mai kama da mu'ujiza yana faruwa, kuma nasarar ta yi kama da ta "Mahaukacin Monk" wanda ba ya cikin hayyacinsa. Ban yi ƙoƙarin ɓoye gaskiyar lamarin ba. Farfesoshin yankin ba su da ikon canza tambayoyin, waɗanda Jami'ar Calcutta ta shirya.

Tunanin jarrabawar da aka yi a adabin Turanci, sai na fahimci cewa na yi babban kuskure. An raba wani sashe na tambayoyin zuwa sassa biyu na A ko B, da kuma C ko D. Maimakon amsa tambaya ɗaya daga kowane sashe, na amsa tambayoyin biyu a Rukunin I ba tare da kulawa ba, kuma na kasa la'akari da komai a Rukunin II. Mafi kyawun maki da zan iya samu a hakan. Takardar za ta zama 33, uku ƙasa da maki 36 da ya wuce. Na yi sauri na nufi wurin Malam na faɗa masa matsalolina.

"Yallaɓai, na yi kuskure mara laifi. Ban cancanci albarkar Allah ta hanyar Romesh ba; Ban cancanci komai ba."

"Ka yi farin ciki, Mukunda." Sautin Sri Yukteswar bai damu ba. Ya nuna sararin samaniya mai launin shuɗi. "Ya fi yiwuwa ga rana da wata su canza matsayinsu a sararin samaniya fiye da yadda za ka kasa samun digirinka!"

Na bar gidan ibada cikin yanayi mai natsuwa, kodayake kamar ba za a iya tunanin hakan ba a lissafi. Na iya wucewa. Na kalli sama sau ɗaya ko biyu cikin tsoro; Ubangijin Rana ya bayyana yana tsaye a kan hanyarsa ta yau da kullun!

Da na isa *Panthi*, sai na ji wani abokin karatuna yana cewa: "Na ji cewa a wannan shekarar, a karon farko, an rage makin da ake bukata a fannin adabin Turanci."

Ni shiga Lallai na yaro ɗaki tare da irin wannan gudu wancan shi duba sama a cikin kararrawa. Ni an yi tambaya shi da himma.

"Mai dogon gashi," ya ce da dariya, "me yasa wannan sha'awar kwatsam ga al'amuran ilimi? Me yasa kuka a sa'a ta sha ɗaya? Amma gaskiya ne cewa an rage maki zuwa maki 33."

Wasu tsalle-tsalle masu daɗi sun kai ni ɗakina, inda na durkusa na yaba da cikakkiyar ilimin lissafi na Ubana Mai Iko.

Kowace rana ina jin daɗin sanin kasancewar ruhaniya wadda a bayyane take cewa tana jagorantar ni ta hanyar Romesh. Wani babban lamari ya faru dangane da jarabawar da ake yi a yaren Bengali. Romesh, wacce ba ta taɓa yin wani abu a kan wannan batu ba, ta kira ni wata safiya yayin da nake barin gidan kula da tsofaffi a kan hanyar zuwa ɗakin jarabawa.

"Ga Romesh tana ihu a gare ka," wani abokin ajina ya ce mini cikin rashin hakuri. "Kada ka dawo; za mu makara a zauren."

Yin watsi da Lallai shawara, Ni gudu baya zuwa Lallai gida.

Romesh ya gaya mini cewa, "Yaran Bengali galibi suna cin jarabawar Bengali cikin sauki." "Amma na yi tunanin cewa a wannan shekarar farfesoshi sun yi shirin kashe ɗaliban ta hanyar yin tambayoyi daga tsoffin littattafanmu." Sai abokina ya yi ɗan bayani game da labarai biyu daga rayuwar Vidyasagar, wani sanannen mai taimakon jama'a.

Na gode wa Romesh kuma na yi sauri na hau keke zuwa zauren kwalejin. Takardar jarabawar da aka rubuta a harshen Bengali ta kunshi sassa biyu. Umarnin farko shine: "Rubuta misalai biyu na ayyukan agaji na Vidyasagar." Yayin da na koma ga jaridar labarin da na samu kwanan nan, na yi wa 'yan kalmomi na godiya cewa na saurari kiran Romesh na karshe. Da a ce ban san alherin da Vidyasagar ya yi wa

ɗan adam ba (har da ni kaina), da ban ci jarrabawar Bengali ba. Idan na gaza a wani fanni, da an tilasta mini sake yin jarrabawa a duk fannoni a shekara mai zuwa. Irin wannan damar abin kyama ne.

Umarni na biyu da ke kan takardar ya ce: "Rubuta makala a cikin harshen Bengali game da rayuwar mutumin da ya fi ba ka kwarin gwiwa." Mai karatu mai tausayi, ba sai na sanar da kai mutumin da na zaɓa don jigon da nake so ba. Kamar yadda Na yi rubutu a shafi bayan shafi da yabon malamina, na yi murmushi na fahimci cewa hasashena na gunaguni yana cika: "Zan cika takardun da koyarwarka!"

Ban ji daɗin tambayar Romesh game da kwas dina a fannin falsafa ba. Ganin cewa na yi imani da dogon horon da na yi a karkashin Sri Yukteswar, na yi watsi da bayanin littafin. Mafi girman maki da aka ba wa kowace takardata ita ce ta falsafa. Makina a duk sauran fannoni bai kai matsayin da na ci ba.

Yana shine wani jin daɗi zuwa rikodin wancan nawa rashin son kai aboki Roma an karɓa nasa nasa digiri *cum godiya* .

Mahaifina ya yi murmushi a lokacin kammala karatuna. "Ban yi tsammanin za ka wuce ba, Mukunda," ya amsa da cewa. "Kana ɓata lokaci mai yawa tare da malaminka." Hakika, Malam ya gano sukar da mahaifina ya yi masa ba tare da ya faɗi ba.

Tsawon shekaru ina da shakku cewa zan ga ranar da AB zai biyo bayan sunana. Ba kasafai nake amfani da taken ba tare da nuna cewa baiwa ce ta Allah, wadda aka ba ni saboda wasu dalilai marasa ma'ana. A wasu lokutan nakan ji ɗaliban jami'a suna cewa kaɗan ne daga cikin iliminsu da ya rage musu bayan kammala karatunsu. Wannan shiga jami'a yana kwantar min da hankali game da karancin ilimi da na samu.

A ranar da na sami digiri na daga Jami'ar Calcutta, na durkusa a gaban malamina na gode masa saboda dukkan albarkar da ke kwarara daga rayuwarsa zuwa tawa.

"Tashi, Mukunda," ya ce cikin fara'a. "Ubangiji ya ga ya fi dacewa ya sa ka yi. wanda ya kammala karatun digiri fiye da sake tsara rana da wata!

.....
23-1 : Ni dole ne yi Farfesa Ghoshal Lallai adalci na amincewa wancan Lallai gajiya dangantaka tsakanin mu ya kasance ba an biya zuwa duk wani laifi na nasa, amma kawai zuwa nawa rashin zuwa daga azuzuwan kuma rashin kulawa a cikin su. Farfesa Ghoshal ya kasance, kuma shine, wani mai ba da jawabi mai ban mamaki tare da ilimin falsafa mai yawa. A cikin shekarun baya mun fahimci juna sosai.

23-2 : Duk da cewa nawa ɗan'uwana kuma Ni suna da Lallai iri ɗaya iyali suna na Ghosh, Prabhas yana da saba kansa zuwa na fassara sunansa da Turanci zuwa Ghose; don haka ina bin rubutunsa a nan.

23-3 : A almajiri koyaushe yana kawar da nasa takalma a cikin

wani 'Yan Indiya wurin bauta. 23-4: *Matiyu* 6:33.

Ni Zama A Sufaye Na The Swami Oda

"Malam, mahaifina yana sha'awar in karɓi mukamin shugabanni a Kamfanin Layin Dogon Bengal-Nagpur. Amma tabbas na ki." Na kara da fatan cewa, "Yallabai, ba za ka naɗa ni sufi na Kungiyar Swami ba?" Na kalli malamina ina rokonsa. A shekarun da suka gabata, domin ya gwada zurfin kudurina, ya ki wannan bukar. Amma a yau, ya yi murmushi mai daɗi.

"To, gobe zan fara da ku cikin ninkaya." Ya ci gaba da shiru, "Ina farin ciki da kin dage a kan sha'awarki ta zama sufi. Lahiri Mahasaya sau da yawa yana cewa: 'Idan ba ki gayyaci Allah ya zama Baƙon ku na bazara ba, ba zai zo a lokacin hunturu na rayuwarki ba.'"

"Ya shugabana, ba zan iya yin kasa a gwiwa ba wajen cimma burina na kasancewa cikin Kungiyar Swami kamar yadda kake girmamawa." Na yi masa murmushi da ƙauna mara misaltuwa.

"Wanda ba shi da aure yana damuwa da abubuwan da ke na Ubangiji, yadda zai faranta wa Ubangiji rai: amma wanda ya yi aure yana damuwa da abubuwan duniya, yadda zai faranta wa matarsa rai." **24-1** Na yi nazari kan rayuwar abokaina da yawa waɗanda, bayan sun fuskanci wani horo na ruhaniya, suka yi aure. Sun fara shiga cikin teku na nauyin duniya, sun manta da kudurinsu na yin bimbini sosai.

A gare ni, ba zan iya tunanin Allah a matsayin wani wuri na biyu a rayuwa ba. Duk da cewa shi kaɗai ne Mamallakin sararin samaniya, yana ba mu kyaututtuka daga rayuwa zuwa rayuwa a hankali, abu ɗaya da ya rage wanda ba shi da shi, kuma wanda kowace zuciyar ɗan adam ke da ikon rikewa ko ba da ƙaunar mutum. Mahalicci, wajen ɗaukar wahala mara iyaka don ɓoye asirin kasancewarsa a cikin kowace ƙwayar halitta, da ya kasance yana da dalili ɗaya kawai - sha'awa mai mahimmanci cewa mutane suna nemansa ta hanyar 'yancin zaɓi kawai. Da irin safar hannu mai laushi na kowace tawali'u Bai rufe hannun ƙarfe na iko duka ba!

Washegari rana ce da ta fi tunawa a rayuwata. Ina tuna ranar Alhamis mai rana, a watan Yuli, 1914, 'yan makonni bayan kammala karatuna daga jami'a. A baranda ta ciki A lokacin da yake aiki a gidan Sarampore, Jagora ya tsoma wani sabon farin siliki a cikin rini na ocher, launin gargajiya na Swami Order. Bayan ya bushe, malamina ya lulluɓe ni a matsayin rigar wanda ya yi watsi da ni.

"Wata rana za ku je Yamma, inda ake fifita siliki," in ji shi. "A matsayin alama, na zaɓe muku wannan kayan siliki maimakon audugar da aka saba amfani da ita."

A Indiya, inda sufaye suka rungumi akidar talauci, wani abin mamaki ne a yi amfani da swami mai sanye da siliki. Duk da haka, yawancin masu yoga suna sanya tufafin siliki, wanda ke kiyaye wasu kananan kwararar ruwa a jiki fiye da auduga.

"Ni am kiyayya zuwa bukukuwan," Sri Yukteswar ya lura. "Ni nufin yi kai wani swami a cikin Lallai *bidwat*

(ba bikin ba) hanyar.

Bibidisa ko kuma fara yin iyo mai zurfi ya haɗa da bikin wuta, wanda a lokacin ake yin bukukuwan jana'iza ta alama. Ana nuna jikin almajirin a matsayin matacce, an kona shi a cikin harshen hikima. Sai aka ba wa sabon swami ɗin da aka yi wa waƙa, kamar: "Wannan *atma* ita ce Brahma" **24-2** ko kuma "Kai ne Wannan" ko "Ni ne Shi." Duk da haka, Sri Yukteswar, saboda sonsa na sauƙi, ya fi duk wani al'ada na yau da kullun kuma kawai ya roke ni in zaɓi sabon suna.

"Ni nufin bayar kai Lallai gata na zaɓa shi kanka," shi ya ce, murmushi.

"Yogananda," na amsa, bayan na ɗan yi tunani. Sunan a zahiri yana nufin "Ni'ima (*ananda*) ta hanyar haɗin allahntaka (*yoga*)."

"Ya zama haka. Idan ka bar sunan danginka na Mukunda Lal Ghosh, daga yanzu za a kira ka Yogananda na reshen Giri na Daular Swami."

Yayin da na durkusa a gaban Sri Yukteswar, kuma a karon farko na ji yana furta sabon sunana, zuciyata ta cika da godiya. Yadda ya yi aiki cikin fauna da rashin gajiya, har yaron Mukunda ya zama malamin addini Yogananda wata rana! Na rera waƙoƙi kaɗan daga cikin doguwar waƙar Sanskrit ta Ubangiji Shankara:

"Zuciya, ba hankali, ko girman kai, ji;
Sama ba ƙasa ba, ko ƙarfe ba ni ba ne."
Ni ne Shi, Ni ne Shi, Ruhu Mai Tsarki, Ni
ne Shi! Ba ni da haihuwa, ba ni da mutuwa,
ba ni da ƙabila; Uba, uwa, ba ni da ko
ɗaya.
Ni ne Shi, Ni ne Shi, Ruhu Mai Tsarki, Ni ne
Shi! Bayan tafiyar kyawawan abubuwa, ni ne
marar tsari, Ina ratsa dukkan gaɓoɓin rayuwa;
Bauta Ba na jin tsoro; Ni 'yanci ne,
koyaushe ina da 'yanci, Ni ne Shi, Ni ne
Shi, Ruhu Mai Albarka, Ni ne Shi!"

Kowace swami tana cikin tsohuwar tsarin sufanci wanda Shankara ya tsara a halin yanzu. **24-3** Domin tsari ne na yau da kullun, tare da layin wakilai tsarkaka da ba a raba su ba waɗanda ke aiki a matsayin shugabanni masu aiki, babu wani mutum da zai iya ba wa kansa lakabin swami. Ya karɓe shi daidai daga wani swami kawai; don haka duk sufaye suna bin zuriyarsu ta ruhaniya zuwa ga wani malamin addini na gama gari, Ubangiji Shankara. Ta hanyar alƙawarin talauci, tsarki, da biyayya ga

malamin ruhaniya, yawancin rukunan sufaye na Katolika suna kama da Order of Swamis.

Baya ga sabon sunansa, wanda yawanci ke karewa da *ananda* , swami yana daukar lakabi wanda ke nuna alakarsa ta asali da daya daga cikin sassa goma na Daular Swami. Wadannan *dasanamis* ko

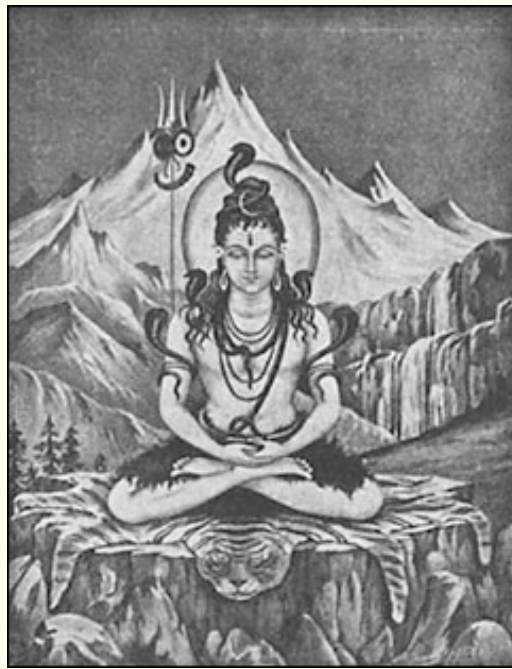
Agnomen guda goma sun haɗa da *Giri* (dutse), wanda Sri Yukteswar, don haka ni ma nawa ne, suka fito. Daga cikin sauran rassan akwai *Sagar* (teku), *Bharati* (ƙasa), *Aranya* (daji), *Puri* (yanki), *Tirtha* (wurin aikin hajji), da *Saraswati* (hikimar yanayi).

Sabon sunan da swami ta karɓa yana da ma'ana biyu, kuma yana wakiltar samun babban ni'ima (*ananda*) ta hanyar wani hali na allahntaka ko kuma yanayin ƙasa - ƙauna, hikima, ibada, hidima, yoga - da kuma ta hanyar jituwa da yanayi, kamar yadda aka bayyana a cikin faɗin tekuna, duwatsu, da sararin sama marasa iyaka.

Manufar yin hidima ga dukkan bil'adama ba tare da son kai ba, da kuma watsi da alaƙar da ke tsakanin mutane da buri, tana sa yawancin masu ruwa da tsaki su shiga cikin ayyukan jin kai da ilimi a Indiya, ko kuma a wasu lokutan a ƙasashen waje. Yin watsi da duk wani son zuciya na ƙabila, akida, matsayi, launi, jinsi, ko launin fata, mai ruwa da tsaki yana bin ƙa'idodin 'yan'uwantaka ta ɗan adam. Manufarsa ita ce cikakken haɗin kai da Ruhu. Yana sanya saninsa na farkawa da barci da tunanin, "Ni ne Shi," yana yawo cikin gamsuwa, a cikin duniya amma ba nasa ba. Don haka ne kawai zai iya tabbatar da laƙabinsa na mai ruwa da tsaki - wanda ke neman cimma haɗin kai. tare da *Swa* ko *Kai*. Ba lallai ba ne a ƙara da cewa ba duk swamis da aka yiwa laƙabi da suna ba ne suka yi nasara iri ɗaya wajen cimma babban burinsu.

Sri Yukteswar swami ne kuma yogi ne. Swami, wanda a hukumance ya zama sufi saboda alaƙarsa da tsohuwar al'ada, ba koyaushe yake zama yogi ba. Duk wanda ke yin amfani da dabarar kimiyya ta Allah - hulɗa da Allah yogi ne; yana iya zama ko dai mai aure ko mara aure, ko dai mutum na duniya ko kuma ɗaya daga cikin alaƙar addini. Swami zai iya bin hanyar tunani mara kyau, ta sanyi. ƙin yarda; amma yogi yana shiga cikin wani tsari mai tsari, mataki-mataki wanda ake horar da jiki da tunani, kuma a 'yantar da rai. Ba tare da la'akari da komai ba bisa ga motsin rai, ko ta hanyar imani, yogi yana yin jerin motsa jiki da aka gwada sosai waɗanda farkon rishis suka tsara. Yoga ya samar, a kowane zamani na Indiya, maza waɗanda suka zama 'yantattu, da gaske Yogi-Christ.

Kamar kowace kimiyya, yoga tana aiki ga mutane na kowane yanayi da lokaci. Ka'idar da wasu marubuta marasa ilimi suka gabatar cewa yoga "bai dace da mutanen Yamma ba" ƙarya ce gaba ɗaya, kuma ta hana ɗalibai masu gaskiya da yawa neman albarkarta iri-iri. Yoga hanya ce ta hana ruɗani na halitta, wanda in ba haka ba yana hana shi ba tare da nuna son kai ba. dukkan mutane, daga dukkan ƙasashe, daga hango ainihin yanayinsu na Ruhu. Yoga ba zai iya sanin wani shinge na ba Gabas da Yamma ba su da wani tasiri fiye da hasken rana mai warkarwa da daidaito. Muddin mutum yana da tunani mai cike da tunaninsa mara natsuwa, to za a daɗe ana buƙatar yoga ko iko a duniya.



"by B. K. Mitra a cikin "Kalyana- Kalpatur-

ABINCI Ubangiji IN NUNA ASPECT AS SHIVA

Ba mutum na tarihi kamar Krishna ba, Shiva sunan da aka bai wa Allah ne a bangaren karshe na yanayinsa mai kama da Krishna (Mai Rushewa-Mai Kare-Mai Rushewa). Shiva, Mai Kashe *Maya* ko ruɗi, an wakilta shi a alamance a cikin nassosi a matsayin Ubangijin Masu Rushewa, Sarkin Yogis. A cikin fasahar Hindu koyaushe ana nuna shi da sabon wata a cikin gashinsa, kuma yana sanye da kawanin macizai masu rufe fuska, tsohuwar alama ta mugunta da cikakkiyar hikima. Idon "ɗaya" na ilimin komai a buɗe yake a goshinsa.

Tsohon rishi Patanjali ya fassara "yoga" a matsayin "ikon sarrafa sauyi na tunani."

24-4 Gajerun bayanai da ya yi, *Yoga Sutras*, sun zama ɗaya daga cikin tsarin falsafar Hindu guda shida. **24-5** Sabanin falsafar Yamma, dukkan tsarin Hindu guda shida ba wai kawai sun kunshi koyarwar nazari ba ne, har ma da koyarwar aiki. Baya ga kowace tambaya ta ilimin halittar jiki, tsarin shida sun tsara fannoni shida na musamman da nufin kawar da wahala da kuma ci gaba da wanzuwa. cimma nasarar jin daɗi marar iyaka.

Abin da aka fi sani da shi game da dukkan tsarin guda shida shi ne shelar cewa babu 'yanci na gaske ga ɗan adam da zai yiwu ba tare da sanin ainihin gaskiya ba. *Upanishads na baya-bayan nan* suna goyon bayan *Yoga Sutras*, daga cikin tsarin guda shida, a matsayin waɗanda suka kunshi hanyoyin da suka fi tasiri don cimma fahimtar gaskiya kai tsaye. Ta hanyar dabarun yoga na aiki, mutum yana barin sararin hasashe mara amfani har abada kuma yana fahimtar ainihin ainihin a cikin gogewa.

Tsarin *Yoga* kamar yadda Patanjali ya bayyana ana kiransa da Hanya Mai Nisa Takwas. Matakai na farko, (1) *yama* da (2) *niyama* , suna buƙatar bin ka'idodi goma marasa kyau da masu kyau - guje wa cutar da wasu, rashin gaskiya, sata, rashin kwanciyar hankali, karɓar kyauta (wanda ke kawo wajibai); da tsarkin jiki da tunani, gamsuwa, horon kai, karatu, da kuma sadaukarwa ga Allah.

Matakai na gaba sune (3) *asana* (tsayin dama); dole ne a riƙe ginshiƙin kashin baya a miƙe, kuma jiki ya taurare a wuri mai daɗi don yin bimbini; (4) *pranayama* (sarrafa *prana* , rakuman ruwa masu zurfi); da kuma (5) *pratyahara* (cire gabobi daga abubuwan waje).

Matakai na ƙarshe sune nau'ikan yoga masu dacewa: (6) *dharana* (mayar da hankali); riƙe hankali ga tunani ɗaya; (7) *dhyana* (tunani), da (8) *samadhi* (fahimtar hankali). Wannan ita ce Hanya Takwas ta Yoga **24-6** wanda ke kai mutum zuwa ga burin ƙarshe na *Kaivalya* (Cikakken Zama), kalmar da za a iya fahimta a matsayin "gane Gaskiya fiye da duk wani tunanin tunani."

"Wanne ya fi girma," in ji mutum, "swami ko yogi?" Idan kuma aka cimma haɗin kai na ƙarshe da Allah, bambance-bambancen hanyoyi daban-daban za su face. Duk da haka, *Bhagavad Gita* ya nuna cewa hanyoyin yoga suna da matuƙar amfani. Dabarunsa ba wai kawai an yi su ne don wasu nau'ikan da halaye ba, kamar waɗancan 'yan tsirarun da suka karkata zuwa ga rayuwar sufaye; yoga ba ya buƙatar amincewa ta hukuma. Saboda ilimin yogic ya biya buƙata ta duniya, yana da amfani na halitta na duniya.

Mutumin yoga na gaskiya zai iya ci gaba da kasancewa cikin aminci a duniya; ga shi nan kamar man shanu a kan ruwa, kuma ba kamar madarar da aka narkar da ita cikin sauki ta ɗan adam mara ƙazanta da rashin tarbiyya ba. Lallai cika nauyin da ke kansa a duniya ita ce hanya mafi girma, muddin mai yoga, wanda ke riƙe da sha'awar girman kai, ya taka rawarsa a matsayin kayan aikin Allah da yake so.

Akwai mutane da yawa masu girma, waɗanda ke zaune a cikin jikin Amurka ko Turai ko wasu waɗanda ba Hindu ba a yau waɗanda, kodayake ba su taɓa jin kalmomin *yogi* da *swami* ba , duk da haka su ne ainihin misalai na waɗannan kalmomin. Ta hanyar hidimarsu ga ɗan adam ba tare da sha'awa ba, ko ta hanyar ikonsu akan sha'awa da tunani, ko ta hanyar ƙaunarsu ga Allah ɗaya tilo, ko ta hanyar manyan ƙarfinsu na tattara hankali, a wata ma'ana, su yogis ne; sun kafa wa kansu burin yoga-kai- iko. Waɗannan mutanen za su iya kaiwa ga matsayi mafi girma idan aka koya musu kimiyya ta musamman ta yoga, wadda ke ba da damar fahimtar tunanin mutum da rayuwarsa.

Wasu marubutan Yamma sun yi kuskuren fahimtar Yoga ba tare da sun fahimci ta ba, amma masu sukarta ba su taɓa fahimtarta ba. nasa masu aiki. Daga cikin da yawa mai tunani girmamawa zuwa yoga watan Mayu zama an ambata ɗaya ta hanyar Dr. C.

G. Jung, Lallai shahara Switzerland masanin ilimin halayyar ɗan adam.

"Idan wata hanyar addini ta gabatar da kanta a matsayin 'kimiyya,' za ta iya tabbatar da cewa jama'a suna tare da ita a Yamma. Yoga tana cika wannan tsammanin," in ji Dr. Jung. **24-7** "Baya ga kyawun sabon abu, da kuma sha'awar waɗanda ba a fahimta sosai ba, akwai kyakkyawan dalili ga Yoga ta sami mabiya da

yawa." Yana bayar da damar samun kwarewa mai sarrafawa, don haka yana biyan buƙatar kimiyya ta 'gaskiya', kuma baya ga wannan, saboda faɗinta da zurfinta, shekarunta masu daraja, koyarwarta da hanyarta, waɗanda suka haɗa da kowane mataki na rayuwa, tana alkawarin yiwuwar da ba a taɓa mafarkin ta ba.

"Kowane aikin addini ko falsafa yana nufin ilimin halayyar ɗan adam, wato, hanyar tsaftace hankali. Tsarin jiki iri-iri na Yoga **24-8** kuma yana nufin tsaftar jiki wadda ta fi motsa jiki na yau da kullun da motsa jiki na numfashi kyau, domin ba wai kawai ta hanyar injiniya da kimiyya ba ce, har ma ta falsafa; a cikin horar da sassan jiki, yana da

haɗa kai su tare da Lallai duka na Lallai ruhi, kamar yadda shine sosai bayyananne, don misali, a cikin Lallai *Pranayama*

darussan motsa jiki ina *Prana* shine duka biyun Lallai numfashi kuma Lallai na duniya baki ɗaya yanayin aiki na Lallai sararin samaniya.

"Lokacin da abin da mutum yake yi shi ma wani abu ne na sararin samaniya, tasirin da ake samu a jiki (cikin ciki), yana haɗuwa da motsin rai na ruhu (ra'ayin duniya baki ɗaya), kuma daga ciki akwai haɗin kai mai rai wanda babu wata dabara, komai kimiyya, ba za ta iya haifarwa ba. Aikin Yoga ba za a iya tunaninsa ba, kuma ba zai yi tasiri ba, ba tare da ra'ayoyin da Yoga ta dogara da su ba. Yana haɗa jiki da ruhaniya da juna ta hanya mai matuƙar cikakkiya."

"A Gabas, inda waɗannan ra'ayoyi da ayyuka suka bunkasa, kuma inda ga dubban mutane suka rayu," in ji shi. Shekaru da dama al'adar da ba ta karye ba ta samar da tushen ruhaniya da ake bukata, Yoga, kamar yadda na yi imani da ita cikin sauƙi, ita ce hanya mafi kyau kuma mai dacewa ta haɗa jiki da tunani wuri ɗaya don su samar da haɗin kai wanda ba za a iya tambaya ba. Wannan haɗin kai yana haifar da yanayin tunani wanda ke samar da damar fahimta da ta wuce sani.

Hakika ranar Yamma tana gabatowa lokacin da za a sami ilimin ciki na kame kai kamar yadda ake bukata kamar cin nasarar waje na yanayi. Wannan sabon Zamanin Atom zai ga tunanin mutane ya nutse kuma ya faɗaɗa ta hanyar gaskiyar da ba za a iya musantawa ba a yanzu a kimiyya cewa abu a zahiri tarin kuzari ne. Karfin tunanin ɗan adam zai iya kuma dole ne ya 'yantar da kuzarin da ya fi na cikin duwatsu da karfe, don kada babban atom ɗin da aka saki, ya juya wa duniya baya cikin halaka mara tunani. **24-9**

24-1 : Ni *Korintiyawa* 7:32-33 .

24-2 : A zahiri, "Wannan rai shine Ruhu. The Kololuwa Ruhu, Lallai Ba a halicce shi ba, shine gaba ɗaya ba tare da sharaɗi ba (*babu komai, neti* ba wannan, ba haka ba) amma sau da yawa ana kiransa a cikin *Vedanta* da *Sat-Chit-Ananda* , wato, Being-Intelligence-Bliss.

24-3 : Wani lokaci ana kiransa Shankaracharya. *Acharya* yana nufin "malamin addini." Ranar Shankara cibiyar karatu ce ta yau da kullun. jayayya. A kaɗan bayanan nuna wancan Lallai mara misali monist ya rayu daga 510 zuwa 478 BC; Yamma masana tarihi A sanya shi a karshen karni na takwas AD. Masu karatu waɗanda ke da sha'awar sanannen bayanin Shankara na *Brahma Sutras* za su sami fassarar Turanci mai kyau a cikin *Tsarin Vedanta na Dr. Paul Deussen* (Chicago: Kamfanin Bugawa na Open Court, 1912). Gajere tsantsa daga nasa rubuce-rubuce nufin zama an samo a cikin *An zaɓa Ayyuka Na Sri Shankaracharya* (Natesan & Kamfanin, Madras).

24-4 : "*Chitta vritti nirodha*"-*Yoga Sutra* 1:2. Patanjali's kwanan wata shine ba a sani ba, duk da haka wani lamba na malamai wuri shi a cikin na biyu karni BC The rishis bayar gaba rubuce-rubuce a kunne duk batutuwa tare da irin wannan fahimta wancan shekaru suna da kasance babu karfi don fita daga yanayin su; duk da haka, zuwa Lallai na gaba firgici na masana tarihi, Lallai masu hikima yi a'a koƙari zuwa haɗa nasu nasa kwanakin da mutane zuwa nasu adabi aiki. Su ya san nasu rayuwa sun kasance kawai na ɗan lokaci muhimmanci kamar yadda walƙiya na Lallai Babban Rai mara iyaka; kuma wannan gaskiya ba ta dawwama, ba za a iya yin alamar kasuwanci ba, kuma ba ta da mallakar kansu.

24-5 : The shida al'ada tsarin (*saddarsana*) su ne *Sankhya, Yoga, Vedanta, Mimamsa, Nyaya*, kuma *Vaisesika* . Masu karatu na wani masanin ilimi lankwasa nufin farin ciki a cikin Lallai Kananan abubuwa kuma faɗi ikon yin aiki na

waɗannan na da dabarun kamar yadda takaitacce, a cikin Turanci, a cikin *Tarihin Falsafar Indiya* , Juzu'i na 1, na Farfesa Surendranath DasGupta (Cambridge University Press, 1922).

24-6 : Ba zuwa zama ruɗewa tare da Lallai "Mai daraja Sau Takwas Hanya" na addinin Buddha, wani jagora zuwa na mutum ɗabi'a na rayuwa, kamar yadda masu bi (1) Dama Manufofi, (2) Dama Muradi, (3) Dama Jawabi, (4) Dama Aiki, (5) Dama Hanya na Rayuwa, (6) Dama Kokari, (7) Tunawa da Dama (na Kai), (8) Fahimtar Dama (*samadhi*).

24-7 : Dr. Jung halarta Lallai 'Yan Indiya Kimiyya Majalisa a cikin 1937 kuma an karɓa wani girmamawa digiri daga Lallai Jami'a na Calcutta.

24-8 : Dr. Jung shine nan yana nufin zuwa *Hatha Yoga* , wani kwarewa ta musamman reshe na jiki matsayi kuma dabarun don lafiya kuma

tsawon rai. *Hatha* shine mai amfani, kuma yana samar da abin mamaki jiki sakamako, amma wannan reshe na yoga .shine karami an yi amfani da shi ta hanyar yogis mai himma ga 'yanci na ruhaniya

24-9 *Timaeus* na Plato na Atlantis, ya ba da labarin ci gaban ilimin kimiyya na mazauna. Ana kyautata zaton nahiyar da ta bace ta bace kusan shekara 9500 kafin haihuwar Annabi Isa ta hanyar wani bala'i na yanayi; duk da haka, wasu marubutan metaphysics, jiha wancan Lallai 'Yan Atlante sun kasance an lalata kamar yadda wani sakamako na nasu rashin amfani na atom iko. Biyu Faransanci marubuta kwanan nan sun tattara *Littafin Tarihi na Atlantis*, suna lissafa sama da nassoshi 1700 na tarihi da sauran bayanai.

BABI: 25

Dan'uwa Ananta Kuma 'Yar'uwa Nalini

"Ananta ba za a iya ba rayuwa; Lallai yashi na nasa karma don wannan rayuwa suna da gudu fita."

Wadannan kalmomi marasa misaltuwa sun isa cikin zuciyata yayin da na zauna wata safiya ina tunani mai zurfi. Ba da dadewa ba bayan na shiga kungiyar Swami, na ziyarci wurin haihuwata, Gorakhpur, a matsayin bakon babban ɗan'uwana Ananta. Rashin lafiya kwatsam ya hana shi kwanciya a kan gadonsa; na shayar da shi da kauna.

Wannan furuci na cikin zuciyata ya cika ni da bakin ciki. Na ji kamar ba zan iya jure zama a Gorakhpur ba, sai kawai na ga an cire ɗan'uwana a gaban idona mara taimako. A tsakiyar sukar da 'yan uwana suka yi mini, na bar Indiya a cikin jirgin ruwa na farko da ake da shi. Ya yi tafiya a kan Burma da Tekun China zuwa Japan. Na sauka a Kobe, inda na yi kwanaki kafan kawai. Zuciyata ta yi nauyi sosai don yawon buɗe ido.

A tafiyar dawowar jirgin zuwa Indiya, jirgin ya isa Shanghai. A can ne Dr. Misra, likitan jirgin ya jagorance ni zuwa shagunan kayan tarihi da dama, inda na zaɓi kyaututtuka daban-daban ga Sri Yukteswar da iyalina da abokaina. Ga Ananta na sayi wani babban yanki na bamboo da aka sassaka. Da zarar mai sayar da kayan kasar Sin ya ba ni kyautar bamboo, sai na jefar da shi a kasa, ina ihu, "Na sayi wannan don ɗan'uwana da ya mutu!"

A bayyane yake cewa ransa yana cikin 'yanci a cikin Infinite. Abin tunawa ya fashe da sauri kuma alama ce ta faɗuwar sa; a tsakiyar kuka, na rubuta a saman bamboo:

"Ga kaunatacciyar Ananta, yanzu ta tafi."

Abokin aikina, likitan, yana kallon wadannan abubuwan da ke faruwa da
murmushin ban dariya. "Ka ceci hawayenka," ya ce. "Me zai sa ka zubar
da su har sai ka tabbatar ya mutu?"

Lokacin da jirgin ruwanmu ya isa Calcutta, Dr. Misra ya sake raka ni. Karamin ɗan'uwana Bishnu yana jira ya tarbe ni a tashar jiragen ruwa.

"Na san Ananta ta bar wannan rayuwar," na ce wa Bishnu, kafin ya sami lokacin yin magana. "Don Allah ku gaya mini, da likitan nan, lokacin da Ananta ta mutu."

Bishnu mai suna Lallai kwanan wata, wanda ya kasance Lallai sosai rana wancan Ni yana da an sanya Lallai abubuwan tunawa a cikin Shanghai.

"Duba nan!" Dr. Misra ta saki maniyyi. "Kada ku bari wani labari game da wannan ya yaɗu! Farfesoshi za su kara nazarin shekara guda na tunanin tunani a fannin likitanci, wanda ya riga ya isa!"

Baba ya rungume ni da fara'a yayin da nake shiga gidanmu na Gurpar Road. "Ka zo," ya ce cikin taushi. Hawaye biyu masu girma sun zuba daga idanunsa. A al'ada ba tare da wani tsoro ba, bai taɓa nuna mini waɗannan alamun kauna ba. A waje uban kabari, a ciki yana da zuciyyar narkewa. na wani uwa. A cikin duk nasa mu'amala tare da Lallai iyali, nasa mutum biyu iyaye rawar da ya kasance bayyananne a sarari .

Ba da daɗewa ba bayan rasuwar Ananta, an dawo da kanwata Nalini daga kofar mutuwa ta hanyar warkarwa ta allahntaka. Kafin in ba da labarin, zan yi magana game da wasu mataakai na rayuwarta ta farko.

Dangantakar da ke tsakanin Nalini da ni ta kasance mafi farin ciki. Ni siririya ce; har yanzu siririya ce. Ta hanyar wani dalili na rashin sani ko "rikitarwa" wanda likitocin tabin hankali ba za su yi wahalar ganowa ba, sau da yawa nakan yi wa 'yar'uwata ba'a game da bayyanarta ta gaji. Amsoshinta sun cika da rashin tausayi na kuruciya mai tsanani.

Wani lokaci Mama ta kan shiga tsakani, tana kawo karshen jayayyar yara, na ɗan lokaci, ta hanyar akwati mai laushi a kunnena, a matsayin babban kunne.

Lokaci ya wuce; An yi wa Nalini aure da wani matashin likita a Calcutta, Panchanon Bose. Ya karɓi sadaki mai yawa daga Baba, wataƙila (kamar yadda na faɗa wa Sister) don rama masa. ango mai jiran gado saboda kaddararsa ta haɗa kansa da sandar ɗan adam.

Mai zurfi aure ibada sun kasance an yi bikin a cikin an biya lokaci. A kunne Lallai aure dare, Ni an haɗa Lallai Manyan 'yan uwa masu farin ciki a falon gidanmu na Calcutta. Angon yana jingina da wani babban matashin kai mai launin zinare, tare da Nalini a gefensa. *Sari mai launin shunayya mai kyau* **25-1** Ban iya boye fuskarta gaba ɗaya ba. Na boye kaina a bayan matashin sabuwar budurwata. suruki kuma ya yi masa murmushi cikin fara'a. Bai taɓa ganin Nalini ba sai ranar bikin aure, lokacin da ya ji abin da yake samu a cacar aure.

Jin tausayina, Dr. Bose ta nuna wa Nalini ba tare da wata damuwa ba, sannan ta rada min a kunne, "Ka ce, menene wannan?"

"Me yasa, "Dokta," Ni ya amsa, "shi shine wani kwarangwal don naka lura!

Ni da surukina mun gaji da jin daɗi, muka yi ta faman nuna halin kirki a gaban danginmu da suka taru.

Yayin da shekaru suka ci gaba, Dr. Bose ya yi matuƙar son iyalinmu, waɗanda suke kiransa duk lokacin da rashin lafiya ta taso. Ni da shi muka zama abokai na kud da kud, sau da yawa muna wasa tare, yawanci muna haɗa Nalini a matsayin abin da za mu kai wa hari.

"Abin sha'awa ne a fannin likitanci," in ji surukina wata rana. "Na gwada komai a kan man hanta na 'yar uwarki mai laushi, man shanu, malt, zuma, kifi, nama, kwai, da tonics. Duk da haka ta kasa yin kumbura ko da kashi ɗari cikin ɗari na inci ɗaya ne." Mu duka muka yi dariya.

Bayan 'yan kwanaki na ziyarci gidan Bose. Aikina a can ya ɗauki mintoci kaɗan kawai; Nalini ba ta lura da ni ba, na yi tunani. Da na isa kofar gida, sai na ji muryarta, tana da fara'a amma tana ba da umarni.

"Dan'uwa, zo nan. Ba za ka yi min izini a wannan karon ba. Ina so in yi

magana da kai." Na hau matakalar zuwa ɗakinta. Abin mamaki, tana kuka.

"Ya ɗan'uwana," in ji ta, "bari mu binne tsohuwar kugiya. Na ga cewa kafafunka sun tsaya cak a kan hanyar ruhaniya. Ina so in zama kamarka ta kowace hanya." Ta kara da fatan, "Yanzu kana da karfi a cikin kamanni; za ka iya taimaka mini? Mijina ba ya kusantar ni, kuma ina kaunarsa sosai!

Amma duk da haka ina son ci gaba a fahimtar Allah, koda kuwa dole ne in ci gaba da zama siriri **25-2** kuma ba shi da kyau."

Zuciyata ta yi matuƙar ratsawa da rokonta. Sabuwar abotarmu ta ci gaba da ci gaba; wata rana ta nemi ta zama almajirina.

"Ka horar da ni ta kowace hanya da kake so. Na dogara ga Allah maimakon maganin shafawa." Ta tattara magunguna da yawa ta zuba su a magudanar ruwa ta rufin.

Kamar yadda wani gwaji na ta bangaskiya, Ni ya tambaya ta zuwa ketare daga ta abinci mai gina jiki duk kifi, nama, kuma kwai.

Bayan watanni da dama, a lokacin da Nalini ta bi ka'idodi daban-daban da na tsara, kuma ta bi tsarin cin abincinta na masu cin ganyayyaki duk da matsaloli da yawa, na ziyarce ta.

"Sis, kin kasance mai bin umarnin ruhaniya cikin himma; ladarki ta kusa." Na yi murmushi cikin mugunta. "Yaya kike son ki zama mai kiba kamar goggonmu wacce ba ta ga kafafunta ba tsawon shekaru?"

"A'a! Amma Ni dogo zuwa zama kamar yadda mai karfi kamar yadda kai suna.

Na amsa da babbar murya. "Da yardar Allah, kamar yadda na faɗa gaskiya

koyaushe, ina faɗin gaskiya yanzu." **25-3** Ta hanyar ni'imomin Allah, hakika jikinka zai canza daga yau; cikin wata guda zai sami irin nauyina.

Wadannan kalmomi daga zuciyata sun gamsu. Cikin kwana talatin, nauyin Nalini ya yi daidai da nawa. Sabuwar siffar ta ba ta kyau; mijinta ya kamu da soyayya sosai. Aurensu ya fara haka.

ba daidai ba, juya fita zuwa zama mafi dacewa mai farin ciki.

Da na dawo daga Japan, na ji cewa a lokacin da nake rashin Nalini ta kamu da zazzabin typhoid. Na yi gaggawa zuwa gidanta, kuma na yi mamakin ganin ta durkushe a cikin kwarangwal. Tana cikin suma.

"Kafin hankalinta ya rufe da rashin lafiya," surukina ya gaya mini, "ta kan ce: 'Da ɗan'uwana Mukunda yana nan, da ban yi haka ba.'" Ya kara da cewa cikin bakin ciki, "Sauran likitoci." kuma kaina gani a'a bege. Jini ciwon mara yana da saita a cikin, bayan ta dogo game tare da typhoid."

Na fara motsa sama da kasa da addu'ata. Na yi magana da wata ma'aikaciyar jinya 'yar Ingila-Indiya, wadda ta ba ni cikakken haɗin kai, na yi amfani da dabarun yoga daban-daban ga 'yar'uwata. Ciwon jini ya face.

Amma Dr. Bose ya girgiza kansa cikin bakin ciki. "Ba ta da sauran jini da za

ta zubar." "Za ta warke," na amsa da karfi. "A cikin kwana bakwai

zazzabinta zai tafi."

Bayan mako guda, na yi farin ciki da ganin Nalini ta buɗe idanunta ta kalle ni da kauna. Tun daga wannan rana ta warke cikin sauri. Duk da cewa ta dawo da nauyinta na yau da kullun, ta yi fama da wani mummunan rauni na rashin lafiyarta da ta kusa mutuwa: kafafunta sun gurgunta. Kwararrun Indiya da Ingila sun bayyana ta a matsayin gurguwa mara bege.

Yaƙin da na yi ta yi na rayuwarta wanda na yi ta addu'a ya gaji da ni. Na je Serampore ya nemi taimakon Sri Yukteswar. Idanunsa sun nuna tausayi sosai yayin da na gaya masa halin da Nalini ke ciki.

"Kafafun 'yar'uwarka za su kasance kamar na yau da kullun a ƙarshen wata ɗaya." Ya kara da cewa, "Bari ta saka, kusa da fatarta, wani madauri mai lu'u-lu'u mai karat biyu wanda ba shi da ramuka, wanda aka riƙe da maƙulli."

Ni ya yi sujada kaina a nasa kafa tare da mai farin ciki sauƙi.

"Yallaɓai, kai kwararre ne; maganarka ta murmurewa ta isa Amma idan ka dage zan ba ta lu'u-lu'u nan take."

Malamina ya gyada kai. "Eh, yi haka." Ya ci gaba da bayanin halayen jiki da na tunani na Nalini daidai, wanda bai taɓa gani ba.

"Yallaɓai," Ni ya tambaya, "shine wannan wani masu ilmin taurari bincike? Kai yi ba sani ta haihuwa rana ko sati."

Sri Yukteswar ya yi murmushi. "Akwai wani zurfin ilmin taurari, ba ya dogara da shaidar kalanda da agogo ba. Kowane mutum wani ɓangare ne na Mahalicci, ko Mutum na Duniya; yana da jiki na sama da kuma na duniya. Idanun ɗan adam yana ganin siffar jiki, amma ido na ciki yana ratsawa sosai, har ma da tsarin duniya wanda kowane mutum ɓangare ne na mutum ɗaya."

Ni an dawo zuwa Calcutta kuma an saya wani lu'u-lu'u don Nalini. A wata daga baya, ta gurgunta kafafu sun kasance

gaba ɗaya warkar.

Sister ta roke ni in isar da godiyarta ga malamina. Ya saurari sakonta cikin shiru. Amma yayin da nake ɗaukar hutuna, sai ya yi wani sharhi mai ɗauke da juna biyu.

"Likitoci da yawa sun gaya wa 'yar'uwarka cewa ba za ta taɓa haihuwa ba. Ka tabbatar mata da cewa nan da 'yan shekaru za ta haifi 'ya'ya mata biyu."

Wasu shekaru daga baya, zuwa Nalini's farin ciki, ita rami wani yarinya, an bi a cikin wani kaɗan shekaru ta hanyar wani kuma 'ya mace.

"Maigidanka ya albarkaci gidanmu, da dukkan iyalinmu," in ji 'yar'uwata.
"Kasancewar irin wannan mutumin tsarkakewa ne a duk faɗin Indiya. Ya ɗan'uwana, don Allah ka gaya wa Sri Yukteswarji cewa, ta wurinka, ina ɗaukar kaina a matsayin ɗaya daga cikin almajiransa na *Kriya Yoga* ."

.....
25-1 : The cikin ladabi an lulluɓe riga na 'Yan Indiya mata.

25-2 : Domin kuwa mafi mutane a cikin Indiya su ne siriri, mai ma'ana kiba shine an yi la'akari da sosai abin da ake so.

25-3 : The Hindu nassosi ayyana wancan waɗancan Hukumar Lafiya ta Duniya al'ada yi magana Lallai gaskiya nufin haɓaka Lallai iko na abin da ke faruwa kalmominsu. Abin da suka umarta daga zuciya zai zama gaskiya a rayuwa.

BABI: 26

The Kimiyya Na Kriya Yoga

Kimiyyar *Kriya Yoga* , wadda aka ambata sau da yawa a cikin waɗannan shafuka, ta shahara sosai a Indiya ta zamani ta hanyar amfani da Lahiri Mahasaya, malamin addinina. Tushen Sanskrit na *Kriya* shine *kri* , yi, yin aiki da amsawa; tushen iri ɗaya yana samuwa a cikin kalmar *karma* , ka'idar halitta ta dalili da sakamako. Don haka *Kriya Yoga* "haɗin kai (yoga) da Marasa iyaka ta hanyar wani aiki ko al'ada." Yogi wanda ya bi dabararsa da aminci yana 'yantar da kansa daga karma ko sarkar sanadin duniya.

Saboda wasu tsoffin umarnin yoga, ba zan iya bayar da cikakken bayani game da *Kriya Yoga* a shafukan littafin da aka yi niyya ga jama'a ba. Dole ne a koyi ainihin dabarar daga *Kriyaban* ko *Kriya Yogi* ; a nan dole ne a sami faffadan bayani.

Kriya Yoga shine wani mai sauƙi, ilimin halin ɗan adam hanyar ta hanyar wanda Lallai ɗan adam jini shine wanda aka cire carbon

kuma an sake cika su da iskar oxygen. Ana canza kwayoyin halittar wannan karin iskar oxygen zuwa kwararar rayuwa don sake farfado da cibiyoyin kwakwalwa da kashin baya. **26-1** Ta hanyar dakatar da tarin jinin jijiyoyi, yogi yana iya rage ko hana ruɓewar kyallen takarda; yogi mai ci gaba yana canza kwayoyin halittarsa zuwa makamashi mai tsabta. Iliya, Yesu, Kabir da sauran annabawa sun kasance kwararru a amfani da *Kriya* ko wata dabara makamanciyar haka, ta hanyar da suka sa jikinsu ya rabu da jiki yadda ya ga dama.

Kriya wani tsohon kimiyya ne. Lahiri Mahasaya ya karɓe ta ne daga malaminsa, Babaji, wanda ya sake gano kuma ya fayyace dabarar bayan ta face a zamanin Duhu.

" *Yoga ta Kriya* da nake bayarwa ga duniya ta hanyarka a wannan karni na sha tara," Babaji ya gaya wa Lahiri Mahasaya, "farfado da irin wannan ilimin da Krishna ya ba Arjuna, shekaru aru-aru da suka gabata, wanda daga baya Patanjali, da Kristi, St. John, St. Paul, da sauran almajirai suka san shi."

Krishna, babban annabin Indiya, ya ambaci *Kriya Yoga a cikin wani babi na Bhagavad Gita* : "Yogi yana shakar numfashi a cikin numfashi mai fita, kuma yana ba da numfashi mai fita a cikin numfashi mai shaƙa, yana kawar da waɗannan numfashin biyu; ta haka yana sakin ikon rai daga zuciya kuma yana sa shi farkashin ikonsa." **26-2** Fassarar ita ce: "Yogi yana kama ruɓewa a cikin jiki ta hanyar kara karfin rai, kuma yana kama maye gurɓataccen ci gaban jiki ta hanyar *Apan* (kawar da wutar lantarki). Ta haka yana rage ruɓewa da girma, ta hanyar kwantar da zuciya, yogi yana koyon sarrafa rayuwa."

Krishna kuma ya ambaci **26-3** cewa shi ne, a cikin wani tsohon jiki, wanda ya isar da yoga marar lalacewa ga wani tsohon haske, Vivasvat, wanda ya ba Manu, babban mai kafa doka. **26-4** Shi kuma ya umurci Ikshwaku, uban daular jaruman rana ta Indiya. Ta haka ne aka yi ta tafiya daga juna, masu ra'ayin rishi suna kiyaye yoga na sarauta har zuwa zuwan zamanin son abin duniya. **26-5** Sai kuma, saboda sirrin firistoci da kuma rashin kulawar ɗan adam, ilimin tsarki ya fara zama abin da ba za a iya samu ba a hankali.

Tsohon masanin falsafa Patanjali, wanda ya fi shahara a fannin yoga, ya ambaci *Kriya Yoga sau biyu, wanda ya rubuta*: " *Kriya Yoga* ta kunshi horon jiki, kula da hankali, da kuma yin bimbini a kan *Aum* ." **26-6** Patanjali yana magana game da Allah a matsayin ainihin Sautin *Aum* da ake ji a cikin tunani. **26-7** *Aum* ita ce Kalmar Kirƙira, **26-8** sautin Motar Girgiza. Har ma wanda ya fara yoga nan da nan cikin zuciyarsa zai ji sautin ban mamaki na *Aum* . Da yake samun wannan karfafawa ta ruhaniya mai daɗi, mai ibada zai tabbata cewa yana da alaƙa da al'adun allahntaka.

Patanjali ya sake ambaton dabarar sarrafa rai ko *Kriya a karo na biyu* kamar haka: "Ana iya samun 'yanci ta hanyar wannan *pranayama* wanda ake samu ta hanyar raba hanyar

wahayi da karewa." **26-9**

St. Paul ya san *Kriya Yoga* , ko wata dabara mai kama da ita, wadda zai iya canza hanyoyin rayuwa zuwa ga kuma daga hankali. Saboda haka ya iya cewa: "Hakika, ina nuna rashin amincewa da farin cikinmu da ke cikin Almasihu, *ina mutuwa kowace rana* ." **26-10** Ta hanyar janye ƙarfin rayuwarsa ta jiki kowace rana, ya haɗa shi ta hanyar haɗin yoga tare da farin ciki (daɗin rai na har abada) na sanin Almasihu. A cikin wannan yanayi mai daɗi, ya kasance

da sanin yakamata sani na kasancewa matacce zuwa Lallai na yaudara azanci duniya na *maya* .

A cikin yanayin farko na hulfa da Allah (*sabikalpa samadhi*) sanin mai bauta yana haɗuwa da Ruhun Duniya; ƙarfin rayuwarsa yana janye daga jiki, wanda ya bayyana "matacce," ko kuma ba shi da motsi da tauri. Yogi ya san yanayin jikinsa na motsa jiki da aka dakatar. Kamar yadda yake yana ci gaba zuwa manyan yanayi na ruhaniya (*nirbikalpa samadhi*), duk da haka, yana magana da Allah ba tare da daidaita jiki ba, kuma a cikin farkawarsa ta yau da kullun, har ma a tsakiyar ayyukan duniya masu wahala. **26-11**

" *Kriya Yoga* kayan aiki ne da za a iya hanzarta juyin halittar ɗan adam," Sri Yukteswar ya bayyana wa ɗalibansa. "Tsoffin yogis sun gano cewa sirrin sanin sararin samaniya yana da alaƙa da ƙwarewar numfashi. Wannan ita ce gudunmawa ta musamman da Indiya ta bayar ga taskar ilimi ta duniya. Dole ne a saki ƙarfin rai, wanda galibi ake shawagi a kansa wajen kula da famfon zuciya don yin ayyuka masu girma ta hanyar kwantar da hankali da kuma dakatar da buƙatun numfashi marasa iyaka."

Kriya Yoga yana jagorantar kuzarin rayuwarsa zuwa sama da ƙasa, a kusa da cibiyoyin kashin baya guda shida (medullary, cervical, dorsal, lumbar, sacral, da coccygeal plexuses) waɗanda suka yi daidai da alamun taurari goma sha biyu na zodiac, Mutumin Cosmic na alama. Rabin minti na juyin juya halin kuzari a kusa da kashin baya mai laushi na mutum yana haifar da ci gaba mai zurfi a cikin juyin halittarsa; rabin minti na *Kriya* yana daidai da shekara guda na bayyanar ruhaniya ta halitta.

Tsarin taurari na ɗan adam, wanda ke da taurari shida (goma sha biyu ta hanyar polarity) na ciki waɗanda ke kewaye da rana ta idon ruhaniya mai sanin komai, yana da alaƙa da rana ta zahiri da alamun zodiac goma sha biyu. Don haka dukkan mutane suna fuskantar wani yanayi na ciki da na waje. Tsohon rishis ya gano cewa yanayin duniya da na sama na mutum, a cikin zagayowar shekaru goma sha biyu, yana tura shi gaba akan hanyarsa ta halitta. Littattafai sun nuna cewa mutum yana buƙatar shekaru miliyan na juyin halitta na yau da kullun, ba tare da cututtuka ba don kammala kwakwalwar ɗan adam yadda ya kamata don bayyana wayewar sararin samaniya.

Kriya dubu ɗaya da aka yi aiki a cikin awanni takwas yana ba wa yoga, a cikin rana ɗaya, daidai da shekaru dubu na juyin halitta na halitta: shekaru 365,000 na juyin halitta a cikin shekara ɗaya. A cikin shekaru uku, *Kriya Yoga* zai iya cimma ta hanyar fofarin kai mai hankali irin sakamakon da yanayi ke kawowa cikin shekaru miliyan. yogis masu zurfi da suka girma za su iya ɗaukar gajeriyar hanyar *Kriya* . Tare da jagorancin guru, irin waɗannan yogis sun shirya jikinsu da kwakwalwarsu da kyau don karɓar ikon da aka ƙirƙira ta hanyar aiki mai zurfi.

Kriya yana amfani *da* motsa jikinsa na yoga sau goma sha huɗu zuwa ashirin da takwas kawai, sau biyu a rana. Yawan yogis suna samun 'yanci a cikin shekaru shida ko goma sha biyu ko ashirin da huɗu ko arba'in da takwas. Yogi wanda mutu kafin cimma nasara cikakke fahimta yana ɗaukar tare da shi Lallai mai kyau karma na nasa abin da ya gabata Kokarin *Kriya* ; a cikin sabuwar rayuwarsa, an tura shi cikin jituwa zuwa ga Manufarsa ta Mara iyaka.

Jikin matsakaicin mutum kamar fitila ce mai watt hamsin, wadda ba za ta iya ɗaukar biliyoyin mutane ba watts na karfi da *Kriya ta haifar* . Ta hanyar karuwa a hankali da kuma akai-akai na hanyoyi masu sauki da "marasa wayo" na *Kriya* , jikin mutum yana canzawa ta hanyar taurari kowace rana, kuma a karshe an daidaita shi don bayyana karfin da ba shi da iyaka na kuzarin sararin samaniya - na farko a zahiri.

mai aiki bayyanawa na Ruhu.

Kriya Yoga ba ta da wata alaƙa da motsa jiki na numfashi wanda ba na kimiyya ba wanda wasu masu kishin addini suka koyar. Koƙarinsu na riƙe numfashi a cikin huhu ba wai kawai abin da ba na al'ada ba ne, har ma abin takaici ne. A gefe guda kuma, *Kriya* tana tare da shi tun daga farko da samun kwanciyar hankali, da kuma jin dadin sake farfadowa a cikin kashin baya.

Tsohuwar dabarar yogic tana mayar da numfashi zuwa tunani. Ta hanyar ci gaban ruhaniya, mutum zai iya fahimtar numfashi a matsayin aikin tunani - numfashin mafarki.

Da yawa zane-zane zai iya zama da aka bayar na Lallai lissafi dangantaka tsakanin na mutum Saurin numfashi da kuma bambancin yanayin saninsa. Mutumin da hankalinsa ya mamaye gaba ɗaya, kamar bin wasu hujjoji na ilimi, ko kuma koƙarin yin wani abu mai sauƙi ko mai wahala na jiki, yana numfashi a hankali ta atomatik. Daidaiton hankali ya dogara da numfashi a hankali; numfashi mai sauri ko mara daidaituwa wani abu ne da ba makawa wanda ke rakiyar yanayin motsin rai mai cutarwa: tsoro, sha'awa, fushi. Birin da ba shi da natsuwa yana numfashi sau 32 a minti ɗaya, sabanin Matsakaicin mutum sau 18. Giwa, kunkuru, maciji da sauran dabbobi an san su da su Tsawon rai yana da saurin numfashi wanda bai kai na mutum ba. Misali, kunkuru wanda zai iya kaiwa shekaru 300, yana da **shekaru 26-12**. Yana numfashi sau 4 kacal a minti daya.

Tasirin barci mai dafi ya samo asali ne daga rashin sanin jiki da numfashi na ɗan lokaci na mutum. Mutumin da ke barci yana zama yogi; kowace dare yana yin ibadar yogic ba tare da saninsa ba. Yana sakin kansa daga ganewar jiki, da kuma haɗa ƙarfin rai da kwararar warkarwa a cikin babban yankin kwakwalwa da ƙananan halittu shida na cibiyoyin kashin baya. Don haka mai barci yana nutsewa cikin ma'ajiyar makamashin sararin samaniya wanda ke riƙe da dukkan rayuwa ba tare da sani ba.

Mai yin yoga na son rai yana yin wani tsari mai sauƙi, na halitta a sani, ba tare da saninsa ba kamar mai yin barci a hankali. *Kriya Yogi* yana amfani da dabararsa don cika dukkan ƙwayoyin halittarsa da haske mara lalacewa da kuma kiyaye su a cikin yanayin maganadis. Yana sanya numfashi ba dole ba ne a kimiyyance, ba tare da haifar da yanayin barci ko rashin sani ba.

Daga *Kriya*, ikon rai mai fita ba a faɗa shi ba kuma ana cin zarafinsa a ma'ana, amma an takaita shi ga sake haɗuwa da ƙananan kuzarin ƙashin baya. Ta hanyar ƙarfafa rayuwa, jikin yogi da ƙwayoyin kwakwalwa suna samun wutar lantarki tare da maganin ruhaniya. Don haka yana nisantar da kansa daga bin ƙa'idodin halitta, waɗanda za su iya ɗaukarsa kawai - ta hanyar da'ira kamar yadda abinci mai kyau, hasken rana, da tunani masu jituwa suka bayar - zuwa ga Manufar shekaru miliyan. Yana buƙatar shekaru goma sha biyu na rayuwa mai kyau ta yau da kullun don yin

ko da karamin canji a cikin tsarin kwakwalwa, kuma ana buƙatar miliyoyin dawowar rana don inganta yanayin kwakwalwa don bayyana wayewar sararin samaniya.

Da yake kwance igiyar numfashi da ke ɗaure rai da jiki, *Kriya* yana hidima don tsawaita rayuwa da faɗaɗa sani zuwa ga rashin iyaka. Hanyar yoga tana shawo kan ja da baya tsakanin hankali da ji da ke da alaƙa da abu, kuma tana 'yantar da mai ibada don sake gadon mulkinsa na har abada. Ya san ainihin yanayinsa ba a ɗaure shi da kugiya ta zahiri ba ko kuma ta numfashi, alama ce ta bautar mutum ga iska, ga tilastawar yanayi.

Duba cikin zuciya, ko "zama cikin shiru," hanya ce da ba ta kimiyya ba ta kofarin raba hankali da ji, wadanda karfin rai ya daure su. Zuciya mai tunani, tana kofarin komawa ga allahntaka, ana jan ta zuwa ga ji ta hanyar kwararar rai. *Kriya*, wacce ke sarrafa hankali *kai tsaye* ta hanyar karfin rai, ita ce hanya mafi sauƙi, mafi inganci, kuma mafi kimiyya ta kusanci zuwa ga Mara iyaka. Sabanin hanyar tauhidi ta "kekunan shanu" mai jinkirin rashin tabbas zuwa ga Allah, ana iya kiran *Kriya da hanyar "jirgin sama"*.

Kimiyyar yoga ta dogara ne akan la'akari da dukkan nau'ikan motsa jiki na maida hankali da tunani. Yoga yana bawa mai ibada damar kashe ko kunna, a duk lokacin da ya ga dama, daga yanayin rayuwa. Wayoyin ji guda biyar na gani, sauti, kamshi, dandano, da tabawa. Da ya sami wannan ikon hankali - rabuwa, mai yin yoga yana ganin yana da sauƙi ya haɗa tunaninsa yadda ya ga dama da duniyoyin allahntaka ko kuma duniyar abu. Ba za a sake dawo da shi ba tare da son rai ta hanyar karfin rai zuwa ga yanayin yau da kullun na jin daɗi da tunani marasa natsuwa ba. Mai kula da jikinsa da hankalinsa, *Kriya Yogi* a karshe ya cimma nasara a kan "mafiyi na karshe," mutuwa.

Haka za ku ci da Mutuwa, wadda take ciyar da mutane: Kuma Mutuwa da zarar ta mutu, babu sauran mutuwa a lokacin. **26-13**

Rayuwar *Kriya Yogi mai ci gaba* ba ta da tasiri, ba ta hanyar tasirin ayyukan da suka gabata ba, amma kawai ta hanyar umarni daga rai. Don haka mai ibada yana guje wa masu lura da ayyukan son kai, na alheri da na mugunta, na rayuwa ta yau da kullun, masu rikitarwa da kama da katantanwa ga zukatan gaggafa.

Hanya mafi kyau ta rayuwa ta rai tana 'yantar da mai yoga wanda, bayan an cire shi daga gidan girman kai, ya dandani iska mai zurfi ta kasancewarsa ko'ina. Akasin haka, yanayin rayuwa ta halitta yana cikin wani yanayi mai wulakanci. Da yake daidaita rayuwarsa da tsarin juyin halitta, mutum ba zai iya yin gaggawar yin wani abu ba daga yanayi, amma, rayuwa ba tare da kuskure ba a kan dokokin baiwar jiki da ta hankali, har yanzu yana buƙatar kimanin shekaru miliyan na abubuwan almara na jiki don sanin 'yancinsa na karshe.

Hanyoyin yogis masu amfani da na'urar hangen nesa, wadanda ke nisantar da kansu daga ganewar jiki da ta hankali don fifita halayen rai, don haka suna yaba wa wadanda ke kallon tawaye shekaru dubu. Wannan gefen lambobi ya fadafa ga mutumin da ba shi da wani amfani, wanda ke rayuwa cikin jituwa ba ma da yanayi ba, balle ransa, amma yana bin abubuwan da ba su dace ba, don haka mai laifi a cikin nasa jiki kuma tunani Lallai mai daɗi rashin hankali na yanayi. Domin shi, biyu sau wani shekaru miliyan da yawa ba za su iya isa ga 'yanci ba.

Mutum mai girman kai ba kasafai yake fahimtar cewa jikinsa masarauta ce, wacce Sarki Soul ke mulki a kan karagar kwanyarsa, tare da regents na farkashinsa a cikin cibiyoyin kashin baya guda shida ko kuma sassan da ke kewaye da shi. sani.

Wannan tsarin mulki ya mamaye ɗimbin mutane masu biyayya: kwayoyin halitta biliyan ashirin da bakwai (27,000,000) waɗanda aka ba su basira ta atomatik wadda suke aiwatar da dukkan ayyukan girma, sauye-sauye, da rushewa - da kuma tunani, motsin rai, da bambancin mata kai daban-daban na sanin ɗan adam a cikin matsakaicin rayuwar shekaru sittin. Duk wani tawaye na kwayoyin halitta na jiki ko na kwakwalwa zuwa ga Sarki Soul, wanda ke bayyana a matsayin cuta ko bakin ciki, ya faru ne saboda rashin aminci tsakanin 'yan kasa masu tawali'u, amma don amfani da su na baya ko na yanzu ta hanyar amfani da su ta hanyar mutum bisa ga keɓancewarsa ko kuma 'yancin zaɓe, wanda aka ba shi tare da rai, kuma wanda ba za a iya sokewa ba.

Da yake ya gane kansa da girman kai, mutum yana d'aukar cewa shi ne wanda yake tunani, so, ji, narke abinci, da kuma kiyaye kansa da rai, ba ya taɓa yarda ta hanyar tunani (ɗan kaɗan ne kawai zai isa!) cewa a rayuwarsa ta yau da kullun ba komai ba ne illa ɗan wasan kwaikwayo na ayyukan da suka gabata (Karma) da na yanayi. ko muhalli. Halayen hankali, motsin rai, yanayi, da halaye na kowane mutum suna da alaƙa da tasirin abubuwan da suka gabata, ko na wannan ko na rayuwar da ta gabata. Duk da haka, yana da kyau fiye da irin waɗannan tasirin. Ruhinsa na sarauta. Ta hanyar yin watsi da gaskiya da 'yanci na ɗan lokaci, *Kriya Yogi* ya wuce duk wani rashin gamsuwa zuwa ga kasancewarsa marar d'auke. Duk nassosi sun bayyana cewa mutum ba jiki ne mai lalacewa ba, amma rai ne mai rai; *Kriya* ya ba shi hanyar tabbatar da gaskiyar nassi.

"Aikin waje ba zai iya rusa jahilci ba, domin ba sa saba wa juna," in ji Shankara a cikin sanannen littafinsa na *Century Of Verses* . "Ilimin da aka fahimta shi kaɗai yana rusa jahilci. . . . Ilimi ba zai iya bunkasa ta wata hanya ba sai tambaya. 'Wane ne ni? Ta yaya aka haifi wannan duniya? Wanene mai yin ta? Menene dalilinta na zahiri?' Wannan ita ce irin tambayar da ake magana a kai." Hankali ba shi da amsar waɗannan tambayoyin; don haka rishis ya haɓaka yoga a matsayin dabarar binciken ruhaniya.

Kriya Yoga ita ce ainihin "al'adar wuta" da ake yawan d'aukaka a cikin *Bhagavad Gita* . Wutar tsarkakewa ta yoga tana kawo haske na har abada, don haka ta bambanta da bukukuwan wuta na addini na waje da marasa tasiri, inda ake yawan kona fahimtar gaskiya, zuwa wakokin rakiya masu tsarki, tare da turare!

Mutumun da ke da ci gaba a yoga, yana hana dukkan tunaninsa, nufinsa, da kuma jin daɗinsa daga kamanninsa na karya da sha'awa ta jiki, yana haɗa tunaninsa da karfin da ba ya iya gani a cikin wuraren ibada na baya, don haka yana rayuwa a cikin wannan duniyar kamar yadda Allah ya tsara, ba tare da motsin rai daga baya ba ko kuma sabbin abubuwan da suka sa mutum ya zama mai ban sha'awa. Irin wannan yogi yana samun cikas Bukatarsa Mafi Girma, lafiyayye a cikin mafakar karshe ta Ruhu Mai Ni'ima mara iyaka.

Yogi yana mika sha'awarsa ta ɗan adam ga wata wuta ta musamman da aka keɓe ga Allahn da ba shi da misaltuwa. Wannan hakika ita ce bikin wutar yogic ta gaskiya, inda duk sha'awar da ta gabata da ta yanzu makamashi ne da kauna ta Allah ta ke cinyewa. Karshen Wutar Lantarki tana karɓar hadayar dukkan hauka na ɗan adam, kuma mutum yana da tsarki daga datti. An cire kasusuwansa daga dukkan nama mai sha'awa, kwarangwal dinsa na karmic an yi masa fenti a cikin hasken hikima mai maganin kashe kwayoyin cuta, a karshe ya kasance mai tsabta, ba shi da laifi a gaban mutum da Mahalici.

Da yake magana game da ingancin yoga mai inganci da tsari, Ubangiji Krishna ya yabi yoga mai fasaha da kalmomi masu zuwa: "Yogi ya fi masu horar da jiki, har ma

ya fi mabiyar hanyar hikima (*Jnana Yoga*), ko kuma hanyar aiki (*Karma Yoga*); ka zama kai, almajiri Arjuna, yogi!" **26-14**

.....
26-1 : The an lura masanin kimiyya, Dr. George W. Crile na Cleveland, an yi bayani kafin wani 1940 taro na Lallai Ba'amurke Kungiyar don Lallai Ci gaba na Kimiyya Lallai gwaje-gwaje ta hanyar wanda shi yana da an tabbatar wancan duk jiki kyallen takarda su ne ta hanyar lantarki ko kuma ba su da kyau, sai dai kwayoyin kwakwalwa da tsarin jijiyoyi waɗanda ke ci gaba da kasancewa masu kyau a fannin lantarki saboda suna d'aukar iskar oxygen mai farfadowa cikin sauri.

26-2 : *Bhagavad Gita* , IV:29.

26-3: *Bhagavad Gita* IV:1-2.

26-4 : Marubucin *Manava Dharma Shastras* . Waɗannan cibiyoyi na dokokin gama gari da aka amince da su suna da tasiri a Indiya har zuwa yau. Masanin Faransa, Louis Jacolliot, ya rubuta cewa ranar Manu "ta bace a daren zamanin tarihi na Indiya; kuma a'a malami yana da sun yi karfin hali zuwa ki shi Lallai take na Lallai mafi na da mai ba da doka a cikin Lallai duniya." A cikin *La Littafi Mai Tsarki Dans L'inde* , shafi na 33-37, Jacolliot ya sake maimaita nassoshi na rubutu iri ɗaya don tabbatar da cewa Dokar Romawa *ta Justinian tana bin Dokokin Manu* sosai .

26-5 : The fara na Lallai abin duniya shekaru, bisa ga zuwa Hindu nassi hisabi, ya kasance 3102 BC Wannan ya kasance Lallai farkon Lallai Mai sauƙowa Dwapara Shekaru (duba [shafi 174](#)). Na Zamani malamai, cikin raha imani wancan 10,000 shekaru da suka wuce duk maza sun kasance
nutsewa a cikin wani jahilai Dutse Shekaru, a takaice a kore kamar yadda "tatsuniyoyi" duk bayanan kuma al'adu na
.sosai na da wayewa a Indiya, China, Masar, da sauran Kasashe

26-6 *Kalmomin* Patanjali , II:1. Ta amfani da kalmomin *Kriya Yoga* , Patanjali yana nufin ko dai ainihin dabarar da aka koyar ta hanyar Babaji, ko ɗaya sosai makamancin haka zuwa shi. Wannan shi ya kasance wani tabbatacce dabara na rayuwa iko shine an tabbatar ta hanyar Patanjali's *Tafsirin Alkur'ani* II:49.

26-7 : Patanjali's *Kalmomin da aka rubuta* , I:27.

26-8 : "A cikin Lallai farawa ya kasance Lallai Kalma, kuma Lallai Kalma ya kasance tare da Allah, kuma Lallai Kalma ya kasance Allah.Duk abubuwa sun kasance yi ta hanyar
ba tare da shi ba, ba a yi wani abu da aka yi ba." - *Yahaya* 1:1-3. *Aum* (*Om*) na *Vedas* ya zama kalma mai tsarki. *Amin* na Lallai Musulmai, *Hum* na Lallai 'Yan Tibet, kuma *Amin* na Lallai Kiristoci (nasa ma'ana a cikin Ibrananci kasancewa *tabbas* ,
.mai aminci). "Ga waɗannan abubuwa Amin, amintaccen shaida mai gaskiya, farkon halittar Allah." - *Ru'ya ta Yohanna* 3:14

26-9 : *Kalmomin da aka yi amfani da su* II:49..

26-10 : Ni *Korintiyawa* 15:31. "Namu farin ciki" shine Lallai daidai fassara; ba, kamar yadda yawanci an bayar, "naku yana murna." St. Bulus yana nufin kasancewar *sanin* Kristi a ko'ina..

26-11 : *Kalpa* hanyar lokaci ko aeon. *Sabikalpa* hanyar mutum zuwa lokaci ko canji; wasu hanyar haɗi tare da *prakriti* ko abu ragowar.
. *Nirbikalpa* hanyar marar iyaka, ba tare da canzawa ba; wannan shine Lallai mafi girma jiha na *samadhi*

26-12 : A cewar zuwa Lallai *Lincoln Laburare Na Muhimmanci Bayani* , shafi 1030, Lallai kato kunkuru rayuwa tsakanin 200 kuma Shekaru 300 .

26-13 : Shakespeare: *Sonnet* #146.

26-14: *Bhagavad Gita* , VI:46.

BABI: 27

Kafawa A Yoga Makaranta A Ranchi

"Me yasa su ne kai kiyayya zuwa kungiya aiki?"

Digiri na biyu tambaya firgita ni wani bit. Yana shine gaskiya ne wancan nawa mai zaman kansa hukunci a Lallai lokaci ya kasance wancan

ƙungiyoyi sun kasance "ƙahoni" gida.

"Aiki ne da ba na godiya ba, yallaƙai," na amsa. "Ko menene shugaban ya yi ko bai yi ba, ana sukarsa."

"Shin kana son duk wani allahntaka (madarar madara) don kanka kaɗai?" Amsar malamina ta kasance tare da kallon kaskanci. "Shin kai ko wani zai iya cimma hulɗar Allah ta hanyar yoga idan layin malamai masu karimci ba su yarda su isar da iliminsu ga wasu ba?" Ya ƙara da cewa, "Allah shine Zuma, ƙungiyoyi sune amya; duka biyun suna da mahimmanci. Duk wani *nau'i* ba shi da amfani, ba shakka, ba tare da ruhu ba, amma me yasa ba za ka fara amya mai cike da ruwan zuma na ruhaniya ba?"

Shawararsa ta motsa ni sosai. Ko da yake ban amsa ba a fili, wani ƙuduri mai ƙarfi ya taso a kirjina: Zan raba wa abokan aikina gaskiya mai warwarewa da na koya a kafafun malamina. "Ya Ubangiji," na yi addu'a, "Kai, ƙaunarka ta haskaka har abada a kan wurin ibadata, kuma in sami damar tayar da wannan Soyayya a cikin wasu zukata."

A wani lokaci da ya gabata, kafin in shiga cikin tsarin addinin sufanci, Sri Yukteswar ya yi wani jawabi da ba a zata ba.

"Ta yaya za ka yi kewar abota da mata a lokacin tsufanka!" in ji shi. "Ba ka yarda cewa mijin iyali, wanda ya yi aiki mai amfani don kula da matarsa da 'ya'yansa, yana taka muhimmiyar rawa a gaban Allah ba?"

"Yallaƙai," na yi zanga-zanga cikin firgici, "ka san cewa burina a wannan rayuwa shine in auri wanda aka ƙaunace shi kawai."

Jagora ya yi dariya sosai har na fahimci cewa lurarsa an yi ta ne kawai don gwajin imanina .

"Ku tuna," ya ce a hankali, "wanda ya yi watsi da ayyukansa na duniya zai iya kare kansa ne kawai ta hanyar ɗaukar wani nau'in nauyi ga babban iyali."

Manufar ilimi mai amfani da dukkan fannoni ga matasa ta kasance a zuciyata koyausha. Na ga a sarari sakamakon rashin kyawun koyarwa ta yau da kullun, wanda aka yi niyya ne kawai don ci gaban jiki da hankali. Dabi'un ɗabi'a da na ruhaniya, waɗanda ba tare da godiya ba, babu wanda zai iya kusantar farin ciki. rashin tsarin karatu na yau da kullun. Na ƙuduri aniyar samun makaranta inda yara maza za su iya girma har zuwa cikakkiyar girma. Matakin farko da na ɗauka a wannan hanyar shi ne na yi shi da yara bakwai a Dihika, wani ƙaramin yanki a Bengal.

Bayan shekara guda, a shekarar 1918, ta hanyar karimcin Sir Manindra Chandra

Nundy, Maharaja na Kasimbazar, na sami damar canja wurin fungiyarmu da ke girma cikin sauri zuwa Ranchi. Wannan gari da ke Bihar, kimanin mil ɗari biyu daga Calcutta, yana da albarkar ɗaya daga cikin yanayi mafi koshin lafiya a Indiya. An mayar da Fadar Kasimbazar da ke Ranchi zuwa hedikwatar sabuwar makarantar, wadda na kira *Brahmacharya Vidyalaya* 27-1. daidai da manufofin ilimi na rishis.

Nasu daji ashrams yana da kasance Lallai na da kujeru na koyo, na duniya kuma allahntaka, don Lallai matasa na

Indiya.

A Ranchi na shirya wani shiri na ilimi don azuzuwan nahawu da na sakandare. Ya haɗa da darussan noma, masana'antu, kasuwanci, da na ilimi. An kuma koyar da ɗaliban ilimin yoga da tunani, da kuma wani tsari na musamman na ci gaban jiki, "Yogoda," wanda na gano ka'idodinsa a shekarar 1916.

Da na fahimci cewa jikin mutum kamar batirin lantarki ne, sai na yi tunanin cewa za a iya sake cika shi da kuzari ta hanyar ikon kai tsaye na nufin ɗan adam. Ganin cewa babu wani aiki, karami ko babba, da zai yiwu ba tare da *son rai ba*, mutum zai iya amfani da karfinsa na musamman, nufinsa, don sabunta kyallen jikinsa ba tare da kayan aiki masu nauyi ko motsa jiki na injiniya ba. Don haka na koya wa ɗaliban Ranchi dabarun "Yogoda" masu sauƙi waɗanda za a iya sake cika karfin rai, wanda ke tsakiyar medulla na mutum, nan take daga samar da makamashin sararin samaniya mara iyaka.

Yaran sun mayar da martani mai kyau ga wannan horon, suna haɓaka kwarewa ta musamman ta canza kuzarin rayuwa daga wani ɓangare na jiki zuwa wani ɓangare, da kuma zama cikin cikakken kwanciyar hankali a cikin mawuyacin hali na jiki. **27-2** Sun yi ayyuka masu karfi da juriya waɗanda manyan mutane da yawa ba za su iya kwatanta su ba. Karamina, Bishnu Charan Ghosh, ya shiga makarantar Ranchi; daga baya ya zama wani fitaccen masanin al'adun gargajiya a Bengal. Shi da ɗaya daga cikin ɗalibansa sun yi tafiya zuwa Turai da Amurka, suna ba da nunin karfi da kwarewa wanda ya ba wa masanan jami'a mamaki, ciki har da waɗanda ke Jami'ar Columbia da ke New York.

A karshen shekarar farko a Ranchi, aikace-aikacen shiga ya kai dubu biyu. Amma makarantar, wacce a wancan lokacin gidaje ne kawai, za ta iya ɗaukar kusan ɗari kawai. Ba da daɗewa ba aka kara koyarwa ga ɗaliban kwana ɗaya.

A cikin *Vidyalaya* dole ne in yi wa kananan yara uba-uwa, da kuma jure wa matsaloli da yawa na kungiya. Sau da yawa ina tuna kalmomin Almasihu: "Hakika ina gaya muku, babu wanda ya bar gida, ko 'yan'uwa maza ko mata, ko uba, ko uwa, ko mata, ko 'ya'ya, ko kasa, saboda ni, da kuma bishara, amma zai sami ninki ɗari yanzu a wannan zamani, gidaje, da 'yan'uwa maza, da 'yan'uwa mata, da uwaye, da 'ya'ya, da gonaki, tare da tsanantawa; kuma a cikin duniya mai zuwa rai madawwami." **27-3** Sri Yukteswar ya fassara waɗannan kalmomi: "Mai ibada wanda ya manta da abubuwan da suka faru a rayuwa na aure da iyali, sannan ya musanya matsalolin karamin gida da ayyukan da suka takaita ga manyan nauyin yi wa al'umma hidima gabaɗaya, yana gudanar da wani aiki wanda galibi ana tare da tsanantawa daga duniyar da ba a fahimta ba, amma kuma da gamsuwa ta ciki ta Allah."



Yogoda Math , kyakkyawan wurin tarihi na Self-Realization Fellowship a Dakshineswar a kan Ganges. An kafa shi a shekarar 1938 a matsayin wurin yoga ga daliban Gabas da Yamma.



Babban ginin *Yogoda Sat-Sanga Brahmacharya Vidyalaya* da ke Ranchi, Bihar, an kafa shi a shekarar 1918 a matsayin makarantar yoga ga yara maza, tare da ilimin nahawu da kuma makarantar sakandare. Tare da shi akwai aikin agaji na Lahiri Mahasaya.

Wata rana mahaifina ya isa Ranchi don yi masa albarkar uba, amma na dade ina boye masa saboda na bata masa rai ta hanyar kin tayin aikin da ya yi masa na zama ma'aikacin jirgin kasa na Bengal-Nagpur.

"Dana," in ji shi, "Yanzu na daidaita da zabin da ka yi a rayuwa. Yana ba ni farin ciki ganinka a tsakanin wadannan yara masu farin ciki da himma; kai ne wanda ya dace da kai a nan maimakon ka kasance tare da jadawalin jirgin kasa marasa rai." Ya yi wa gungun yara kanana goma sha biyu hannu wadanda ke yi min alama a dugadugansu. "Ina da yara takwas kacal," ya lura da idanunsa masu walkiya, "amma ina jin dadinka!"

Da babban lambun 'ya'yan itace da kuma eka ashirin da biyar masu albarka a hannunmu, dalibai, malamai, da ni kaina mun ji daɗin sa'o'i da yawa na aiki a waje a cikin wannan yanayi mai kyau. Muna da dabbobin gida da yawa, ciki har da karamin

barewa wanda yara suka yi masa sujada sosai. Ni ma ina son ɗan barewa sosai har na bar shi ya kwana a ɗakina. Da gari ya waye, karamin halittar zai kwanta zuwa kan gadona don yin shafa da safe.

Wata rana na ciyar da dabbobin gida da wuri fiye da yadda aka saba, domin dole ne in yi wani aiki a garin Ranchi. Duk da cewa na yi wa yaran gargadi kada su ciyar da ɗan rago har sai na dawo, ɗaya daga cikinsu ya yi rashin biyayya.

kuma na ba wa barewa madara mai yawa. Lokacin da na dawo da yamma, labari mai ban tausayi ya tarbe ni: "Karamin ɗan ragon ya kusa mutuwa, saboda yawan ciyarwa."

Cikin kuka, na ɗora dabbar da ba ta da rai a kan cinyata. Na yi addu'ar Allah ya cece ta. Bayan sa'o'i kaɗan, karamin halittar ya buɗe idanunsa, ya tashi tsaye, ya yi tafiya a hankali. Duk makarantar ta yi ihu don farin ciki.

Amma wani darasi mai zurfi ya zo mini a daren nan, wanda ba zan taɓa mantawa da shi ba. Na zauna tare da ɗan rago har zuwa ƙarfe biyu, lokacin da na yi barci. Barewa ta bayyana a mafarki, ta yi magana da ni:

"Kana hana ni. Don Allah ka sake ni; ka sake ni!"

"To," na amsa a cikin mafarkin.

Ni farka nan take, kuma yi kuka fita, "Saurayi, Lallai barewa shine mutuwa!" The yara yi sauri zuwa nawa gefe.

Na yi gudu zuwa kusurwar ɗakin da na ajiye dabbar. Ya yi ƙoƙarin ƙarshe ya tashi, ya yi tuntube zuwa gare ni, sannan ya faɗi a kafafuna, ya mutu.

A bisa ga karma mai girma wanda ke shiryyarwa da kuma tsara makomar dabbobi, rayuwar barewa ta ƙare, kuma a shirye take ta ci gaba zuwa wani yanayi mafi girma. Amma ta hanyar sha'awata mai zurfi, wadda daga baya na gane cewa son kai ne, kuma ta hanyar addu'o'ina masu ƙwazo, na sami damar riƙe ta a cikin iyakokin siffar dabbar da rai ke fama da ita don samun 'yanci. Ruhin barewa ya yi roƙonsa a cikin mafarki domin, ba tare da izinin ƙaunata ba, ko dai ba zai tafi ba ko kuma ba zai iya tafiya ba. Da zarar na yarda, sai ya tafi.

Duk baƙin ciki ya tafi da ni; Na sake fahimtar cewa Allah yana son 'ya'yansa su ƙaunaci komai a matsayin wani ɓangare na Shi, kuma kada ya ji kamar mutuwa ta ƙare komai. Mutumin da ba shi da masaniya yana ganin bangon mutuwa kawai, yana boyewa, kamar har abada, abokansa masu ƙauna. Amma mutumin da ba shi da alaƙa, wanda yake ƙaunar wasu a matsayin kalmomin Ubangiji, ya fahimci cewa a lokacin mutuwa ƙaunatattu sun dawo ne kawai don samun numfashin farin ciki a cikinsa.

Makarantar Ranchi ta girma daga kanana da sauƙi zuwa wata cibiya da yanzu ta shahara a Indiya. Sassan makarantar da yawa suna samun tallafi daga gudummawar da suka bayar ta son rai daga waɗanda ke farin ciki da ci gaba da manufofin ilimi na rishis. A ƙarƙashin sunan gabaɗaya *Yogoda Sat-Sanga* , **27-4** An kafa makarantun reshe masu bunkasa a Midnapore, Lakshmanpur, da Puri.

Hedikwatar Ranchi tana da sashen lafiya inda ake ba talakawan yankin magunguna

da ayyukan likitoci kyauta. Adadin da aka yi wa magani ya kai matsakaicin sama da mutum 18,000. mutane wani shekara. The *Vidyalaya* yana da yi nasa alama, kuma, a cikin 'Yan Indiya gasa wasanni, kuma a fannin ilimi, inda tsofaffin d'aliban Ranchi da yawa suka shahara a baya rayuwar jami'a.

The makaranta, yanzu a cikin nasa ashirin da takwas shekara kuma Lallai tsakiya na da yawa ayyuka, 27-5 yana da kasance an girmama

ta hanyar ziyarar manyan mutane daga Gabas da Yamma. Daya daga cikin manyan mutane na farko da suka duba *Vidyalaya* a shekarar farko ita ce Swami Pranabananda, "wani waliyyi mai gawawwaki biyu" na Benares. Yayin da babban malami ya kalli kyawawan azuzuwan waje, wadanda aka rike a farkashin bishiyoyi, kuma ya ga da yamma cewa yara kanana suna zaune babu motsi na tsawon sa'o'i suna yin bimbini a yoga, ya yi matuƙar tausayawa.

"Farin ciki ya zo mini," in ji shi, "in ga cewa ana ci gaba da aiwatar da manufofin Lahiri Mahasaya na horar da matasa yadda ya kamata a wannan cibiyar. Albarkar malamina ta tabbata a gare ni."

Wani saurayi da ke zaune a gefena ya yi kokarin yi wa babban

malamin yoga tambaya. "Yallaƙai," in ji shi, "zan zama sufi? Shin

rayuwata ta Allah ce kawai?"

Duk da haka Swami Pranabananda murmushi a hankali, nasa idanu sun kasance huda Lallai nan gaba.

"Yaro," ya amsa, "idan ka girma, akwai kyakkyawar amarya tana jiranka." Daga karshe yaron ya yi aure, bayan ya shafe shekaru yana shirin shiga ƙungiyar Swami.

Wani lokaci bayan Swami Pranabananda ya ziyarci Ranchi, na raka mahaifina zuwa gidan Calcutta inda yogi ke zama na ɗan lokaci. Hasashen Pranabananda, wanda aka yi mini shekaru da yawa da suka gabata, ya zo mini da sauri a rai: "Zan gan ka, tare da mahaifinka, daga baya."

Da Baba ya shiga ɗakin swami, babban yogi ya tashi daga kujerarsa ya rungumi iyayena cikin girmamawa.

"Bhagabati," in ji shi, "Me kike yi game da kanki? Ba ki ganin ɗanki yana tsere zuwa ga Infinite?" Na ji kunya na ji yabon sa a gaban mahaifina. Swami ya ci gaba, "Ka tuna sau da yawa malaminmu mai albarka yana cewa: ' *Banat, banat, ban jai* .' **26-6** Don haka ku ci gaba da *Kriya Yoga* ba tare da bata lokaci ba, kuma ku isa ga hanyoyin Allah cikin sauri.

Jikin Pranabananda, wanda ya bayyana da kyau da ƙarfi a lokacin ziyarar farko da na kai masa a Benares, yanzu ya nuna tsufa, kodayake yanayin jikinsa har yanzu yana nan a mife.

"Swamiji," na tambaya, ina kallon idanunsa kai tsaye, "don Allah ka gaya min gaskiya: Ba ka jin ci gaban tsufa? Yayin da jiki ke rauni, shin fahimtarka game da Allah tana raguwa ?"

Ya yi murmushi kamar mala'ika. "Masoyi yana tare da ni fiye da kowane lokaci yanzu." Cikakken tabbacin ya mamaye hankalina da raina. Ya ci gaba, "Har yanzu ina jin daɗin fansho guda biyu - ɗaya daga Bhagabati a nan, ɗaya kuma daga sama." Yana nuna yatsansa sama, waliyyin ya faɗi cikin farin ciki, fuskarsa ta haskaka da hasken allahntaka - amsar da ta isa ga tambayata.

Da na lura cewa ɗakin Pranabananda yana ɗauke da shuke-shuke da yawa da kuma fakitin iri, sai na tambayi dalilinsu .

"Na bar Benares har abada," in ji shi, "kuma yanzu ina kan hanyata ta zuwa Himalayas. A can zan buɗe wa almajirana ashram. Waɗannan iri za su samar da alayyafo da wasu 'yan kayan lambu. Waɗanda nake kauna za su rayu cikin sauƙi, suna batar da lokacinsu cikin haɗin kai mai albarka na Allah. Babu wani abu da ake buƙata."

Uba ya tambaya nasa ɗan'uwa almajiri yausha shi zai dawo zuwa Calcutta.

"Ba za a sake yin hakan ba," sai waliyyin ya amsa. "A wannan shekarar ce Lahiri Mahasaya ya gaya mini zan bar kaunataccen Benares dina har abada in je Himalayas, a can in jefar da jikina na mutuwa."

Idanuna cike da hawaye saboda kalamansa, amma swami ya yi murmushi cikin nutsuwa. Ya tunatar da ni wani karamin yaro na sama, zaune lafiya a kan cinyar Uwar Allah. Nauyin shekaru ba shi da wani mummunan tasiri ga cikakken ikon ruhaniya na babban yogi. Yana iya sabunta jikinsa yadda ya ga dama; duk da haka wani lokacin ba ya kula da jinkirta tsufa, amma yana barin Karmarsa ta yi aiki. kansa ya fito a kan matakin zahiri, yana amfani da tsohon jikinsa a matsayin abin da ke ceton lokaci don kawar da buƙatar yin aikin karma a cikin sabon jiki.

Watanni daga baya Ni hadu wani tsoho aboki, Sanandan, Hukumar Lafiya ta Duniya ya kasance ɗaya na Pranabananda's rufe almajiransa.

"Kyakkyawan malamina ya tafi," ya gaya mini, a tsakiyar kuka. "Ya kafa wani gidan ibada kusa da Rishikesh, kuma ya ba mu horo mai kyau. Lokacin da muka zauna lafiya, kuma muka yi saurin yin ruhaniya. Ci gaba a kamfaninsa, ya ba da shawarar wata rana ya ciyar da taron jama'a mai yawa daga Rishikesh. Na tambaya dalilin da yasa yake son adadi mai yawa haka.

"Wannan shine bikin bikina na karshe," in ji shi. Ban fahimci cikakken ma'anar kalmominsa ba .

"Pranabanandaji ya taimaka wajen girki abinci mai yawa. Mun ciyar da kusan baki 2000. Bayan bikin, ya zauna a kan wani babban dandali ya yi wa'azi mai wahayi game da Infinite. A karshe, a gaban dubban mutane, ya juya gare ni, yayin da nake zaune kusa da shi a kan dandali, ina magana da farfi.

"Sanandan, zama an shirya; Ni am za a yi zuwa shura Lallai firam. 27-7 "

"Bayan shiru da mamaki, na yi kuka da farfi, 'Malam, kada ka yi! Don Allah, don Allah, kada ka yi!' Jama'a sun yi ta faman magana, suna kallonmu cikin mamaki. Malamina ya yi min murmushi, amma kallonsa na musamman ya riga ya mayar da hankali kan Har abada.

"Kada ku yi son kai," in ji shi, 'kada ku yi bakin ciki domina. Na daɗe ina yi muku

hidima da farin ciki; yanzu "Ku yi murna ku yi mini fatan alheri. Zan je in haɗu da kaunataccena na Cosmic." A cikin rada, Pranabanandaji ya fara da cewa, "Zan sake haihuwa nan ba da jimawa ba. Bayan jin daɗin ɗan gajeren lokaci na ni'ima mara iyaka, zan dawo." zuwa duniya kuma ku haɗu da Babaji. 27-8 Nan ba da jimawa ba za ku san lokacin da kuma inda raina ya kasance a cikin sabon jiki.

"Shi ne yi kuka kuma, 'Sanandan, nan Ni shura Lallai firam ta hanyar Lallai dakika *Kriya Yoga* . 27-9

"Ya kalli teku na fuskoki a gabanmu, ya kuma yi mana albarka. Yana mai da hankalinsa zuwa ga idon ruhaniya, sai ya zama ba ya motsi. Yayin da taron da suka ruƙe suka yi tunanin yana bimbini cikin farin ciki, ya riga ya bar alfarwar jiki ya saka ransa cikin sararin samaniya. Almajiran suka taɓa jikinsa, yana zaune a cikin yanayin lotus, amma ba jikinsa mai dumi ba ne. Sai kawai wani tsauni mai tauri ya rage; mai haya ya gudu zuwa bakin teku marar mutuwa."

Ni tambaya ina Pranabananda ya kasance zuwa zama sake haihuwa.

"Wannan amana ce mai tsarki da ba zan iya bayyana wa kowa ba," Sanandan ya amsa. "Wataƙila za ka iya gano wata hanya."

Shekaru bayan haka na gano daga Swami Keshabananda **27-10** cewa Pranabananda, 'yan shekaru bayan haihuwarsa da sabon jiki, ya tafi Badrinarayan a cikin Himalayas, kuma a can ya haɗu da kungiyar waliyyai a kusa da babban Babaji.

.....
27-1 : *Vidyalya* , makaranta. *Brahmacharya* a nan yana nufin ɗaya daga cikin mataƙai huɗu a cikin shirin Vedic na rayuwar ɗan adam, kamar yadda ya kunshi wancan na (1) Lallai mai yin aure ɗalibi (*brahmachari*); (2) Lallai mai gida tare da abin duniya nauyi (*grihastha*);

Lallai mai bauta (*wani abu mai kama da haka*); (4) Lallai daji mazaunin ko mai yawo, kyauta daga duk na duniya (3) damuwa (*sannyasi*). Wannan tsari mai kyau na rayuwa, yayin da ba a ko'ina an lura a cikin na zamani Indiya, har yanzu yana da da yawa mai ibada mabiya. The huɗu mataƙai su ne ana gudanar da shi ta hanyar addini a karkashin .jagorancin malami na tsawon rai

27-2 : A lamba na Ba'amurke ɗalibai kuma suna da kware daban-daban *asanas* ko matsayi, ciki har da Bernard Cole, malami a Los Angeles na koyarwar Self-Fahimtar Fellowship.

27-3 : *Alamar* 10:29-30 ..

27-4 : Yoga: *yoga* , kungiyar haɗin gwiwa, jituwa, daidaito; *da* , wancan wanda yana ba da gudummawa. Asabar-Sanga: *zaune* , gaskiya; *sanga* , zumunci. A cikin Yamma, zuwa gujewa Lallai amfani na wani Sanskrit suna, Lallai *Yogoda Asabar-Sanga* motsi yana da kasance an kira Lallai *Zumuntar Gane Kai* .

27-5 : The ayyuka a Ranchi su ne an bayyana Kara cikakken a cikin **babi 40** . The Lakshmanpur makaranta shine a cikin Lallai mai iyawa caji na Mr. GC Dey, BA Sashen lafiya yana karkashin kulawar Dr. SN Pal da Sasi Bhusan Mullick.

27-6 : Daya na Lahiri Mahasaya's wanda aka fi so jawabi, da aka bayar kamar yadda karfafawa don nasa ɗaliban juriya. A fassara kyauta ita ce: "Yin ƙoƙari, ƙoƙari, wata rana sai ga! Manufar Allah!"

27-7 : watau, bayar sama Lallai jiki.

27-8 : Lahiri Mahasaya's guru, Hukumar Lafiya ta Duniya shine har yanzu rayuwa. (Duba **babi 33**.)

27-9 *Kriya* ta biyu , kamar yadda Lahiri Mahasaya ya koyar, tana ba wa mai ibada wanda ya kware a cikinta damar tafiya da komawa ga jiki da sanin yakamata a kowane lokaci. Na Ci Gaba yogis amfani Lallai daƙiƙa Kriya dabara a lokacin Lallai na karshe fita na mutuwa, wani lokacin da suka san a gaba.

27-10 : Nawa taro tare da Keshabananda shine an bayyana a cikin **babi 42** .

BABI: 28

Kashi, Sake Haihuwa Kuma An sake ganowa

"Don Allah yi ba je cikin Lallai ruwa. Bari mu yi wanka ta hanyar nutsewa namu bokiti."

Ina yi wa kananan daliban Ranchi jawabi wadanda suka raka ni tafiya mai nisan mil takwas zuwa wani tudu makwabci. Tafkin da ke gabanmu yana da ban sha'awa, amma wani abin kyama ne ya taso mini a rai.

Kungiyar da ke kewaye da ni ta bi misalina na tsoma bokiti, amma wasu samari kafan sun yarda da jarabar ruwan sanyi. Da zarar sun nutse, sai manyan macizai na ruwa suka kewaye su. Yaran suka fito daga tafkin da barkwanci.

Mun ji daɗin abincin rana na hutu bayan mun isa inda za mu je. Na zauna a farkashin bishiya, tare da gungun dalibai. Da suka same ni cikin yanayi mai ban sha'awa, sai suka yi min tambayoyi da yawa.

"Don Allah ka gaya min, yallaɓai," wani matashi ya tambaya, "ko zan ci gaba da kasancewa tare da kai a kan hanyar kin yarda da kai."

"A'a, ba," Ni ya amsa, "kai nufin zama tilas an dauka nesa zuwa naka gida, kuma daga baya kai nufin aure.

Cikin rashin yarda, ya yi zanga-zanga mai zafi. "Idan na mutu ne kawai za a iya kai ni gida." Amma cikin 'yan watanni, iyayensa suka zo suka tafi da shi, duk da juriyarsa da hawaye; wasu shekaru bayan haka, ya yi aure.

Bayan amsa tambayoyi da yawa, wani yaro mai suna Kashi ya yi min jawabi. Yana da kimanin shekara goma sha biyu, dalibi ne mai hazaka, kuma kowa yana kaunarsa.

"Yallaɓai," shi ya ce, "mene ne nufin zama nawa kaddara?"

"Kai zai nan ba da jimawa ba zama mutu." The amsa ya zo daga nawa lebe tare da wani wanda ba za a iya jurewa ba karfi.

Wannan bayanin da ba a zata ba ya girgiza ni kuma ya bata min rai har ma da duk wanda ke wurin. Ina tsawatar wa kaina a hankali a matsayina na *jariri*, na ki amsa wasu tambayoyi.

A kunne namu dawo zuwa Lallai makaranta, Kashi ya zo zuwa nawa dakin.

"Idan na mutu, za ka same ni idan aka sake haihuwata, ka kuma dawo da ni kan hanyar ruhaniya?" Ya yi kuka.

Na ji kamar na ki wannan babban nauyin asiri. Amma bayan makonni, Kashi ya matsa mini da karfi. Ganin yadda ya ji tsoro har ya kai ga inda zai kai shi ga yin nasara, sai na yi masa ta'aziyya.

"Eh," Ni yi alkawari. "Idan Lallai Mai Sama Uba rance Nasa taimako, Ni nufin gwada zuwa nemo kai."

A lokacin hutun bazara, na fara tafiya ta ɗan gajeren lokaci. Na yi nadama da rashin iya ɗaukar Kashi tare da ni, na kira shi ɗakina kafin na tafi, na kuma umarce shi da kyau ya ci gaba da kasancewa, ba tare da lallashi ba, cikin rawar jiki na ruhaniya na makarantar. Na ji cewa idan bai koma gida ba, zai iya guje wa bala'in da ke tafe.

Da zarar na tafi, sai mahaifin Kashi ya isa Ranchi. Ya yi kokarin karya wasiyyar ɗansa, yana mai bayyana cewa idan Kashi zai je Calcutta na tsawon kwana huɗu kacal don ganin mahaifiyarsa, Sai ya iya dawowa. Kashi ya ƙi amincewa da hakan. Daga ƙarshe mahaifin ya ce zai ɗauki yaron. An yi watsi da shi da taimakon 'yan sanda. Barazanar ta dame Kashi, wanda bai yarda ya zama sanadin duk wani mummunan talla ga makarantar ba. Bai ga wani zafi ba sai ya tafi.

Na koma Ranchi bayan 'yan kwanaki. Da na ji labarin yadda aka cire Kashi, sai na yi horo nan take zuwa Calcutta. A can na ɗauki motar haya ta dawaki. Abin mamaki, yayin da motar ta wuce gadar Howrah da ke kan Ganges, na ga mahaifin Kashi da sauran danginsa sanye da kayan makoki. Ina ihu ga direbana ya tsaya, na yi sauri na fita na kalli mahaifin da ba shi da sa'a.

"Mr. Mai kisan kai," Ni yi kuka ɗan lokaci ba tare da hankali ba, "kai suna da an kashe nawa yaro!"

Mahaifin ya riga ya fahimci kuskuren da ya yi wajen kawo Kashi zuwa Calcutta da ƙarfi. A cikin 'yan kwanakin da yaron ya je can, ya ci abinci mai gurɓataccen abinci, ya kamu da cutar kwalara, sannan ya mutu.

Soyayyata ga Kashi, da kuma alkawarin nemansa bayan mutuwa, dare da rana suna damuna. Ko ina na je, fuskarsa ta bayyana a gabana. Na fara nemansa abin tunawa, ko da yake tun da ɗaɗewa na nemi mahaifiyata da ta face.



Kashi, face kuma sake ganowa



Dan uwana Bishnu; Motilal Mukherji na Serampore, babban almajiri na Sri Yukteswar; Uba na; Mista Wright; kaina; Tulsi Narayan Bose; Swami Satyananda na Ranchi



Tawagar wakilai zuwa taron kasa da kasa na masu sassaucin ra'ayi na addini na shekarar 1920 a Boston, inda na yi jawabi na farko a Amurka. (*Hagu zuwa dama*) Rev. Clay MacCauley, Rev. T. Rhondda Williams, Farfesa S. Ushigasaki, Rev. Jabez T. Sunderland, ni da kaina, Rev. Chas. W. Wendte, Rev. Samuel A. Eliot, Rev. Basil Martin, Rev. Christopher J. Titi, Rev. Sama'ila M. Kwayoyin cuta.

Na ji cewa tunda Allah ya ba ni ikon tunani, dole ne in yi amfani da shi kuma in yi amfani da karfina sosai don gano ka'idodi masu zurfi waɗanda zan iya sanin inda yaron yake. Yana da rai mai rawar jiki da sha'awa da ba a cika ba, na fahimci - tarin haske yana shawagi a wani wuri a tsakanin miliyoyin rayuka masu haske a yankunan taurari. Ta yaya zan iya daidaita kaina da shi? shi, a cikin hasken da ke girgiza wasu rayuka da yawa?

Amfani da wani sirri yoga dabara, Ni an watsa nawa soyayya zuwa Kashi rai ta hanyar
Lallai makirufon

ido na ruhaniya, wurin ciki tsakanin gira. Tare da eriya ta hannaye da yatsun hannuwa a sama, Ni sau da yawa juya kaina zagaye kuma zagaye, kofari zuwa gano wuri Lallai alkibla a cikin wanda shi an sake haifar da ni a matsayin tayi. Ina fatan samun amsa daga gare shi a cikin rediyon zuciyata da aka daidaita da hankali.

28-1

A zahiri na ji cewa Kashi zai dawo duniya nan ba da jimawa ba, kuma idan na ci gaba da watsa kirana gare shi ba tare da fata lokaci ba, ransa zai amsa. Na san cewa karamin motsin da Kashi ya aiko mini zai ji a yatsuna, hannaye, hannaye, kashin baya, da jijiyoyi.

Da himma ba tare da raguwa ba, na yi aikin yoga a hankali tsawon watanni shida bayan mutuwar Kashi. Ina tafiya tare da wasu abokaina wata safiya a cikin yankin Bowbazar mai cike da jama'a na Calcutta, na daga hannuwana kamar yadda na saba. A karon farko, an sami amsa. Na yi farin ciki da na ga motsin wutar lantarki yana saukowa daga yatsun hannu da tafukan hannu na. Wadannan kwararar ruwa sun fassara kansu zuwa wani tunani mai karfi daga cikin zurfin sanina: "Ni ne Kashi; Ni ne Kashi; zo gare ni!"

Tunanin ya kusan zama kamar ana jin sa yayin da na mai da hankali kan rediyon zuciyata. A cikin wani yanayi mai ban mamaki, dan karamin rafa na Kashi, **28-2** Na ji kiransa akai-akai. Na kama hannun daga daga cikin abokan aikina, Prokash Das, **28-3** kuma ya yi masa murmushi cikin farin ciki.

"Yana kamanni kamar yadda duk da haka Ni suna da yana nan Kashi!"

Na fara juyawa da juyawa, abin da abokaina da taron da ke wucewa ba su gani ba suka yi mini dafi. Karfin wutar lantarkin yana ratsa yatsuna ne kawai lokacin da na fuskanci wata hanya da ke kusa, wadda aka yi wa lakabi da "Serpentine Lane." Ruwan taurarin ya bace lokacin da na juya zuwa wasu hanyoyi.

"Ah," na yi ihu, "Rayuwar Kashi dole tana zaune a cikin mahaifar wata uwa wacce gidanta yake a wannan layin."

Ni da abokan tafiyata muka kusanci Layin Serpentine; girgizar da ke cikin hannuna da na daga sama ta kara karfi, ta kara bayyana. Kamar dai ta hanyar maganadisun, an ja ni zuwa gefen dama na hanya. Ina isa kofar wani gida, na yi mamakin ganin kaina a cikin damuwa. Na buga kofar cikin yanayi mai cike da farin ciki, ina riƙe numfashina. Na ji cewa karshen nasara ya zo ne saboda dogon bincike na mai wahala, kuma tabbas ba a saba gani ba!

Wani bawa ne ya buƙe kofar, ya gaya mini cewa maigidanta yana gida. Ya sauko daga matattakalar daga bene na biyu ya yi mini murmushi yana tambaya. Ban san yadda zan tsara tambayar ba, nan take na fahimci kuma na yi kuskure.

"Don Allah gaya ni, yallaɓai, idan kai kuma naka matar aure suna da kasance tsammani wani yaro don game da shida watanni?"

"Eh, haka ne." Ganin cewa ni mai swami ne, wanda ya fi sanya kayan lemu na gargajiya, ya kara da ladabi, "Ka yi addu'a ka sanar da ni yadda ka san al'amura na."

Yaushe shi an ji game da Kashi kuma Lallai alkawari Ni yana da an bayar, Lallai mamaki mutum ya yi imani nawa labari.

"Za a haifa maka da namiji mai launin fata mai kyau," na gaya masa. "Zai yi fuska mai faɗi, tare da lasar saniya a goshinsa. Halinsa zai kasance na ruhaniya." Na ji da tabbacin cewa yaron da zai zo zai kasance da irin wannan kamanceceniya da Kashi.

Daga baya na ziyarci yaron, wanda iyayensa suka ba shi tsohon sunansa Kashi. Ko da yake yana karami, kamanninsa ya yi kama da na ɗalibina mai ƙauna a Ranchi. Yaron ya nuna mini ƙauna nan take; jan hankalin da ya yi a baya ya tashi da ƙarfi biyu.

Shekaru bayan haka, yaron matashin ya rubuto min wasika a lokacin da nake Amurka. Ya bayyana sha'awarsa ta bin hanyar da mutum zai bi ya bar addininsa. Na tura shi zuwa ga wani malamin Himalaya wanda har zuwa yau yake jagorantar Kashi da aka sake haifa.

.....
28-1 : Wasiyyar, wadda aka haska daga inda take tsakanin gira, an san ta da yogis a matsayin na'urar watsa labarai ta tunani. Yaushe Lallai ji shine cikin nutsuwa mai da hankali a kunne Lallai zuciya, shi ayyukan kamar yadda wani na tunani rediyo, kuma gwangwani karɓa Lallai sakonni na wasu daga nesa ko kusa. A cikin yanayin sadarwa ta hanyar sadarwa ta hanyar sadarwa ta hanyar sadarwa ta hanyar sadarwa ta hanyar sadarwa ta hanyar sadarwa ta hanyar sadarwa ta hanyar sadarwa ta hanyar sadarwa ta duniya, ana watsa rakuman lantarki waɗanda, bi da bi, ke fassara kansu zuwa rakuman tunani a cikin zuciyar ɗayan mutumin.

28-2 : Kowace rai a cikin nasa tsarki jiha shine mai ilimi da komai. Kashi rai an tuna duk Lallai halaye na Kashi, Lallai yaro, don haka ya kwaikwayi muryarsa mai kaifi domin ya jawo hankalina.

28-3 : Prokash Das shine Lallai yanzu darakta na namu Yogoda Lissafi (wurin haihuwa) a Dakshineswar a cikin Bengal.

BABI: 29

Rabindranath Tagore Kuma Ni Kwatanta Makarantu

"Rabindranath Tagore an koyar mu zuwa waka, kamar yadda wani na halitta siffa na kai- bayyana ra'ayi, so Lallai tsuntsaye."

Bhola Nath, wani yaro ɗan shekara goma sha huɗu mai hazaka a makarantar Ranchi da nake, ya ba ni wannan bayanin bayan na yaba masa wata safiya kan yadda yake furta kalamansa masu daɗi. Ko da kuwa ba tare da tsokana ba, yaron ya zubar da wani rafi mai daɗi. Ya taɓa halartar makarantar Tagore mai suna

"Santiniketan" (Haven of Peace) a Bolpur.

"Wakokin Rabindranath suna ta yawo a bakina tun ina karami," na gaya wa abokina. "Dukan Bengal, har ma da manoma marasa karatu, suna jin dadin wakarsa mai girma."

Ni da Bhola mun rera waƙoƙi kaɗan daga Tagore, wanda ya fara rera dubban waƙoƙin Indiya, wasu na asali wasu kuma na tsoffin waƙoƙin.

"Na haɗu da Rabindranath jim kaɗan bayan ya sami kyautar Nobel ta adabi," na ce bayan haka "Na yi mamakin ziyararsa saboda na yaba da jarumtarsa ta rashin diflomasiyya wajen kawar da masu sukarsa a fannin adabi." Na yi dariya.

Bhola da mamaki tambaya Lallai labari.

"Malamai sun yi wa Tagore mummunan suka saboda gabatar da sabon salo a cikin waƙoƙin Bengali," na fara. "Ya haɗa maganganun magana da na gargajiya, yana watsi da duk iyakokin da aka tsara waɗanda ke da mahimmanci ga zukatan masu sharhi. Waƙoƙinsa sun ƙunshi gaskiya mai zurfi ta falsafa a cikin kalmomin da ke jan hankali, ba tare da la'akari da siffofin adabi da aka yarda da su ba.

"Wani mai suka mai tasiri ya yi wa Rabindranath kallon 'mawaƙin tattabara wanda ya sayar da takardunsa a rubuce don samun kuɗi kaɗan.' Amma ɗaukar fansar Tagore ta kusa; duk ƙasashen Yammacin duniya sun yi masa mubaya'a jim kaɗan bayan ya fassara masa Gitanjali ("Tayin Waƙoƙi") zuwa Turanci. Mutane da yawa, ciki har da waɗanda suka yi masa suka a baya, sun je Santiniketan don taya shi murna.

"Rabindranath ya karɓi baƙi ne kawai bayan dogon jinkiri da aka yi da gangan, sannan ya ji yabonsu cikin shiru. A ƙarshe ya juya musu makamansu na suka.

"Ya ku jama'a,' in ji shi, 'ƙaramin girmamawa da kuke bayarwa a nan ya haɗu da ƙamshin rainin da kuka yi a baya. Shin akwai wata alaƙa tsakanin kyautar Nobel da na ba ku, da kuma ƙarfin godiyar da kuka yi ba zato ba tsammani? Ni ne mawaƙin da ya ɓata muku rai lokacin da na fara ba da furannina masu kayatarwa a wurin ibada na Bengal.'

"Jaridu sun buga labarin azabtarwar da Tagore ya yi musu. Na yaba da kalamannin da wani mutum ya furta ba tare da an yi masa sihiri ba," na ci gaba da cewa.

"Sakatarensa, Mr. CF Andrews, **29-1, ya gabatar da ni ga Rabindranath a Calcutta.** wanda kawai yake sanye da *doti na Bengali* . Ya kira Tagore da *gurudeva nasa cikin ƙauna* .

"Rabindranath ya karɓe ni da kyau. Ya fito da wani yanayi mai kwantar da hankali na fara'a, al'ada, da kuma ladabi. Da yake amsa tambayata game da tarihin adabinsa, Tagore ya gaya mini cewa wani tsohon tushen wahayinsa, ban da littattafan addini namu, shine mawaƙin gargajiya, Bidyapati."

Da waɗannan abubuwan tunawa suka yi wahayi zuwa gare ni, na fara rera waƙar Tagore ta tsohuwar waƙar Bengali, "Haske Fitilar Kaunarka." Ni da Bhola muka yi waƙa cikin farin ciki yayin da muke yawo a kan filin *Vidyala* .

Kimantin shekaru biyu bayan kafa makarantar Ranchi, Rabindranath ya gayyace ni in ziyarce shi a Santiniketan domin tattauna manufofinmu na ilimi. Na tafi cikin farin ciki. Mawakin yana zaune a dakin karatunsa lokacin da na shiga; a lokacin, kamar a taronmu na farko, na yi tunanin yana da ban sha'awa sosai. samfurin namiji mai kyau kamar yadda kowane mai zane zai iya so. Fuskarsa mai kyau, mai daraja ta patrician, an yi mata ado da dogon gashi da gemu mai sheki. Manyan idanu masu narkewa; murmushin mala'iku; da kuma

muryarsa mai kama da sarewa wadda take da ban sha'awa. Jajirtacce, dogo, kuma mai kauri, ya haɗa tausayin mace da kuma jin daɗin yaro ba tare da ɓata lokaci ba. Babu wani tunani mai kyau game da Mawaki zai iya samun mafi dacewa fiye da wannan mawaki mai tausayi.

Ni da Tagore ba da daɗewa ba muka zurfafa cikin nazarin kwatanta makarantunmu, waɗanda aka kafa bisa ga ka'idodi marasa tsari. Mun gano abubuwa da yawa iri ɗaya - koyarwa a waje, sauki, da isasshen ikon kirƙirar yaron. Duk da haka, Rabindranath ya jaddada mahimmancin nazarin adabi da waƙa, da kuma bayyana kansa ta hanyar kiɗa da waƙa wanda na riga na lura a yanayin Bhola. Yaran Santiniketan sun lura da lokutan shiru, amma ba a ba su horo na musamman na yoga ba.

Mawakin ya saurara da kyau ga bayanina game da darussan "Yogoda" masu ƙarfafawa da dabarun tattara hankali na yoga waɗanda ake koya wa dukkan ɗalibai a Ranchi.

Tagore ya gaya min irin matsalolin da ya fuskanta a farkon karatunsa. "Na gudu daga makaranta bayan na kammala aji biyar," in ji shi yana dariya. Na fahimci yadda aka wulakanta shi a cikin waƙarsa ta asali. yanayi mai ban tsoro da na ladabtarwa na ɗakin makaranta.

"Shi ya sa na buɗe Santiniketan a ƙarƙashin bishiyoyi masu inuwa da ɗaukakar sararin sama." Ya ya yi alama da kyau ga ƙaramin rukuni da ke karatu a cikin kyakkyawan lambun. "Yaro yana cikin yanayinsa na halitta tsakanin furanni da tsuntsayen waƙa. Ta haka ne kawai zai iya bayyana cikakken boyayyen dukiyaarsa ta mutum ɗaya. Ba za a taɓa cusa ilimi na gaskiya daga waje ba; maimakon haka dole ne ya taimaka wajen kawo tarin hikima mara iyaka a cikin ba zato ba tsammani."

29-2

Na yarda. "Dabi'un matasa masu manufa da kuma bauta wa jarumai suna cikin yunwar abinci na musamman na kididdiga da kuma zamanin da aka saba gani."

Mawakin ya yi magana da ƙauna game da mahaifinsa, Devendranath, wanda ya zaburar da farkon Santiniketan.

"Baba ya ba ni wannan ƙasa mai albarka, inda ya riga ya gina gidan baki da haikali," in ji Rabindranath. "Na fara gwajin ilimi na a nan a shekarar 1901, da yara maza goma kacal. Fam dubu takwas da suka zo tare da kyautar Nobel duk an yi su ne don kula da makarantar."

The dattijo Tagore, Devendranath, sananne nisa kuma faɗi kamar yadda "Maharishi," ya kasance wani sosai mutum mai ban mamaki, kamar yadda mutum zai iya gani daga tarihin rayuwarsa . An shafe shekaru biyu na balagarsa yana yin

bimbini a tsaunukan Himalayas. Haka kuma, mahaifinsa, Dwarkanath Tagore, an yi bikin cika shekaru biyu a Bengal saboda kyawawan ayyukansa na jama'a. Daga wannan bishiyar mai ban mamaki ta samo asali ne daga dangin hazikai. Ba Rabindranath kadai ba; duk danginsa sun shahara a fannin kirkirar abubuwa. 'Yan uwansa, Gogonendra da Abanindra, suna cikin manyan masu fasaha 29- 3 na Indiya; wani kuma ɗan'uwa, Dwijendra, shine wani gani mai zurfi masanin falsafa, a na wa mai laushi kira tsuntsayen da halittun daji suna amsawa.

Rabindranath ya gayyace ni in kwana a gidan baki. Hakika abin sha'awa ne, da yamma, ganin mawaƙin zaune tare da ƙungiya a baranda. Lokaci ya koma baya:

Yanayin da ke gabana kamar na tsohuwar gidan ibada ne - mawaƙi mai farin ciki wanda masu bauta masa suka kewaye shi, duk suna cikin kaunar Allah. Tagore ya saka kowace daure da igiyar jituwa. Bai taba yin karfin hali ba, ya jawo kuma ya kama zuciya ta hanyar maganadisu mai karfi. Furen poesy mai wuya yana fure a cikin lambun Ubangiji, yana jan hankalin wasu ta hanyar kamshi na halitta!

Da muryarsa mai daɗi, Rabindranath ya karanta mana kaɗan daga cikin waƙoƙinsa masu daɗi, waɗanda aka kirƙira sabo. Yawancin waƙoƙinsa da wasannin kwaikwayo, waɗanda aka rubuta don daɗibansa, an rubuta su ne a Santiniketan. Kyawun labaransa, a gare ni, yana cikin fasaharsa ta ambaton Allah a kusan kowace "Ba na son yin waƙa," in ji shi, "Na sha giya da farin cikin waƙa, na manta da kaina kuma na kira ka aboki wanda shine ubangijina."

Washegari, bayan cin abincin rana, na yi wa mawaƙin bankwana da rashin son sani. Ina farin ciki da cewa ƙaramar makarantarsa ta girma zuwa jami'a ta duniya, "Viswa-Bharati," inda masana daga dukkan ƙasashe suka sami wuri mai kyau.

"Inda hankali yake babu tsoro kuma ana daga kai sama; Inda ilimi yake da 'yanci;
Inda duniya ba ta rabu gida-gida ba saboda kananan ganuwar gida;
Ina kalmomi zo fita daga Lallai zurfin na gaskiya;
Ina ba tare da gajiya ba ƙoƙari shimfiɗa nasa makamai zuwa ga kamala;
Inda kwararar hankali ba ta rasa hanyarta zuwa cikin yashi mai ban tsoro na rashin daɓi'a ba;
Inda kai ne ke jagorantar tunani da aiki mai faɗaɗawa koyaushe;
Zuwa cikin wannan aljannar 'yanci, ya Ubana, bari ƙasata ta farka! " **29-4**

RABINDRANATH TAGORE

29-1 : The Turanci marubuci kuma mai tallatawa, rufe aboki na Mahatma Gandhi. Mr. Andrews shine an girmama a cikin Indiya don nasa ayyuka da yawa ga ƙasar da ya karɓa.

29-2 "Rayuwa sau da yawa ana haihuwarta, ko kuma, kamar yadda Hindu ke faɗa, 'tafiya ta hanyar rayuwa ta cikin dubban haihuwa' . . . a can shine babu komai na wanda ita yana da ba samu Lallai ilimi; a'a abin al'ajabi wancan ita shine iya zuwa tuna . . . abin da ta sani a da. Don bincike da ilmantarwa duk abin tunawa ne. "- *Emerson* .

29-3 : Rabindranath, kuma, a cikin nasa shekarun sittin, tsunduma cikin a cikin wani mai tsanani karatu na zane. Nunin Nunin na nasa "mai zuwa nan gaba" aiki an bayar da su shekaru da suka gabata a manyan biranen Turai da New York.

29-4 : *Gitanjali* (New York: Macmillan Co.). Za a sami nazari mai zurfi game da mawaƙin a cikin *Falsafar Rabindranath*

Tagore , ta hanyar Lallai an yi bikin malami, Yallaɓai S. Radhakrishnan (Macmillan, 1918). Wani kuma bayani girma shine

- B. K. Roy's *Rabindranath Tagore: The Mutum Kuma Nasa Waƙa* (Sabo) York: Dodd, Mada, 1915). *Buddha Kuma The Bishara Na addinin Buddha* (Sabo) York: na Putnam, 1916), ta hanyar Lallai fitattu Gabas fasaha iko, Ananda K. .Coomaraswamy, ya kunshi wasu zane-zane masu launi na d'an'uan mawaƙin, Abanindra Nath Tagore

BABI: 30

The Dokar Na Mu'ujizai

Babban marubucin marubuci Leo Tolstoy ya rubuta wani labari mai dafi, *The Three Hermits* . Abokinsa Nicholas Roerich **30-1** ya takaita labarin, kamar haka:

"A wani tsibiri akwai tsofaffin mala'iku uku da suka rayu. Suna da sauƙi sosai har addu'ar da suka yi ita ce: 'Mu uku ne; Kai uku ne - ka yi mana rahama!' Manyan mu'ujizai sun bayyana a lokacin wannan addu'ar da ba ta dace ba.

"Bishop na gida **30-2** Ya zo ya ji labarin mala'iku uku da addu'arsu da ba za a yarda da ita ba, kuma ya yanke shawarar ziyartar su domin ya koya musu addu'o'in da aka yi musu a cikin coci. Ya isa tsibirin, ya gaya wa mala'iku cewa rokonsu na sama ba shi da kunya, kuma ya koya musu addu'o'in da aka saba yi. Sai bishop ya tafi a cikin jirgin ruwa. Ya ga, yana bin jirgin, wani haske mai haske. Yayin da yake gabatowa, ya hango mala'iku uku, waƙanda ke riƙe da hannu suna gudu a kan rakuman ruwa don ƙoƙarin mamaye jirgin.

"'Mun manta da addu'o'in da ka koya mana,' suka yi kuka yayin da suka isa ga bishop, 'kuma sun yi sauri su roke ka ka maimaita su.' Bishof ɗin da ya yi mamaki ya girgiza kansa.

"'Ya ku kaunatattu,' ya amsa da tawali'u, 'ku ci gaba da rayuwa

da tsohuwar addu'arku!'" Ta yaya tsarkaka uku suka yi tafiya a

kan ruwa?

Yaya ya yi Almasihu tayar da shi nasa giciye jiki?

Yaya ya yi Lahiri Mahasaya kuma Sri Yukteswar yi nasu mu'ujizai?

Kimiyar zamani, har yanzu ba ta da amsar; duk da cewa da zuwan bam ɗin atomic da abubuwan al'ajabi na radar, an faɗaɗa girman tunanin duniya ba zato ba tsammani. Kalmar "ba zai yiwu ba" tana kara zama ƙasa da bayyana a cikin ƙamus

na kimiyya.

Nassosin Vedic na dā sun bayyana cewa duniyar zahiri tana aiki a karkashin doka daya ta asali ta *Maya* , ka'idar dangantaka da biyuntaka. Allah, Rayuwa Takaitacce, Cikakken Haɗin Kai ne; Shi ba zai iya bayyana a matsayin bayyananniyar halitta daban-daban ba sai dai a karkashin karya ko

Labulen da ba na gaskiya ba ne. Wannan ruɗani na sararin samaniya *maya ne* . Duk wani babban binciken kimiyya na zamani ya zama tabbaci ga wannan shelar rishi mai sauƙi.

Dokar Motsi ta Newton doka ce ta *Maya* : "Ga kowane aiki akwai martani daidai gwargwado da akasin haka; ayyukan juna na kowace jiki biyu koyaushe daidai suke kuma akasin haka." Saboda haka aiki da martani daidai suke. "Samun ƙarfi ɗaya ba zai yiwa ba. Dole ne a sami ƙarfi biyu daidai gwargwado da akasin haka."

Ayyukan halitta na asali duk suna nuna asalin su na mayic. Misali, wutar lantarki wani abu ne na ƙin yarda da jan hankali; electrons da protons ɗinsa kishiyoyin lantarki ne. Wani misali kuma: atom ko barbashin na ƙarshe na abu, kamar ƙasa kanta, maganadisun ne mai sandunan kyau da mara kyau. Duk duniyar ban mamaki tana ƙarƙashin ikon polarity mara misaltuwa; babu wata dokar kimiyyar lissafi, sunadarai, ko wani kimiyya da aka taɓa samunta ba tare da ƙa'idodi masu akasin ko masu bambanci ba.

Saboda haka, kimiyyar zahiri ba za ta iya tsara dokoki a waje da *maya ba* , wato yanayin halitta da kuma tsarinta. Yanayi kanta *maya ne* ; kimiyyar halitta dole ne ta yi aiki da ita wajen magance matsalarta da ba za a iya warwarewa ba. A cikin nata fanni, tana dawwama kuma ba ta ƙarewa; masana kimiyya na gaba ba za su iya yin komai ba sai dai su binciki wani fanni bayan wani na rashin iyakanta. Saboda haka kimiyya ta kasance a cikin wani yanayi na dindindin, ba za ta iya cimma matsaya ba; ta dace da tsara dokokin sararin samaniya da ke akwai kuma yana aiki, amma ba ta da ikon gano Dokar Tsara da Mai Aiki Shi ƙadai. An san manyan bayyanar nauyi da wutar lantarki, amma abin da nauyi da wutar lantarki suke, babu wanda ya san mutum. **30-3**



"by B. K. Mitra a cikin "*Kalyana- Kalpatur-*

A GURU KUMA ALMAJIRIN

Daji gidajen tarihi sun kasance Lallai na da kujeru na koyo, na duniya kuma allahntaka, don Lallai matasa

na Indiya. A nan wani babban malami, wanda ya jingina da gwiwar hannu na yin bimbini, yana fara koya wa almajirinsa asirin Ruhuhu mai girma.

ya fi karfin *Maya*. An dauki tashi sama da halittu biyu kuma a fahimci haɗin kan Mahalicci a matsayin babban burin mutum. Waɗanda suka manne wa ruɗani na sararin samaniya dole ne su yarda da ka'idarsa ta polarity: kwarara da ebb, tashi da faɗuwa, dare da rana, jin daɗi da zafi, nagarta da mugunta, haihuwa da mutuwa. Wannan tsarin zagaye yana daukar wani abu mai ban tsoro, bayan mutum ya wuce dubban haihuwar ɗan adam; ya fara saka ido mai bege fiye da tilastawa *Maya*.

Yage mayafin *maya* yana nufin huda sirrin halitta. Mai yoga wanda ya musanta sararin samaniya shi ne kawai mai bin tauhidi na gaskiya. Duk sauran suna bauta wa gumakan arna. Muddin mutum ya ci gaba da kasancewa karkashin ruɗin yanayi mai kama da biyu, *Maya mai fuskar Janus* ita ce allahiyarsa; ba zai iya sanin Allah ɗaya tilo na gaskiya ba.

Mafarkin duniya, *maya*, ana kiransa da *avidya*, a zahiri, "ba ilimi ba," jahilci, ruɗani. Ba za a taɓa lalata *Maya* ko *avidya* ta hanyar imani ko bincike na hankali ba, sai dai ta hanyar cimma yanayin ciki na *nirbikalpa samadhi*. Annabawan Tsohon Alkawari, da masu gani na dukkan kasashe da shekaru, sun yi magana daga wannan yanayin na sani. Ezekiel ya ce (43:1-2): "Daga baya shi an kawo ni zuwa Lallai kofa, har ma Lallai kofa wancan looketh zuwa ga Lallai gabas: kuma, Ga shi, ɗaukakar Allah na Isra'ila ta fito daga hanyar gabas: muryarsa kuma kamar hayaniyar ruwa mai yawa: kasa kuma ta haskaka da ɗaukakarta." Ta hanyar idon allahntaka a goshin (gabas), Yogi yana yada saninsa zuwa ga ko'ina, yana jin Kalmar ko Aum, sautin allahntaka na ruwaye ko girgizar kasa da yawa wanda shine ainihin gaskiyar halitta.

Daga cikin tarin asirai na sararin samaniya, mafi ban mamaki shine haske. Ba kamar rakuman sauti ba, waɗanda watsawarsu ke buƙatar iska ko wasu kafofin watsa labarai na zahiri, rakuman haske suna wucewa cikin 'yanci ta cikin sararin samaniyar interstellar. Ko da ether mai zato, wanda aka rife a matsayin hanyar haske ta interplanetary a cikin ka'idar undulatory, za a iya watsi da shi bisa ga dalilan Einsteinian cewa halayen geometric na sararin samaniya sun sa ka'idar ether ba ta da mahimmanci. A karkashin kowace hasashe, haske ya kasance mafi sauƙi, mafi 'yanci daga dogaro da abu, daga kowace bayyanar halitta.

A cikin manyan ra'ayoyi na Einstein, saurin haske - mil 186,000 a kowace dakika - ya mamaye dukkan Ka'idar Dangantaka. Ya tabbatar a lissafi cewa saurin haske, gwargwadon tunanin ɗan adam mai iyaka, shine kawai *abin da ke canzawa* a cikin sararin samaniya na kwararar da ba za a iya tsayawa ba. A kan cikakkiyar karfin haske - saurin haske ya dogara ne akan dukkan ma'aunin ɗan adam na lokaci da sarari. Ba madawwami ba ne kamar yadda aka yi la'akari da shi a da, lokaci da

sarari abubuwa ne masu dangantaka da iyaka, suna samo asali ne kawai dangane da ma'aunin saurin haske. Wajen haɗa sarari a matsayin alaƙa mai girma, lokaci ya mika da'awar da ta daɗe zuwa kimar da ba ta canzawa. Yanzu lokaci ya ɓace zuwa ga yanayinsa na gaskiya - ainihin rashin tabbas! Tare da yan bugun alkalami na daidaito, Einstein ya kore duk wata gaskiya mai tsayayye sai ta haske.

A wani ci gaba na baya, Ka'idarsa ta Unified Field Theory, babban masanin kimiyyar lissafi ya kunshi dokoki na nauyi da na electromagnetism a cikin dabarar lissafi ɗaya.

tsari ga bambance-bambancen doka ɗaya, Einstein **30-4** Ya kai ga tsawon shekaru zuwa ga rishis waɗanda suka yi shelar cewa akwai wani tsari na halitta - na *maya mai suna protein* .

A kan ka'idar dangantaka ta zamanin da, akwai yiwuwar lissafi na bincika atom na karshe. Manyan masana kimiyya yanzu suna da karfin gwiwa suna da'awar cewa atom shine makamashi maimakon abu, amma makamashin atom shine ainihin abu na tunani.

"Fahimtar gaskiya cewa kimiyyar zahiri tana da alaƙa da duniyar inuwa tana ɗaya daga cikin manyan ci gaba," in ji Sir Arthur Stanley Eddington a cikin littafinsa *The Nature Of The Physical World* . "A duniyar kimiyyar lissafi muna kallon wasan kwaikwayo na shadowgraph na wasan kwaikwayo na rayuwar da aka saba. Inuwar gwiwar hannuta tana kan teburin inuwa yayin da tawada ta ke gudana a kan takardar inuwa. Duk alama ce, kuma a matsayin alama ce ta masanin kimiyyar lissafi ya bar ta. Sai kuma Hankali mai ilimin kimiyyar lissafi wanda ke canza alamomin.A takaice dai, abin duniya tunani ne-

kaya mai gaskiya abu kuma filaye na karfi na na baya jiki ka'ida su ne gaba ɗaya ba shi da mahimmanci

sai dai a cikin haka nisa kamar yadda Lallai abubuwan tunani yana da kanta juya waɗannan tunani na waje duniya yana da haka

zama duniyar inuwar. Wajen kawar da rudummu mun cire abu, domin hakika mun ga cewa abu yana ɗaya daga cikin manyan rudummu."

Da gano na'urar hangen nesa ta lantarki kwanan nan, an samu tabbataccen shaida game da hasken kwayoyin halitta da kuma bambancin yanayi. *Jaridar New York Times* ta bayar da rahoto mai zuwa game da wani gwaji na na'urar hangen nesa ta lantarki a shekarar 1937 kafin taron Kungiyar Amurka. don Ci gaban Kimiyya:

"Tsarin lu'ulu'u na tungsten, wanda har yanzu ana san shi a kaikaice ta hanyar X-ray, an tsara shi da karfin hali a kan allon fluorescent, yana nuna atom tara a daidai matsayinsu a cikin layin sararin samaniya, cube ɗaya, tare da atom ɗaya a kowane kusurwa ɗaya kuma a tsakiya. Atom ɗin da ke cikin layin lu'ulu'u na tungsten sun bayyana akan allon fluorescent a matsayin wuraren haske, waɗanda aka tsara a cikin tsarin geometric. A kan wannan siffar lu'ulu'u ta haske, ana iya ganin kwayoyin iska masu fashewa a matsayin wuraren haske masu rawa, kama da wuraren hasken rana da ke haskakawa akan ruwa mai motsi. . . .

"An fara gano ka'idar na'urar hangen nesa ta lantarki a shekarar 1927 ta hannun Dr. Clinton J. Davisson da Lester H. Germer na Bell Phone Laboratories, birnin New York, waɗanda suka gano cewa na'urar hangen nesa tana da halaye biyu waɗanda ke shiga cikin halayyar barbashi da kuma rakuman ruwa. Ingancin rakuman ruwa ya ba na'urar hangen nesa halayyar haske, kuma aka fara bincike don kirkiro hanyoyin da za a 'mayar da hankali' na'urorin hangen nesa ta hanyar da ta yi kama da mayar

da hankali kan haske ta hanyar ruwan tabarau."

"Saboda gano ingancin Jekyll-Hyde na electron, wanda ya tabbatar da hasashen da De Broglie, masanin kimiyyar lissafi na Faransa wanda ya lashe kyautar Nobel ya yi a shekarar 1924, kuma ya nuna cewa dukkan yanayin jiki yana da halaye biyu, Dr. Davisson shi ma ya sami kyautar Nobel a fannin kimiyyar lissafi."

"Rafin ilimi," in ji Sir James Jeans a cikin *The Mysterious Universe* , "yana kan hanyarsa ta zuwa ga wata gaskiya mara makama; duniya ta fara kama da babban tunani fiye da babbar na'ura." Don haka kimiyyar karni na ashirin tana kama da shafi daga *Vedas mai duhu* .

To, daga kimiyya, idan dole ne ya kasance haka, bari mutum ya koyi gaskiyar falsafar cewa babu wani abu na zahiri; karkacewarta da kugiyarta *maya ce*, ruɗani. Aljanunta na gaskiya duk suna rushewa a karkashin bincike. Kamar yadda ɗaya bayan ɗaya suke kwantar da hankalin abubuwan da ke karkafa sararin samaniya na zahiri da ke faɗuwa a karkashinsa, mutum yana jin daɗin dogaro da bautar gumakansa, laifinsa na baya na umarnin allahntaka: "Ba za ku sami wasu alloli a gabana ba."

A cikin sanannen lissafinsa wanda ya bayyana daidaiton taro da kuzari, Einstein ya tabbatar da cewa kuzarin da ke cikin kowace kwayar halitta daidai yake da nauyinta ko nauyinta da aka ninka ta murabba'in saurin haske. Sakin kuzarin atom yana faruwa ne ta hanyar lalata kwayoyin halitta. "Mutuwar" kwayar halitta ita ce "haihuwar" Zamanin Atom.

Saurin haske ma'auni ne na lissafi ko kuma mai dorewa ba wai saboda akwai cikakkiyar kima a cikin mil 186,000 a dakika ba, amma saboda babu wani abu na zahiri, wanda nauyinsa ke karuwa da saurinsa, da zai iya kaiwa ga saurin haske. An faɗi wata hanya: kawai jiki na zahiri wanda nauyinsa ba shi da iyaka zai iya daidaita saurin haske.

. Wannan Tsarin ciki Yana kawo Mu Zuwa The Dokar Na Mu'ujizai

Gwanaye waɗanda ke iya canza jikinsu ko wani abu, da kuma motsa su da saurin haske, da kuma amfani da hasken da aka kirƙira wajen kawo ganuwa nan take. kowane jiki bayyanuwar, suna da cika Lallai dole Einsteinian yanayi: nauyinsu ba shi da iyaka.

Sanin yogi cikakke ba a gane shi da sauƙi ba, ba tare da jiki mai ƙunci ba, amma tare da tsarin duniya baki ɗaya. Nauyi, ko "karfin" Newton ko "bayyanuwar rashin karfi" ta Einstein, ba shi da iko ya *tilasta wa* maigida ya nuna mallakar "nauyi" wanda shine yanayin nauyi na dukkan abubuwa na zahiri. Wanda ya san kansa a matsayin Ruhun da ke ko'ina ba ya karkashin taurin jiki a lokaci da sarari. "Zobe-wuce-ba" da aka ɗaure su sun mika wuya ga mai narkewa: "Ni ne Shi."

"Fiat lux! Kuma akwai haske." Umarnin farko na Allah ga halittarsa da aka tsara (*Farawa* 1:3) ya zama ainihin atom guda ɗaya: haske. A kan hasken wannan matsakaici mara komai yana faruwa duk bayyanar allahntaka. Masu bauta na kowane zamani suna shaida bayyanar Allah kamar harshen wuta da haske. "Sarkin sarakuna, Ubangijin iyayengiji; wanda shi kaɗai ne yake da rashin mutuwa, yana zaune a cikin hasken da ba wanda zai iya kusantarsa." **30-5**

Mutumin yoga wanda ta hanyar cikakken tunani ya haɗa saninsa da Mahalicci ya fahimci ainihin sararin samaniya a matsayin haske; a gare shi babu bambanci tsakanin hasken da ke tattare da shi ruwa da hasken da ke samar da kasa. Ba tare

da sanin abu ba, ba tare da girma uku na sarari da girma na huɗu na lokaci ba, maigida yana canja wurin haskensa cikin sauƙi akan hasken fasa, ruwa, wuta, ko iska. Tsawon lokaci mai yawa akan idon ruhaniya mai 'yantar da kai ya ba wa yogi damar kawar da duk wani ruɗani game da abu da nauyin nauyi; daga nan yana ganin duniya a matsayin wani taro na haske wanda ba a bambanta ba.

"Na gani hotuna," Dr. L. T. Troland na Harvard yana gaya mu, "su ne an gina sama a kunne Lallai iri ɗaya ka'ida kamar yadda Lallai

zane-zanen 'rabin-tone' na yau da kullun; wato, an yi su ne da kananan digo-digo ko kananan abubuwa waɗanda ido ba zai iya gane su ba. Karfin retina yana da girma sosai har yana da kyau a gani.

Ana iya samar da jin daɗi ta hanyar kananan Quanta na irin haske mai kyau." Ta hanyar ilimin allahntaka na maigida game da abubuwan haske, nan take zai iya nuna bayyanar kwayoyin haske a ko'ina. Ainihin siffar hasashe - ko itace ne, magani, ko jikin ɗan adam - yana daidai da ikon nufin yogi da kuma hangen nesa.

A cikin tunanin mafarkin mutum, inda ya sassauta masa a cikin barci game da iyakokin son kai da ke kewaye da shi a kowace rana, ikon ikon tunaninsa yana nuna kansa a cikin dare. Ga shi! a cikin mafarkin akwai abokai da suka daɗe da mutuwa, nahiyoyi mafi nisa, waɗanda aka tayar daga matattu. Abubuwan da suka faru a lokacin yarintarsa. Da wannan sanin da ba shi da wani sharadi, wanda aka sani ga dukkan mutane a cikin abubuwan da suka faru na mafarki, ubangijin da Allah ya tsara ya kulla alakar da ba ta taɓa yankewa ba. Ba shi da laifi daga dukkan dalilan kansa, kuma yana amfani da nufin kirƙira da Mahallicci ya ba shi, yogi yana sake tsara kwayoyin haske na sararin samaniya don biyan duk wata addu'ar gaskiya ta mai ibada. Don wannan dalili an halicci mutum da halitta: domin ya tashi a matsayin shugaban *Maya* , yana sanin ikonsa akan sararin samaniya.

"Kuma Allah ya ce, Bari mu yi mutum cikin siffarmu, bisa ga kamanninmu: su kuma mallaki mulki." a kan kifayen tekun, da tsuntsayen sama, da dabbobi, da kuma a kan dukan duniya, da kuma a kan kowane abu mai rarrafe da ke rarrafe a kan kasa." **30-6**

A cikin 1915, nan ba da jimawa ba bayan Ni yana da shiga Lallai Swami Oda, Ni shaida wani hangen nesa na tashin hankali bambanci. A cikinsa Lallai dangantaka na ɗan adam sani ya kasance a sarari an kafa shi; Ni a sarari an fahimta Lallai haɗin kai Hasken Madawwami a bayan mummunan yanayi na *Maya* . Wahayin ya sauko mini yayin da nake zaune wata safiya a cikin karamin ɗakina a cikin gidan Ubana na Gurpar Road. Tsawon watanni Yaƙin Duniya na Daya ya farke a Turai; na yi tunani cikin bakin ciki game da yawan mace-macen da suka faru.

Yayin da na rufe idanuna ina tunani, sai hankalina ya koma ga gawar kyaftin da ke jagorantar wani jirgin yaƙi. Karar bindigogi ta raba iska yayin da ake musayar harsasai tsakanin batura na bakin tekun da bindigogin jirgin. Wata babbar harsashi ta bugi mujallar foda ta wargaza jirgina. Na yi tsalle cikin ruwa, tare da 'yan matukan jirgin ruwa da suka tsira daga fashewar.

Zuciyata na bugawa da ƙarfi, na isa bakin tekun lafiya lau. Amma abin takaici! harsashi ya face ya kawo ƙarshen tashinsa mai zafi a kirjina. Na faɗi ina nishi kasa. Duk jikina ya gurgunce, duk da haka na san cewa ina da shi domin mutum yana sane da cewa kafarsa ta yi barci.

"A karshe, takun da ke tsakanina da Mutuwa ya yi mini wuya," na yi tunani. Da nishi na karshe, na kusa nutsewa cikin suma sai ga shi! Na tsinci kaina zaune a cikin yanayin lotus a d'akina na Gurpar Road.

Hawaye masu ban tsoro sun zubo yayin da na shafa kaina cikin farin ciki na matse hannuna da na sake mallaka - jikina ya yi sanyi babu wata rami a kirjin. Na yi ta rawa ina shaka da fitar da numfashi don tabbatar da cewa ina da rai. A tsakiyar wadannan taya murna, sai na sake ganin yadda hankalina ya koma ga gawar kyafin d'in a bakin tekun da ke cike da hayaki. Rudani ya mamaye ni.

"Ya Ubangiji," Ni yi addu'a, "am ni Ni matacce ko yana raye?"

Wani haske mai ban mamaki ya cika sararin samaniya gaba ɗaya. Wani girgiza mai laushi ya haɗu ya zama kalmomi:

"Me ke da alaƙa da rai ko mutuwa da Haske? Cikin siffar Haskena na yi ka. Dangantakar rayuwa da mutuwa suna cikin mafarkin sararin samaniya. Ga halittarka mara mafarki! Tashi, yaro na, farka!

A matsayin matakai na farkawar ɗan adam, Ubangiji yana wahayi zuwa ga masana kimiyya su gano, a daidai lokaci da wuri, asirin halittarsa. Abubuwan da aka gano na zamani da yawa suna taimaka wa mutane su fahimci sararin samaniya a matsayin bayyanar haske mai karfi iri ɗaya, wanda basirar allahntaka ke jagoranta. Abubuwan al'ajabi na hoton motsi, na rediyo, na talabijin, na radar, na kwayar lantarki ta photo-elektronic - "ido mai lantarki," na makamashin atomic, duk sun dogara ne akan yanayin lantarki na haske.

Zane-zanen fina-finai na iya nuna kowace mu'ujiza. Daga mahangar gani mai ban sha'awa, babu abin mamaki da za a hana ɗaukar hoto. Ana iya ganin jikin taurarin mutum mai haske yana tashi daga yanayin jikinsa mai girma, yana iya tafiya a kan ruwa, yana tayar da matattu, yana juya tsarin abubuwan da suka faru na halitta, kuma yana yin barna da lokaci da sarari. Ta hanyar haɗa hotunan haske yadda ya ga dama, mai ɗaukar hoto yana cimma abubuwan al'ajabi na gani waɗanda babban malami ke samarwa da haskoki na gaske.

Hotunan da suka yi kama da na fim ɗin suna nuna gaskiya da yawa game da halitta. Daraktan Cosmic ya rubuta wasanninsa, kuma ya tattara manyan 'yan wasan kwaikwayo don gasar karni. Daga cikin duhun rumfa ta har abada, Ya zuba haskensa na kirƙira ta cikin fina-finan karnoni masu zuwa, kuma ana jefa hotunan a kan allon sararin samaniya. Kamar yadda hotunan motsi suka bayyana a zahiri, amma haɗuwa ne kawai na haske da inuwa, haka nan nau'ikan halittu na duniya suke kama da na karya. Sararin duniya, tare da nau'ikan rayuwarsu marasa iyaka, ba komai bane illa siffofi a cikin hoton motsi na sararin samaniya, na ɗan lokaci gaskiya ne ga fahimtar ji guda biyar yayin da ake jefa abubuwan a kan allon sanin mutum ta hanyar hasken kirƙira mara iyaka.

Masu kallon sinima za su iya kallon sama su ga cewa duk hotunan allo suna bayyana ta hanyar hasken haske mara hoto. Wannan wasan kwaikwayo mai launi na duniya yana fitowa daga hasken farin haske ɗaya na Tushen Duniya. Da dabarar da ba za a iya tunaninta ba, Allah yana shirya nishaɗi ga 'ya'yansa na ɗan adam, yana mai da su 'yan wasan kwaikwayo da kuma masu kallo a cikin gidan wasan kwaikwayo na duniya.

Wata rana na shiga wani gidan sinima don kallon wani labari na fagen fama na

Turai. Har yanzu ana fafatawa da Yakin Duniya na Daya a Yamma; jaridar ta rubuta kisan gillar da gaske har ta kai ga Na bar gidan wasan kwaikwayo da damuwa.

"Ya Ubangiji," Ni yi addu'a, "me yasa dost Kai izinin irin wannan wahala?"

Abin mamaki na kwarai, amsar gaggawa ta zo a cikin siffar hangen nesa na ainihin fagen fama na Turai. Tsoron gwagwarmayar, cike da matattu da masu mutuwa, ya wuce gona da iri a cikin tashin hankali.

kowane wakilci na Lallai labarai.

"Ka duba da kyau!" Wata murya mai taushi ta yi magana a cikin zuciyata. "Za ka ga cewa waɗannan abubuwan da ake aiwatarwa yanzu a Faransa ba komai ba ne illa wasan kwaikwayo na chiaroscuro. Su ne fina-finan sararin samaniya, na gaske kuma ba na gaskiya ba kamar labaran gidan wasan kwaikwayo da ka gani yanzu - wasan kwaikwayo a cikin wasan kwaikwayo."

Zuciyata har yanzu ba ta yi sanyi ba. Muryar Allah ta ci gaba da cewa: "Halitta haske ne da inuwa, in ba haka ba babu hoto da zai yiwu. Dole ne nagarta da mugunta na *Maya* su kasance suna canzawa cikin iko. Idan farin ciki ba zai kare ba a nan duniyar, shin mutum zai taɓa neman wani? Ba tare da wahala ba, ba ya damuwa da tunawa cewa ya bar gidansa na har abada. Jin zafi abin tunawa ne. Hanyar tsira ta hanyar hikima ce! Bala'in mutuwa ba gaskiya ba ne; waɗanda ke rawar jiki a kai kamar wani ɗan wasan kwaikwayo mara sani wanda ya mutu saboda tsoro a kan dandamali lokacin da aka harba masa wani abu fiye da harsashi mara komai. 'Ya'yana maza 'ya'yan haske ne; ba za su yi barci har abada cikin ruɗani ba."

Ko da yake na karanta labaran littafi mai tsarki game da *Maya*, ba su ba ni zurfin fahimta da ta zo tare da wahayi na mutum da kalmomin ta'aziyya da ke tare da su ba. Dabi'un mutum suna canzawa sosai lokacin da ya gamsu cewa halitta babban fim ne kawai, kuma ba a cikinta ba, amma bayanta, akwai gaskiyarsa.

Da na gama rubuta wannan babi, na zauna a kan gadona a cikin yanayin lotus. Dakina ya yi haske sosai da fitilu biyu masu inuwa. Da na ɗaga idona, sai na lura cewa rufin yana cike da ƙananan fitilu masu launin mustard, suna sheki da rawa da walkiya mai kama da radium. Dimbin hasken da aka yi da fensir, kamar zanen ruwan sama, sun taru a cikin wani rami mai haske suka zuba mini a hankali.

Nan take jikina ya rasa kauri ya koma siffar taurari. Na ji wani irin yanayi mai ban sha'awa yayin da, da kyar na taɓa gadon, jiki mara nauyi ya ɗan canza zuwa hagu da dama. Na duba ɗakin; kayan daki da bango suna kamar yadda aka saba, amma ƙaramin haske ya ninka sosai har rufin ba a iya ganinsa. Na yi mamaki.

"Wannan shine tsarin hotunan sararin samaniya." Murya ta yi magana kamar daga cikin hasken. "Tana zubar da haskenta a kan farin allon zanen gadonka, tana samar da hoton jikinka. Ga shi, siffarka ba komai ba ce illa haske!"

Na kalli hannuna na motsa su gaba da baya, amma ban ji nauyinsu ba. Farin ciki ya mamaye ni. ni. Wannan sararin samaniya tushe na haske, fure kamar yadda nawa jiki, ya yi kama wani allahntaka kwafi na hasken da ke fitowa daga rumfar da ke nuna hoton a cikin gidan sinima kuma suna bayyana a matsayin hotuna a allon.

Na daɗe ina jin wannan hoton fim ɗin jikina a cikin gidan wasan kwaikwayo mai

duhu a dakin kwanana. Duk da wahayi da yawa da na gani, babu wanda ya fi shi. Yayin da mafarkina na jiki mai karfi ya bace gaba daya, kuma fahimtar da na yi ta zurfafa cewa ainihin dukkan abubuwa haske ne, na kalli rafin rai mai karfi na yi magana da karfi.

"Hasken Allah, don Allah ka cire wannan, hoton jikina mai tawali'u, cikin Kanka, kamar yadda aka jawo Iliya zuwa sama da harshen wuta."

Wannan addu'ar a bayyane take abin mamaki; harsashin ya face. Jikina ya ci gaba da daukar nauyinsa na yau da kullun ya nutse a kan gado; tarin fitilun rufi masu haske sun yi walkiya suka face. Da alama lokacin da zan bar wannan duniyar bai yi ba.

"Baya ga haka," na yi tunani a fannin falsafa, "annabi Iliya zai iya jin haushin zato na !"

30-1 : Wannan shahara Rashanci mai fasaha kuma masanin falsafa yana da kasance rayuwa don da yawa shekaru a cikin Indiya kusa Lallai Himalayas. "Daga kololuwa ya zo wahayi," shi yana da an rubuta. "A cikin kogo kuma a kan Lallai kololuwa ya rayu Lallai rishis. Sama Lallai dusar kanƙara kololuwa na Himalayas tana kona haske mai haske, fiye da taurari da kuma walkiya mai ban mamaki.

30-2 : The labari watan Mayu suna da wani tarihi tushe; wani edita bayanin kula sanar mu wancan Lallai bishop hadu Lallai uku sufaye yayin da Yana tafiya daga Mala'ikan Mala'ika zuwa gidan ibada na Slovetzky, a bakin Kogin Dvina.

30-3 Marconi, babban mai kirƙira, ya yi wannan furucin na rashin cancantar kimiyya kafin karshen bincike: "Rashin iyawa na kimiyya zuwa warware rayuwa shine cikakke. Wannan gaskiya zai zama da gaske abin tsoro sun kasance shi ba don bangaskiya. The asiri na rayuwa tabbas ita ce matsala mafi dorewa da aka taɓa sanyawa kafin tunanin ɗan adam."

30-4 : A alama zuwa Lallai alkibla an ɗauka ta hanyar Einstein's baiwa shine da aka bayar ta hanyar Lallai gaskiya wancan shi shine wani tsawon rai almajiri na Lallai Babban masanin falsafa Spinoza, wanda aikinsa mafi shahara shine *Dabi'a da aka Nuna a Tsarin Geometrical* .

30-5 : Ni *Timoti* 6:15-16 .

30-6 : *Farawa* 1:26.

BABI: 31

An Hira Tare da The Tsarki Uwa

"Mama, an yi mini baftisma tun ina karama ta hannun annabin ki. Shi ne malamin iyayena kuma malamina Sri Yukteswarji. Don haka za ki ba ni damar jin wasu abubuwa a rayuwarki mai tsarki?"

Ina magana da Srimati Kashi Moni, abokiyar rayuwar Lahiri Mahasaya. Ganin kaina a Benares na ɗan lokaci, na cika burin da na daɗe ina yi na ziyartar wannan mata mai daraja. Ta karɓe ni cikin fara'a a tsohuwar gidan Lahiri da ke yankin Garudeswar Mohulla na Benares. Duk da tsufanta, tana fure kamar lotus, tana fitar

da kamshi na ruhaniya a hankali. Tana da matsakaicin jiki, mai siririn wuya da fata mai kyau. Manyan idanu masu sheki sun tausasa fuskarta ta uwa.

"Dana, kai su ne maraba nan. Zo sama."

Kashi Moni ta jagoranci hanyar zuwa wani karamin daki inda, na dan lokaci, ta zauna tare da mijinta. Na ji daɗin ganin wurin ibada inda maigidan da ba shi da tamka ya kasantar da kansa don ya taka rawar dan adam na aure. Matar mai tausayi ta yi mini alama da kujera a gefenta.

"Shekaru ne kafin na fahimci girman allahntakar mijina," ta fara. "Wata dare, a cikin wannan dakin, na yi mafarki mai haske. Mala'iku masu daukaka suna shawagi cikin alherin da ba za a iya misaltawa ba a sama da ni. Ganin ya kasance mai gaskiya har na farka nan take; dakin ya lulluɓe da haske mai ban mamaki.

"Mijina, cikin yanayin lotus, ya tsaya a tsakiyar dakin, mala'iku suna kewaye da shi suna bauta masa da girmamawa kamar hannuwan da aka naɗe tafi hannu. Na yi mamaki sosai, na gamsu cewa har yanzu ina mafarki."

"Mace,' in ji Lahiri Mahasaya, 'ba mafarki kike yi ba. Ki bar barcinki har abada.' Yayin da yake saukowa a hankali zuwa kasa, na yi sujada a kafafunsa.

"Malam,' na yi kuka, 'na yi maka sujada akai-akai! Za ka yafe min saboda ganin ka a matsayin mijina? Ina mutuwa da kunya don na fahimci cewa na yi barci cikin jahilci a gefen wanda Allah ya tashe shi. Daga wannan daren, ba mijina ba ne, amma kai malami ne. Za ka karɓi kaina mara muhimmanci a matsayin almajirinka?"

31-1

"Maigidan ya taɓa ni a hankali. 'Rai mai tsarki, tashi. An karɓe ki.' Ya yi nuni ga mala'iku. 'Don Allah ku yi sujada ga kowanne daga cikin waɗannan tsarkakan tsarkaka.'

"Lokacin da na gama karanta kalmomin da na yi, sai muryoyin mala'iku suka yi ta kara tare, kamar wakoki daga wani tsohon littafi."

"Masoyiyar Allah, kina da albarka. Muna gaishe ki." Suka sunkuya a kafafuna, sai ga surar jikinsu ta ɓace. Dakin ya yi duhu.

"Nawa guru ya tambaya ni zuwa karɓa kaddamarwa cikin *Kriya Yoga* .

"Na kwas,' Ni ya amsa. 'Ni am yi hakuri ba zuwa suna da yana da nasa albarka a baya a cikin nawa rayuwa.

"Lokaci bai yi ba.' Lahiri Mahasaya ta yi murmushi mai kwantar da hankali. 'Yawancin karmarka na taimaka maka ka motsa jiki a hankali. Yanzu kana shirye kuma kana shirye.'

"Ya taɓa goshina. Haske mai yawa ya bayyana; hasken ya fara bayyana a hankali zuwa idon ruhaniya mai launin shuɗi mai launin opal, an yi masa zobe da zinariya kuma a tsakiya yana da tauraro mai farin karshe mai tsayi.

"'Ku shiga cikin hankalinku ta cikin tauraro zuwa cikin mulkin Mara iyaka.' Muryar malamina tana da sabuwar waka, mai laushi kamar kiɗa mai nisa.

"Hangen nesa bayan hangen nesa karya kamar yadda teku hawan igiyar ruwa a kunne Lallai gaɓar teku na nawa rai. The panoramic duniyoyi a karshe

Na narke a cikin tekun na jin dafi. Na rasa kaina cikin ni'ima mai yawa. Lokacin da na dawo sa'o'i bayan haka don sanin wannan duniyar, malamin ya ba ni dabarar *Kriya Yoga*.

"Tun daga wannan daren, Lahiri Mahasaya bai sake yin barci a dakin ba. Kuma bayan haka, bai taɓa yin barci ba. Ya zauna a dakin gaba a kasa, tare da almajiransa da rana da dare."

Matar mai hazaka ta fadi shiru. Da na fahimci kebancewar dangantakarta da mai hazaka mai girma, sai na yi kokarin neman karin abubuwan tunawa.

"Dana, kana da kwadai. Duk da haka za ka sami wani labari." Ta yi murmushi cikin jin kunya. "Zan furta zunubin da na aikata wa maigidana. Watanni bayan na fara aiki, na fara jin baƙin ciki da rashin kulawa. Wata safiya Lahiri Mahasaya ta shiga wannan karamin dakin don daukar wani labari; Na bi shi da sauri. Bayan rufi mai karfi ya rinjaye ni, na yi masa magana da karfi."

"Kana yin duk lokacinka tare da almajiran. Ya batun nauyin da ke kanka ga matarka da 'ya'yan? Ina baƙin ciki da ba ka sha'awar samar da karin kuɗi ga iyali ba."

"Maigida ya dube ni na dakin lokaci, sai ga shi! ya tafi. Cikin tsoro da tsoro, na ji wata murya tana fitowa daga kowane bangare na dakin:

"Yana shine duk babu komai, kar a yi kai gani? Yaya zai iya wani babu komai so ni kera arziki don kai?"

"Guruji,' na yi kuka, 'Ina roƙon gafara sau miliyan! Idanuna masu zunubi ba za su sake ganinka ba; don Allah ka bayyana a cikin siffarka mai tsarki."

"Ina nan.' Wannan amsar ta fito daga sama na. Na daga kai na ga maigidan ya bayyana a cikin iska, kansa yana taɓa rufin. Idanunsa kamar harshen wuta ne mai rufewa. Ina kwance ina kuka a kafafunsa bayan ya sauko kasa a hankali."

"Mace,' in ji shi, 'ki nemi dukiyar Allah, ba karamin ramin kasa ba. Bayan samun taska ta ciki, za ki ga cewa wadata ta waje koyaushe tana nan tafe.' Ya kara da cewa, 'Daga daga cikin 'ya'yana na ruhaniya zai yi miki tanadi.'

"Nawa na malaman addini kalmomi ta halitta ya zo gaskiya ne; wani almajiri ya yi tafi wani babban abu jimilla don namu iyali."

Na gode wa Kashi Moni saboda raba min abubuwan da ta gani masu ban mamaki.

31-2 Washegari na koma gidanta na ji dafin tattaunawa ta falsafa da Tincouri da Ducouri Lahiri. Wadannan 'ya'yansa maza biyu masu tsarki na babban yoga na Indiya sun bi sawun sawun da ya dace. Dukansu mazan sun kasance masu adalci, dogaye, masu karfin hali, kuma masu gemu mai yawa, masu taushin murya da kuma salon dabi'a na gargajiya.

Matarsa ba ita kadai ba ce mace almajirin Lahiri Mahasaya; akwai ɗaruruwan mutane, ciki har da mahaifiyata. Wata mata chela ta taɓa tambayar malamin addinin gargajiya hotonsa. Ya ba ta.

bugawa, yin tsokaci, "Idan kai deen shi wani kariya, to shi shine haka; in ba haka ba shi shine kawai wani hoto.

Bayan 'yan kwanaki, wannan matar da surukar Lahiri Mahasaya suna nazarin *Bhagavad Gita* a kan teburi da aka rataye hoton malamin. Guguwar lantarki ta fashe. fita da babban fushi.

"Lahiri Mahasaya, ka kare mu!" Matan suka sunkuya a gaban hoton. Walkiya ta bugi littafin da suke karantawa, amma masu ibada biyu ba su ji rauni ba.

"Na ji kamar an sanya min wani zanen kankara domin kare kaina daga zafin da ke ci gaba da zafi," in ji chela.

Lahiri Mahasaya ta yi mu'ujizai guda biyu dangane da wata almajiri mace, Abhoya. Ita da mijinta, lauyan Calcutta, sun tashi wata rana zuwa Benares don ziyartar malamin. An jinkirta jigilar su saboda cunkoson ababen hawa; sun isa babban tashar Howrah sai kawai suka ji jirgin Benares yana busa don tashi.

Abhoya, kusa Lallai tikiti ofis, ya tsaya shiru.

"Lahiri Mahasaya, ina rokonka ka dakatar da jirgin!" ta yi addu'a a hankali. "Ba zan iya jure wahalar jinkiri ba wajen jiran wata rana don ganinka."

Tayoyin jirgin kasa mai kararrawa sun ci gaba da tafiya a kusa da wurin, amma babu wani ci gaba da aka samu. Injiniya da fasinjoji sun sauko zuwa dandamalin don kallon abin da ya faru. Wani mai gadin jirgin kasa na Ingila ya kusanci Abhoya da mijinta. Sabanin duk abin da ya faru a baya, ya yi hidimar sa kai.

"Babu," shi ya ce, "bayar ni Lallai kuɗi. Ni nufin saya naka tikiti yayin da kai samu a cikin jirgin.

Da zarar ma'auratan suka zauna suka karɓi tikitin, jirgin ya ci gaba a hankali. Cikin firgici, injiniyan da fasinjoji suka sake hawa zuwa wurarensu, ba su san yadda za su yi ba. Jirgin kasa ya fara, kuma me yasa ya tsaya tun farko.

Da ta isa gidan Lahiri Mahasaya da ke Benares, Abhoya ta yi sujada a hankali a gaban maigidan, ta yi kokarin taɓa kafafunsa.

"Ka yi wa kanka magana, Abhoya," ya ce. "Kana son dame ni! Kamar ba za ka iya zuwa nan ta jirgin kasa na gaba ba!"

Abhoya ta ziyarci Lahiri Mahasaya a wani lokaci mai ban mamaki. A wannan karon ta so addu'arsa, ba tare da jirgin kasa ba, amma tare da zamba.

"Ina yi maka addu'a ka albarkace ni domin dana na tara ya rayu," in ji ta. "An haifi jarirai takwas a gare ni; duk sun mutu jim kaɗan bayan haihuwa."

The ubangida murmushi cikin tausayi. "Naku yana zuwa yaro nufin rayuwa. Don Allah bi nawa umarni

a hankali. Za a haifi jaririya, yarinya, da daddare. A tabbatar fitilar mai tana ci gaba da ci har sai wayewar gari. Kada a yi barci don haka a bar hasken ya mutu.

Yaron Abhoya 'ya ce, an haife ta da daddare, kamar yadda malamin ilimi ya annabta. Mahaifiyar ta umurci mai kula da ita da ta ci gaba da sanya fitilar a cikin mai. Dukansu mata sun yi ta sa ido sosai har zuwa wayewar gari, amma daga karshe suka yi barci. Man fitilar ya kusa karewa; hasken ya yi rauni sosai.

Kofar dakin kwanan ta buɗe ta buɗe da wani irin kara mai karfi. Matan da suka firgita suka farka. Idanunsu da suka yi mamaki sun ga siffar Lahiri Mahasaya.

"Abhoya, ga shi, hasken ya kusa karewa!" Ya nuna fitilar, wadda ma'aikaciyar jinya ta yi sauri ta cika ta. Da zarar ta sake konewa da kyau, sai maigidan ya face. Kofar ta rufe; an manne makullin ba tare da wata alama ba.

Abhoya's na tara yaro ya tsira; a cikin 1935, yausha Ni yi bincike, ita ya kasance har yanzu rayuwa.

Daya daga cikin almajiran Lahiri Mahasaya, Kali Kumar Roy mai daraja, ya ba ni labarin abubuwa da yawa masu ban sha'awa game da rayuwarsa da maigidan.

"Sau da yawa ina zama baƙo a gidansa na Benares tsawon makonni a lokaci guda," in ji Roy. "Na lura da waɗannan mutane masu tsarki da yawa, *danda* **31-3** swamis, sun isa cikin dare mai natsuwa don su zauna a kafafun guru.

A wasu lokutan sukan yi ta tattaunawa kan batutuwan tunani da falsafa. Da asuba, manyan baƙi za su tafi. Na gano a lokacin ziyarar da na kai musu cewa Lahiri Mahasaya bai taɓa kwanciya barci ba.

"A farkon lokacin da nake hulɗa da maigidana, dole ne in yi gwagwarmaya da adawar mai aikina," in ji Roy. "Ya kasance cikin son abin duniya."

"Ba na son masu tsattsauran ra'ayi na addini su kasance a cikin ma'aikatana," in ji shi yana dariya. 'Idan na haɗu da malamin ku mai karya, zan ba shi wasu kalmomi da zai tuna.'

"Wannan barazanar mai ban tsoro ta kasa katse shirina na yau da kullun; nakan yi kusan kowace maraice a gaban malamina. Wata rana da dare mai aiki na ya biyo ni ya yi sauri ya shiga dakin kwanan. Babu shakka ya dage sosai kan faɗin kalaman da ya yi alkawari. Da zarar mutumin ya zauna, sai Lahiri Mahasaya ya yi wa karamin rukunin almajiran kusan goma sha biyu jawabi.

"Zai kai duk so zuwa gani wani hoto?"

"Lokacin da muka gyada kai, sai ya ce mu yi wa dakin duhu. 'Ku zauna a bayan

juna a da'ira,' in ji shi, 'ku kuma d'ora hannuwanku a kan idanun mutumin da ke gabanku.'

"Ban yi mamakin ganin cewa mai aikina shi ma yana bin umarnin maigidana ba, duk da cewa ba da son ransa ba. Cikin 'yan mintuna kafan Lahiri Mahasaya ya tambaye mu abin da muke gani."

"'Yallabai,' na amsa, 'wata kyakkyawar mace ta bayyana. Tana sanye da *sari mai gefen ja* , kuma tana tsaye kusa da wata shukar kunnen giwa.' Duk sauran almajiran suka yi irin wannan bayanin. Maigidan ya juya ga mai aikina. 'Ka gane wannan matar?'

"'Eh.' Mutumin a bayyane yake yana fama da sabbin motsin rai da suka saba da halinsa. 'Na yi ta kashe kudina a kanta cikin wauta, duk da cewa ina da mata ta gari. Ina jin kunyar dalilan da suka kawo ni nan. Za ka yafe mini, ka karbe ni a matsayin almajiri?'

"Idan ka yi rayuwa mai kyau ta dabi'a tsawon watanni shida, zan karbe ka." Malamin ya kara da cewa, 'In ba haka ba ba sai na fara maka ba.'

"Na tsawon watanni uku, maigidana ya guji jaraba; sannan ya ci gaba da dangantakarsa da matar. Bayan watanni biyu ya mutu. Don haka na fahimci annabcin da malamina ya yi game da rashin yiwuwar fara mutumin."

Lahiri Mahasaya yana da wani sanannen aboki, Swami Trailanga, wanda aka yi kiyasin cewa yana da shekaru sama da ɗari uku. Waɗanda suke yin yoga sau da yawa suna zaune tare suna tunani. Shaharar Trailanga ta yaɗu sosai har 'yan Hindu kaɗan ne za su musanta yiwuwar gaskiya a cikin kowane labari na mu'ujizai masu ban mamaki. Idan Kristi ya dawo duniya ya yi tafiya a titunan New York, yana nuna ikonsa na allahntaka, zai haifar da irin wannan farin ciki da Trailanga ya haifar shekaru da yawa da suka gabata yayin da yake ratsa titunan Benares masu cunkoso.

A lokuta da yawa, ana ganin swami yana shan guba mafi muni, ba tare da wata illa ba. Dubban mutane, ciki har da wasu da har yanzu suke raye, sun ga Trailanga yana shawagi a kan Ganges. Tsawon kwanaki tare yana zaune a saman ruwa, ko kuma ya kasance a ɓoye na tsawon lokaci a karkashin rakuman ruwa. Abin da ya zama ruwan dare a wurin wanka na Benares *shine* jikin swami mara motsi a kan duwatsun dutse masu kura, wanda aka fallasa shi ga rana mara tausayi ta Indiya. Ta hanyar waɗannan ayyukan, Trailanga ya nemi ya koya wa mutane cewa rayuwar yogi ba ta dogara da iskar oxygen ko yanayi da kariya na yau da kullun ba. Ko yana sama da ruwa ko a karkashinsa, kuma ko jikinsa yana fallasa ga hasken rana mai karfi ko a'a, maigidan ya tabbatar da cewa yana rayuwa ne ta hanyar sanin Allah: mutuwa ba za ta iya taɓa shi ba.

Mutumin yoga ya yi kyau ba kawai a ruhaniya ba, har ma a zahiri. Nauyinsa ya wuce ɗari uku. fam: fam ɗaya ga kowace shekara ta rayuwarsa! Ganin cewa ba kasafai yake cin abinci ba, asirin ya karu. Duk da haka, maigidan yana yin watsi da duk ka'idodin lafiya na yau da kullun cikin sauƙi, lokacin da yake son yin hakan saboda wani dalili na musamman, sau da yawa wani abu mai sauƙi wanda aka sani ga kansa kawai. Manyan tsarkaka waɗanda suka farka daga Mafarkin sararin samaniya na mayu kuma sun fahimci wannan duniyar a matsayin ra'ayi a cikin Hankali na Allahntaka, za su iya yin yadda suke so da jiki, suna sane da cewa kawai nau'in

makamashi ne mai rikitarwa ko daskararre wanda za a iya sarrafawa. Kodayake masana kimiyyar zahiri yanzu sun fahimci cewa abu ba komai bane illa kuzarin da ya makale, kwararrun masu haske sun daɗe suna wucewa daga ka'ida zuwa aiki a fannin sarrafa abu.

Trailanga ya kasance tsirara koyaushe. 'Yan sandan Benares da aka zalunta sun ɗauke shi a matsayin yaro mai ban mamaki. Swami na halitta, kamar Adamu na farko a gonar Adnin, bai san tsiraransa ba kwata-kwata. Duk da haka, 'yan sanda sun san hakan sosai, kuma sun saka shi a gidan yari ba tare da wani sharadɗi ba. Abin kunya ya biyo baya; babban gawar

Ba da daɗewa ba aka ga Trailanga, a yadda aka saba, a kan rufin gidan yarin. Dakin yarin, wanda har yanzu yana kulle a tsare, bai nuna wata alama ta hanyar tserewarsa ba.

Jami'an tsaro da suka karaya sun sake yin aikinsu. A wannan karon an sanya wani mai gadi a gaban dakin swami. Zai iya sake yin ritaya kafin dama. Ba da daɗewa ba aka lura da Trailanga a cikin yawo da yake yi a kan rufin gidan. Shari'a makauniya ce; 'yan sandan da suka yi wa dabara suka yanke shawarar bin ta. misali.

Babban malamin yoga ya kiyaye shiru na yau da kullun. **31-4** Duk da fuskarsa mai zagaye da kuma babban cikinsa mai kama da ganga, Trailanga yana cin abinci ne kawai lokaci-lokaci. Bayan makonni ba tare da abinci ba, yakan karya azuminsa da tulun madarar da masu bauta suka ba shi. Wani mai shakka a da ya kuduri aniyar fallasa Trailanga a matsayin mai cin amana. An ajiye babban bokiti na cakuda calcium-lime, wanda ake amfani da shi wajen wanke bango, a gaban swami.

"Malam," in ji mai son abin duniya, cikin girmamawa, "Na kawo maka madarar da aka dafa. Don Allah ka sha."

Trailanga ya zube ba tare da wata shakka ba, har zuwa ƙarshen digo, cikin kwandon cike da lemun tsami mai konewa. Cikin 'yan mintuna kafan mugun ya faɗi ƙasa cikin azaba.

"Taimako, ruwa, taimaka!" shi kuka. "Ni am a kunne wuta! Yafewa nawa mugu gwaji!"

Babban malamin yoga ya karya shirunsa na yau da kullun. "Mai ba'a," in ji shi, "ba ka san lokacin da ka ba ni guba ba cewa rayuwata ɗaya ce da taka. Banda sanin da na yi cewa Allah yana nan a cikina, kamar yadda yake a cikin kowace kwayar halitta, lemun tsami zai kashe ni. Yanzu da ka san ma'anar allahntaka ta boomerang, kada ka sake yin wa kowa wayo."

The an tsarkake shi sosai mai zunubi, warkar ta hanyar Trailanga's kalmomi, mai lalata mai rauni nesa.

Juyawar azaba ba ta faru ne saboda wani son rai na ubangiji ba, amma ta faru ne ta hanyar amfani da dokar adalci wadda ta goyi bayan mafi nisan sararin samaniyar halitta. Mutanen da suka fahimci Allah kamar Trailanga suna barin dokar Allah ta yi aiki nan take; sun kori duk wani abu da ke hana girman kai har abada.

Gyaran adalci kai tsaye, wanda galibi ana biya da tsabar kuɗi ba zato ba tsammani kamar yadda ya faru da Trailanga da nasa mai kisan kai, yana kwantar mana da fushin gaggawa game da rashin adalci na ɗan adam. "Daukar fansa tawa ce; zan rama, in ji Ubangiji." **31-5** Menene buƙatar ɗan gajeren albarkatun ɗan adam? Duniya tana kulla makirci don ɗaukar fansa. Hankali marasa daɗi yana ɓatar da yiwuwar adalci na Allah, ƙauna, ilimin komai, da rashin mutuwa. "Hasashe masu

iska na littafi mai tsarki!" Wannan ra'ayi mara tausayi, abin mamaki kafin a fara kallon sararin samaniya, yana tayar da wani jerin abubuwan da suka faru wanda ke kawo farkawarsa.

Kristi ya ambaci ikon doka ta ruhaniya a lokacin da ya shiga Urushalima cikin nasara. Yayin da almajiran da taron jama'a suka yi ihu don farin ciki, suka yi ihu, "Salama a sama, da d'aukaka a sama," wasu Farisiyawa sun yi gunaguni game da abin da ba a kunyata ba. "Malam," suka yi zanga-zanga, "ka tsawata wa almajiranka."

"Ina gaya muku," Yesu ya amsa, "idan wadannan suka yi shiru, duwatsu za su yi ihu nan take." **31-6**

A cikin wannan tsawatarwa ga Farisawa, Kristi yana nuna cewa adalcin Allah ba wani abu ne na alama ba, kuma cewa mutum mai zaman lafiya, ko da harshensa ya tsage daga tushensa, zai sami jawabinsa da kariyarsa a cikin tushen halitta, tsarin duniya da kansa.

"Kana tunanin," Yesu yana cewa, "don ka sa mutanen zaman lafiya su yi shiru? Haka nan za ka iya fatan ka danne zuciyarka. murayar Allah, wanda duwatsunsa ke rera daukakarsa da kuma kasancewarsa ko'ina. Shin za ku bukaci mutane kada su yi bikin girmama zaman lafiya a sama, amma su taru kawai a cikin taro don yin ihu don yaki a duniya? To, ku yi shiri, ku Farisiyawa, domin ku rushe tushen duniya; gama ba mutane masu tawali'u kadai ba ne, sai dai duwatsu ko kasa, da ruwa da wuta da iska za su tashi a kanku, don su shaida jituwar da aka tsara."

mahaifiyar sajo (kawuna na uwa) alherin yogi irin na Kristi, Trailanga . Wata safiya Kawu ya ga maigidan ya kewaye shi da taron masu ibada a wani gidan sarauta na Benares. Ya yi nasarar kusantar Trailanga, wanda ya taɓa kafafunsa cikin tawali'u. Kawu ya yi mamakin ganin kansa nan take ya warke daga wata cuta mai raɗaɗi. **31-7**

Wata mace da aka sani da ke raye a cikin almajirin babban yoga ita ce mace, Shankari Mai Jiew. 'Yar ɗaya daga cikin almajiran Trailanga, ta sami horon swami tun tana karama. Ta rayu tsawon shekaru arba'in a cikin jerin kogo na Himalayas da ke kafaici kusa da Badrinath, Kedarnath, Amarnath, da Pasupatinath.

Brahmacharini (mace mai son zaman lafiya), wacce aka haifa a 1826, yanzu ta wuce karni ɗaya. Duk da haka, ba ta tsufa ba a bayyanarta, tana riƙe da gashinta baƙi, haƙoranta masu sheƙi, da kuzari mai ban mamaki. Tana fitowa daga keɓewarta duk bayan shekaru kaɗan don halartar *bukukuwan addini* ko bukukuwan addini.

Wannan wata baiwar Allah ta kan ziyarci Lahiri Mahasaya sau da yawa. Ta ba da labarin cewa wata rana, a sashen Barackpur kusa da Calcutta, yayin da take zaune kusa da gefen Lahiri Mahasaya, babban malaminsa Babaji ya shiga ɗakin a hankali ya yi hira da su duka biyun.

A wani lokaci maigidanta Trailanga, bayan ya bar shirun da ya saba yi, ya girmama Lahiri Mahasaya a bainar jama'a da ƙarfi. Wani almajiri daga Benares ya yi jayayya.

"Yallaɓai," shi ya ce, "me yasa yi kai, wani swami kuma wani watsi da shi, nuna irin wannan girmamawa zuwa wani mai gida?"

"Dana," Trailanga ya amsa, "Lahiri Mahasaya kamar kyanwa ce mai tsarki, tana nan a duk inda Uwar Duniya ta sanya shi. Yayin da yake taka rawar mutum mai son

duniya, ya sami cikakkiyar fahimtar kansa wanda na yi watsi da mayafin da ke kaina!"

.....

31-1 : Daya shine an tunatar da nan na Milton's layi: "Shi ne don Allah kawai, ita

don Allah a cikin shi." 31-2: Mahaifiyar mai daraja ta rasu a Benares a shekarar

1930.

31-3 : Ma'aikata, alama ce Lallai kashin baya igiya, an dauka bisa ga al'ada ta hanyar tabbatacce oda na sufaye.

31-4 : Shi ya kasance wani *muni* , wani limamin addini Hukumar Lafiya ta Duniya yana lura *mauna* , ruhaniya shiru. The Sanskrit tushe *muni* shine irin wannan zuwa Girkanci *monos* , "shi kaɗai, ɗaya," daga cikinsu aka samo kalmomin Ingilishi *kamar monk*, *monism*, da sauransu.

31-5 : *Romawa* 12:19.

31-6 : *Luka* 19:37-40 .

31-7 : The rayuwa na Trailanga kuma wani mai girma masters tunatarwa mu na Yesu kalmomi: "Kuma waɗannan alamu zai bi su waɗanda suka yi imani; A cikin nawa suna (da Almasihu sani) su zai 'yan wasan kwaikwayo fita shaidanu; su zai yi magana tare da sabo harsuna; su Za su kama macizai; idan kuma suka sha wani abu mai mutuwa, ba zai cutar da su ba; za su ɗora wa marasa lafiya hannu, za su warke."— *Markus* 16:17-18.

BABI: 32

Rama Shin An ɗaga Daga The Matattu

"Yanzu wani tabbatacce mutum ya kasance rashin lafiya, mai suna Lazarus. Yaushe Yesu an ji cewa, shi ya ce, Wannan rashin lafiya shine ba zuwa mutuwa, amma don Lallai ɗaukaka na Allah, wancan Lallai Da na Allah kila zama ɗaukaka ta haka ne. **32- 1**

Sri Yukteswar yana bayyana littattafan Kirista a wata safiya mai rana a barandar gidan Sarampore. Bayan wasu almajiran Jagora kaɗan, na kasance tare da karamin rukuni na ɗaliban Ranchi.

"A cikin wannan nassi Yesu ya kira kansa Dan Allah. Ko da yake ya haɗu da Allah da gaske, ambatonsa a nan yana da ma'ana mai zurfi ba tare da wani mutum ba," in ji malamina. "Dan Allah shine Almasihu ko sanin Allah a cikin mutum. Babu *wani mutum* da zai iya ɗaukaka Allah. Daraja ɗaya tilo da mutum zai iya bai wa Mahaliccinsa ita ce ya neme shi; mutum ba zai iya ɗaukaka wani abu da bai sani ba. 'Daukaka' ko kuma nimbus da ke kewaye da kan tsarkaka shaida ce ta alama ta *ikonsu* na yin girmamawa ta Allah."

Sri Yukteswar ya ci gaba da karanta labarin mai ban mamaki game da tashin Li'azaru daga matattu. A karshe Malam ya faɗi cikin dogon shiru, littafin mai tsarki ya buɗe a kan gwiwa.

"Ni ma na sami damar ganin irin wannan mu'ujiza." A karshe malamina ya yi

magana da karimci. "Lahiri Mahasaya ya ta da ɗaya daga cikin abokaina daga matattu."

Matasan samarin da ke gefena sun yi murmushi da sha'awa sosai. Akwai isasshen saurayin da ke cikina, wanda zai iya jin daɗin falsafar ba kawai ba, har ma da duk wani labari da zan iya ba Sri Yukteswar labarinsa.

game da nasa abin mamaki abubuwan da suka faru tare da nasa guru.

"Ni da abokina Rama ba mu rabu ba," in ji Jagora. "Saboda yana jin kunya kuma yana kafaici, ya zafi ya ziyarci malaminmu Lahiri Mahasaya ne kawai a lokacin tsakar dare da wayewar gari, lokacin da taron almajiran rana ba sa nan. A matsayina na babban abokin Rama, na yi aiki a matsayin hanyar ruhaniya wadda ta hanyarta yake bayyana wadatar fahimtarsa ta ruhaniya. Na sami wahayi daga cikin kyakkyawar abokantakarsa." Fuskar malamina ta yi laushi da tunawa.

"An yi wa Rama gwaji mai tsanani ba zato ba tsammani," in ji Sri Yukteswar. "Ya kamu da cutar kwalara ta Asiya. Ganin cewa maigidanmu bai taɓa yin adawa da ayyukan likitoci a lokacin rashin lafiya mai tsanani ba, an kira kwararru biyu. A tsakiyar gaggawar yi wa mutumin da ya ji rauni hidima, ina addu'a sosai ga Lahiri Mahasaya don neman taimako. Na yi sauri na tafi gidansa na yi kuka .

"The likitoci su ne gani Rama. Shi nufin zama to.' Nawa guru murmushi cikin fara'a.

"Ni an dawo tare da wani haske zuciya zuwa nawa na aboki gefen gado, kawai zuwa nemo shi a cikin wani mutuwa jiha.

"Ba zai iya wuce sa'a ɗaya ko biyu ba," ɗaya daga cikin likitocin ya gaya mini da alamar yanke kauna. Na sake sauri zuwa Lahiri Mahasaya.

"Likitoci maza ne masu hankali. Na tabbata Rama za ta yi kyau." Maigidan ya sallame ni cikin rashin sani.

"A wurin Rama na ga likitocin biyu sun tafi. ɗaya daga cikinsu ya bar min wata sanarwa: 'Mun yi iya kofarinmu, amma shari'arsa ba ta da wani tasiri."

"Abokina hakika hoton mutum ne da ke mutuwa. Ban fahimci yadda kalmomin Lahiri Mahasaya ba za su iya cika ba, duk da haka ganin rayuwar Rama da ke cike da sauri yana nuna mini a raina: 'Komai ya kare yanzu.' Ina jujjuya tekuna na imani da shakku mai ban tsoro, na yi wa abokina hidima gwargwadon iyawata. Ya tashi ya yi ihu:

"Yukteswar, gudu zuwa Jagora kuma gaya shi Ni am tafi. Tambayi shi zuwa albarkace nawa jiki kafin nasa na karshe ibada.

Tare da wadannan kalmomi Rama ya yi ajiyar zuciya sosai kuma bayar sama Lallai fatalwa. 32- 2

"Na yi kuka na tsawon awa ɗaya saboda yanayinsa da yake kauna. Kullum ina son shiru, yanzu ya kai ga kwanciyar hankali na mutuwa. Wani almajiri ya shigo; na roke shi ya zauna a gida har sai na dawo. Cikin rashin tsoro, na koma wurin malamina.

"Yaya shine Rama yanzu?' Lahiri Mahasaya's fuska ya kasance mai kauri a cikin

murmushi.

"Yallabai, nan ba da jimawa ba za ka ga yadda yake," na fada cikin tausayawa. 'Nan da 'yan awanni za ka ga gawarsa, kafin a kai ta wurin kona gawa.' Na yi nishi a fili.

"Yukteswar, iko kanka. Zauna cikin nutsuwa kuma yin bimbini. Nawa guru ya yi ritaya cikin *samadhi* . The

rana da dare sun shuɗe cikin shiru ba tare da wani bata lokaci ba; na yi fama da rashin nasara don sake samun nutsuwa ta ciki.

"Da gari ya waye, Lahiri Mahasaya ya kalle ni cikin ta'aziyya. 'Na ga har yanzu kana cikin damuwa. Me ya sa ba ka yi bayani jiya cewa kana tsammanin zan ba Rama taimako na zahiri ta hanyar magani ba?' Maigidan ya nuna fitila mai siffar kofi wadda ke ɗauke da ɗanyen man castor. 'Cika karamin kwalba daga fitilar; saka digo bakwai a bakin Rama.'

"Yallaɓai," Ni an sake duba shi, 'shi yana da kasance matacce tun daga lokacin jiya tsakar rana. Na me amfani shine Lallai mai yanzu?'

"Kada ka damu; kawai ka yi abin da na tambaya.' Yanayin farin cikin Lahiri Mahasaya bai fahimta ba; har yanzu ina cikin azabar bakin ciki da ba a iya jurewa ba. Na zuba ɗan mai, na tafi gidan Rama.

"Na ga gawar abokina ta yi tsauri a cikin makunnin mutuwa. Ban kula da mummunan halin da yake ciki ba, na buɗe leɓunansa da yatsana na dama na sami damar, da hannuna na hagu da taimakon abin toshe hanci, na shafa mai a kan haƙoransa da suka manne."

"Yayin da digo na bakwai ya taɓa leɓunansa masu sanyi, Rama ta yi rawar jiki sosai. Tsokokinsa sun yi rawar jiki daga kai zuwa kafa yayin da yake zaune yana mamaki.

"Na ga Lahiri Mahasaya cikin hasken rana," ya yi ihu. 'Ya haskaka kamar rana. "Tashi; ka bar barcinka," ya umarce ni. "Zo da Yukteswar ka gan ni."

"Da kyar na yarda da idanuna lokacin da Rama ta yi ado kuma ta yi karfin hali bayan wannan mummunan rashin lafiya ta yi tafiya zuwa gidan malaminmu. A can ya yi sujada ga Lahiri Mahasaya da hawayen godiya."

"The ubangida ya kasance kusa da kansa tare da farin ciki. Nasa idanu walkiya a ni da mugunta.

"Yukteswar,' in ji shi, 'hakika daga yanzu ba za ka kasa ɗaukar kwalban man castor ba! Duk lokacin da ka ga gawa, kawai ka ba da man! Don haka, digo bakwai na man fitila tabbas zai iya lalata ikon Yama!' **32-3**

"Guruji, kai su ne ba'a ni. Ni kar a yi fahimta; Don Allah wuri fita Lallai yanayi na nawa kuskure.'

"Na gaya maka sau biyu cewa Rama za ta yi lafiya; amma ba za ka iya yarda da ni ba gaba ɗaya," in ji Lahiri Mahasaya. 'Ba ina nufin likitocin za su iya warkar da shi ba; kawai na ce suna nan a wurin. Babu wata alaƙa tsakanin maganganuna guda

biyu. Ban so in tsoma baki ga likitocin ba; dole ne su rayu.' Cikin wata murya mai cike da farin ciki, malamina ya kara da cewa, 'Koyaushe ka sani cewa Paramatman **32-4 mara karewa ba zai kare ba.** zai iya warkar da kowa, ko likita ko babu likita.'

"Na ga kuskurena,' na yarda da nadama. 'Yanzu na san cewa kalmarka mai sauki tana da alaka da dukkan sararin samaniya."

Yayin da Sri Yukteswar ta kammala labarin mai ban mamaki, ɗaya daga cikin masu sauraro masu ban mamaki ya yi tambaya wadda, tun yana yaro, ta kasance mai sauƙin fahimta.

"Yallabai," shi ya ce, "me yasa ya yi naka guru amfani ɗan kasko mai?"

"Yaro, ba da mai ba shi da wata ma'ana sai dai ina tsammanin wani abu mai mahimmanci kuma Lahiri Mahasaya ya zaɓi man da ke kusa a matsayin alama ta gaske don tayar da babban imani na. Maigidan ya bar Rama ta mutu, domin na ɗan yi shakka. Amma malamin addini ya san cewa tunda ya ce almajirin zai warke, dole ne a yi warkarwa, duk da cewa dole ne ya warkar da Rama daga mutuwa, cuta ce da ta kare!"

Sri Yukteswar an sallame shi Lallai karami rukuni, kuma an yi motsi ni zuwa wani bargo kujera a nasa kafafu.

"Yogananda," in ji shi da wani irin nauyi, "almajiran Lahiri Mahasaya kai tsaye sun kewaye ka tun daga haihuwa. Babban malamin ya rayu rayuwarsa mai girma a cikin kebewa kaɗan, kuma ya ƙi yarda mabiyansa su gina kowace ƙungiya a kan koyarwarsa. Duk da haka, ya yi wani babban hasashe.

"'Kimanin shekaru hamsin bayan rasuwara,' in ji shi, 'rayuwata za ta kasance a rubuce saboda sha'awar yoga mai zurfi da Yammacin duniya za su nuna. Sakon yoga zai kewaye duniya, kuma ya taimaka wajen kafa 'yan'uwantaka ta mutum wanda ya samo asali daga fahimtar kai tsaye game da Uba Daya."

"Dana Yogananda," Sri Yukteswar ya ci gaba da cewa, "dole ne ka yi rawar da za ka taka wajen yadda wannan sakon, da kuma rubuta wannan rayuwa mai tsarki."

Shekaru hamsin bayan rasuwar Lahiri Mahasaya a shekarar 1895, shekarar da aka kammala wannan littafin. Ba zan iya mantawa da yadda shekarar 1945 ta shigo ba. sabon zamani - zamanin makamashin nukiliya mai juyin juya hali. Duk masu tunani suna juyawa kamar ba a taɓa gani ba zuwa ga matsalolin gaggawa na zaman lafiya da 'yan'uwa, don kada ci gaba da amfani da ƙarfin jiki ya kori dukkan mutane tare da matsalolin.

Ko da yake ɗan adam da ayyukansa suna ɓacewa ba tare da wata alama ba ta lokaci ko bam, rana ba ta raguwa a tafiyarta; taurari suna ci gaba da lura da su. Ba za a iya dakatar da ko canza dokar sararin samaniya ba, kuma mutum zai yi kyau ya daidaita kansa da ita. Idan sararin samaniya yana adawa da ƙarfi, idan rana ba ta yaƙi da taurari ba amma ta yi ritaya a lokacin da ya dace don ba wa taurari karamin iko, me zai amfani hannunmu na aikawa? Shin akwai zaman lafiya da gaske zai fito daga gare ta? Ba zalunci ba amma nufin alheri ne ke ba da ƙarfi ga jijiyoyin duniya; ɗan adam mai zaman lafiya zai san 'ya'yan nasara marasa iyaka, mafi daɗi ga ɗanɗano fiye da duk wanda aka ciyar a ƙasa da jini.

Kungiyar Al'ummai mai tasiri za ta zama kungiya ta halitta, wadda ba ta da suna ta zukata. Tausayi da fahimtar da ake bukata don warkar da matsalolin duniya ba za su iya fitowa daga la'akari da hankali kawai na bambancin ɗan adam ba, amma daga sanin haɗin kan ɗan adam kaɗai - danginsa da Allah. Zuwa ga cimma burin duniya mafi girma - zaman lafiya ta hanyar 'yan'uwa - yoga, kimiyyar hulɗa da Allahntaka, ta yaɗu a kan lokaci ga dukkan mutane a duk kasashe.

Duk da cewa wayewar Indiya ta dade fiye da kowace, 'yan tarihi kafan ne suka lura cewa nasararta ta rayuwa ta kasa ba ta kasance hafari ba, amma lamari ne mai ma'ana a cikin sadaukarwa ga abubuwan da suka dawwama wafanda Indiya ta bayar ta hanyar mafi kyawun mutanenta a kowace tsara. Ta hanyar ci gaba da kasancewa, ta hanyar rashin canzawa kafin zamani - shin masana masu kura za su iya gaya mana da gaske adadin nawa ne? - Indiya ta ba da amsa mafi dacewa ga kowace mutane game da kalubalen lokaci.

Labarin Littafi Mai Tsarki **32-5** game da rokon Ibrahim ga Ubangiji cewa a ceci birnin Saduma idan an sami mutane goma masu adalci a ciki, da kuma amsar Allah: "Ba zan hallaka ta saboda goma ba," ta sami sabon ma'ana a hasken tserewar Indiya daga mantawa da Babila, Masar da sauran kasashe masu karfi wafanda a da suka kasance abokan zamanta. Amsar Ubangiji ta nuna a sarari cewa kasa tana rayuwa, ba ta hanyar abubuwan da ta samu na zahiri ba, amma ta hanyar ayyukanta na dan adam.

Bari a sake jin kalmomin allahntaka, a wannan karni na ashirin, an rina sau biyu a cikin jini kafin rabin lokaci: Babu wata kasa da za ta iya samar da mutane goma, manya a gaban Alkalin da ba shi da cin hanci, da za ta san cewa ba za ta shude ba. Ta hanyar bin irin wafannan ra'ayoyin, Indiya ta nuna cewa ba ta da wayo game da dubban dabarun zamani. Malaman da suka fahimci kansu a kowace karni sun tsarkake kasarta; masanan zamani irin na Kristi, kamar Lahiri Mahasaya da almajirinsa Sri Yukteswar, sun tashi don shelar cewa kimiyyar yoga ta fi duk wani ci gaba na zahiri ga farin cikin dan adam da kuma tsawon rai na al'umma.

Ba a taɓa samun bayanai kafan game da rayuwar Lahiri Mahasaya da koyarwarsa ta duniya ba. Tsawon shekaru talatin a Indiya, Amurka, da Turai, na sami sha'awa mai zurfi da gaske ga sakonsa na 'yantar da yoga; labarin da aka rubuta game da rayuwar maigidan, kamar yadda ya annabta, yanzu ana bukatarsa a Yamma, inda ba a san rayuwar manyan yogi na zamani ba sosai.

Babu wani abu da aka rubuta a cikin kasidu guda ɗaya ko biyu a Turanci game da rayuwar malamin. Tarihin rayuwa ɗaya a cikin Bengali, *Sri Sri* **32-6** *Shyama Charan Lahiri Mahasaya*, ta bayyana a shekarar 1941. Almajirina, Swami Satyananda, wanda tsawon shekaru da yawa ya kasance *acharya* (mai ba da umarni na ruhaniya) a *Vidyalya dīnmu* da ke Ranchi. Na fassara wasu sassa daga littafinsa kuma na haɗa su cikin wannan sashe da aka keɓe ga Lahiri Mahasaya.

A cikin dangin Brahmin masu ibada na zamanin da aka haife shi ne aka haifi Lahiri Mahasaya a ranar 30 ga Satumba, 1828. An haife shi ne a kauyen Ghurni a gundumar Nadia kusa da Krishnagar, Bengal. Shi ne karamin ɗan Muktakashi, matar Gaur Mohan Lahiri mai daraja ta biyu. (Matansa ta farko, bayan haihuwar 'ya'ya maza uku, ta mutu a lokacin aikin hajji.) Mahaifiyar yaron ta rasu a lokacin yarintarsa; ba a san komai game da ita ba sai dai gaskiyar cewa ta kasance mai

ibada ga Ubangiji Shiva, 32-7 an naɗa shi a cikin littafi mai tsarki a matsayin "Sarkin Yogis."

Yaron Lahiri, wanda sunansa Shyama Charan, ya yi shekarunsa na farko a gidan kakanninsa a Nadia. Lokacin da yake ɗan shekara uku ko huɗu, ana yawan ganinsa yana zaune a karkashin yashi a cikin yanayin yoga, jikinsa ya boye gaba ɗaya sai dai kai.

An lalata kadarorin Lahiri a lokacin hunturu na 1833, lokacin da Kogin Jalangi da ke kusa ya canza hanyarsa ya bace zuwa cikin zurfin Ganges. Daya daga cikin haikalin Shiva da Lahiris ya kafa ya shiga kogin tare da gidan iyali. Wani mai ibada ya ceci siffar dutse ta Ubangiji Shiva daga ruwan da ke juyawa ya sanya ta a cikin wani sabon haikali, wanda yanzu aka fi sani da Ghurni.

Shiva Shafin yanar gizo.

Gaur Mohan Lahiri da iyalinsa sun bar Nadia suka zama mazauna Benares, inda mahaifin nan take ya gina haikalin Shiva. Ya gudanar da gidansa bisa ga koyarwar Vedic, tare da kiyaye ibada ta al'ada akai-akai, ayyukan sadaka, da kuma nazarin littafi mai tsarki. Duk da haka, da adalci da buƙe zuciya, bai yi watsi da ra'ayoyin zamani masu amfani ba.

Yaron Lahiri ya ɗauki darussa a harsunan Hindi da Urdu a kungiyoyin karatu na Benares. Ya halarci makarantar da Joy Narayan Ghosal ke gudanarwa, yana samun koyarwa a harsunan Sanskrit, Bengali, Faransanci, da Ingilishi. Ya yi nazari sosai kan *Vedas*, matashin yoga ya saurari tattaunawa ta littafi mai tsarki daga Brahmins masu ilimi, ciki har da wani masanin Marhatta mai suna Nag-Bhatta.

Shyama Charan matashi ne mai kirki, mai tawali'u, kuma jarumi, wanda dukkan abokansa suke so. Da jiki mai kyau, mai haske, da ƙarfi, ya yi fice a ninkaya da kuma ayyuka masu ƙwarewa da yawa.

A shekarar 1846, Shyama Charan Lahiri ta auri Srimati Kashi Moni, 'yar Sri Debnarayan Sanyal. Wata matar gida 'yar Indiya mai tsari, Kashi Moni ta yi ayyukan gida cikin farin ciki da kuma nauyin da ke kanta na hidimar baƙi da talakawa. 'Ya'ya maza biyu masu tsarki, Tincouri da Ducouri, sun albarkaci auren.

A lokacin yana da shekaru 23, a shekarar 1851, Lahiri Mahasaya ya karɓi muƙamin akawu a Sashen Injiniyan Soja na gwamnatin Ingila. Ya sami ƙarin girma da yawa a lokacin aikinsa. Don haka ba wai kawai ya kasance ubangida a gaban Allah ba, har ma ya yi nasara a cikin ƙaramin wasan kwaikwayo na ɗan adam inda ya taka rawar da aka ba shi a matsayin ma'aikacin ofis a duniya.

Yayin da aka canza ofisoshin Sashen Soja, an mayar da Lahiri Mahasaya zuwa Gazipur, Mirjapur, Danapur, Naini Tal, Benares, da sauran yankuna. Bayan mutuwar mahaifinsa, Lahiri dole ne ya ɗauki nauyin iyalinsa, waɗanda ya sayi gidan zama mai natsuwa a unguwar Garudeswar Mohulla da ke Benares.

A cikin shekara ta talatin da uku da ya yi yana duniya ne Lahiri Mahasaya ya ga cikar manufar da aka sake masa halitta. Wutar da ke boye a cikin toka, mai dogon hayaki, ta sami damar fashewa da wuta. Wata doka ta Allah, wadda ta fi gaban kallon ɗan adam, tana aiki a asirce don kawo komai zuwa ga bayyanar waje a lokacin da ya dace. Ya haɗu da babban aikinsa. guru, Babaji, kusa da Ranikhet, kuma shi ne ya qaddamar da shi zuwa *Kriya Yoga*.

Wannan lamari mai albarka bai faru da shi kaɗai ba; lokaci ne mai kyau ga dukkan bil'adama, waɗanda da yawa daga cikinsu daga baya suka sami damar karɓar kyautar *Kriya mai farkawa ta rai*. An sake bayyana fasahar yoga mafi girma da ta ɓace, ko kuma wacce ta daɗe tana wanzuwa. Mutane da yawa maza da mata masu

kishirwa ta ruhaniya sun sami hanyarsu zuwa ruwan sanyi na *Kriya Yoga* . Kamar yadda yake a cikin tatsuniyar Hindu, inda Mother Ganges ke ba da ruwanta na allahntaka ga Bhagirath mai busasshiyar ibada, haka ambaliyar *Kriya ta sama* ta yi ta yawo daga boyen tsaunukan Himalayas zuwa cikin kurar mutane.

.....

A kwalara wanda aka azabtar shine sau da yawa mai hankali kuma cikakken sani :32-2

.dama sama zuwa Lallai lokacin na mutuwa. 32-3: Allahn mutuwa

A zahiri, "Mafi Girma :32-4

.rai." 32-5: Farawa 18:23-32

Sri , wani kafinfi ma'ana "tsarki," shine a haɗe (gabaɗaya sau biyu ko sau uku) zuwa sunaye na mai girma 'Yan :32-6
.Indiya malamai

Daya daga cikin ukun Allah-Brahma, Vishnu, da Shiva-wanda aikinsa na duniya gabaɗaya, bi da bi, na halitta, :32-7
kiyayewa, da kuma dawo da rugujewa. Shiva (wani lokacin ana rubuta shi da Siva), wanda aka wakiltar a cikin
tatsuniyoyi a matsayin Ubangijin Masu Rabuwa, ya bayyana a cikin wahayi zuwa Nasa masu bauta a karkashin daban-
.daban fannoni, irin wannan kamar yadda Mahadeva, Lallai gashi mai laushi Ascetic, da Nataraja, Mai Rawa ta Cosmic

BABI: 33

Babaji, The Yogi-Christ Na Na Zamani Indiya

Duwatsun arewacin Himalayas kusa da Badrinarayan har yanzu suna da albarka ta wurin kasancewar Babaji, guru na Lahiri Mahasaya. Ubangijin da ke boye ya riƙe siffarsa ta zahiri tsawon karnoni, watakila tsawon shekaru aru-aru. Babaji marar mutuwa *avatara ne* . Wannan kalmar Sanskrit tana nufin "zuriya"; tushenta sune *ava* , "ƙasa," da *tri* , "wucewa." A cikin nassosin Hindu, *avatara* yana nufin saukowar Allahntaka zuwa jiki.

"Yanayin ruhaniya na Babaji ya fi ƙarfin fahimtar ɗan adam," Sri Yukteswar ya bayyana mini. "Hanyar mutane marasa kyau ba za ta iya ratsawa zuwa ga tauraronsa mai girma ba. Kokarin mutum ɗaya a banza har ma yana tunanin cimma burin avatar. Ba za a iya tunanin hakan ba."

Upanishads sun rarraba kowane mataki na ci gaban ruhaniya kafan. *Siddha* ("cikakken halitta") ya ci gaba daga yanayin *jivanmukta* ("wanda aka 'yanta yayin da yake raye") zuwa na *paramukta* ("mafi 'yanci" - cikakken iko akan mutuwa); na karshen ya tsere gaba daya daga Tsarin halittar mayic da zagayen sake haihuwa. Saboda haka, *paramukta* ba kasafai yake komawa ga jiki na zahiri ba; idan ya yi, shi avatar ne, wani wuri ne da Allah ya naɗa na albarkar sama a duniya.

An avatar shine wanda ba a yi masa ba zuwa Lallai na duniya baki daya tattalin arziki; nasa tsarki jiki, a bayyane kamar yadda wani haske hoto, shine kyauta

daga kowace irin bashi zuwa ga yanayi. Kallon da ba a saba gani ba ba zai iya ganin wani abu na musamman a siffar mutum ba amma ba ya nuna inuwa ko kuma yana nuna wata tambari a kasa. Wadannan alamu ne na waje na rashin duhu a ciki da kuma bauta ta zahiri. Irin wannan mutum-Allah kadai ya san Gaskiyar da ke bayansa. dangantakar rayuwa da mutuwa. Omar Khayyam, wanda ba a fahimce shi sosai ba, ya rera wakar wannan mutumin da aka 'yanta a cikin littafinsa mai rai, *Rubaiyat* :

"Ah, Watan Ni'imata wadda ba ta san ta face ba, Watan Aljanna yana sake fitowa; Sau nawa daga baya za ta duba ta wannan Lambun a banza!"

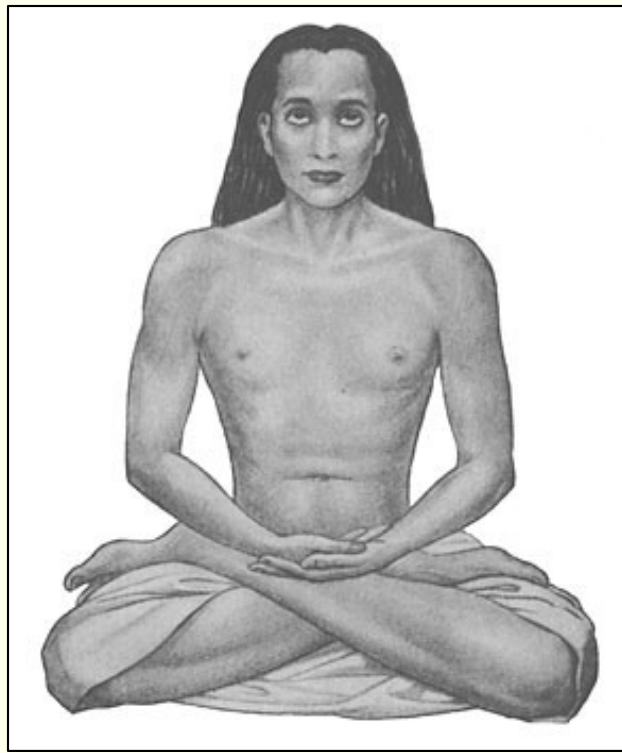
"Watan Ni'ima" Allah ne, har abada Polaris, ba shi da wani tasiri. "Watan Sama" sararin samaniya ne na waje, wanda aka daure shi da dokar sake dawowa lokaci-lokaci. Mai gani na Farisa ya wargaza sarkokin har abada ta hanyar fahimtar kansa. "Sau nawa daga baya za ta kalli... bayana - a banza!" Abin takaici ne na neman duniya mai cike da tsoro don rashin cikakkiyar fahimta!

Almasihu ya bayyana 'yancinsa ta wata hanya: "Wani marubuci ya zo, ya ce masa, Malam, zan bi ka duk inda za ka je." Yesu ya ce masa, Diloli suna da ramuka, tsuntsayen sama kuma suna da gidaje; amma Dan Mutum ba shi da inda zai sanya kansa." **33-1**

Fadī tare da kasancewar ko'ina, zai iya Almasihu hakika zama an bi sai dai a cikin Lallai babban Ruhu?

Krishna, Rama, Buddha, da Patanjali suna cikin tsoffin avatars na Indiya. An samar da adabi mai yawa a cikin Tamil a kusa da Agastya, wani avatars na Kudancin Indiya. Ya yi mu'ujizai da yawa a cikin karni da suka gabata da kuma bayan zamanin Kiristanci, kuma ana yaba masa da riƙe siffar jikinsa har zuwa yau.

Manufar Babaji a Indiya ita ce taimaka wa annabawa wajen aiwatar da ayyukan da suka saba yi. Don haka ya cancanci a rarraba *Mahavatar* (Babban Avatar) a cikin littafi mai tsarki. Ya bayyana cewa ya ba da kaddamar da yoga ga Shankara, wanda ya kafa Daular Swami ta dā, da kuma Kabir, shahararren waliyyin zamanin da. Babban almajirinsa na karni na sha tara, kamar yadda muka sani, Lahiri Mahasaya, mai farfado da fasahar *Kriya da ta face* .



BABAJI, ABINCI MAHAVATAR
Malami na Lahiri Mahasaya

Ni suna da an taimaka wani mai fasaha zuwa zana wani gaskiya ne kama na Lallai mai girma Yogi-Christ na na zamani Indiya.

Mahavatar yana cikin zumunci koyaushe da Kristi; tare suna aika rawar fansa, kuma sun tsara dabarar ruhaniya ta ceto ga wannan zamani. Aikin waɗannan *manyar* malamai biyu masu cikakken haske - ɗaya da jiki, ɗayan kuma ba tare da shi ba - shine don karfafa al'ummomi su bar yake-yaken kashe kai, kiyayya ga launin fata, bangaren addini, da muguntar abin duniya. Babaji ya san yanayin zamani, musamman tasirin da sarkakiyar wayewar Yamma, kuma ya fahimci bukatar yada 'yancin kai na yoga daidai gwargwado a Yamma da Gabas.

Cewa babu wani tarihi da ya ambaci Babaji bai kamata ya ba mu mamaki ba. Babban malamin bai taɓa bayyana a fili a kowace karni ba; ba a sami damar yin amfani da wannan mummunar fahimtar ba a cikin shirye-shiryensa na karni na dubu. Kamar Mahalicci, Ikon da ba shi da shiru, Babaji yana aiki a cikin duhu mai sauƙi.

Manyan annabawa kamar Kristi da Krishna sun zo duniya don wani takamaiman manufa mai ban mamaki; suna tafiya da zarar an kammala ta. Sauran avatars, kamar Babaji, suna yin aiki wanda yake Sun fi damuwa da ci gaban juyin halitta na ɗan adam a cikin karni fiye da kowace muhimmiyar al'amari ta tarihi. Irin waɗannan malamai koyaushe suna ɓoye kansu daga kallon jama'a, kuma suna da ikon zama marasa ganuwa idan aka ga dama. Saboda waɗannan dalilai, kuma saboda galibi suna koya wa almajiransu su yi shiru game da su, wasu manyan mutane na ruhaniya har yanzu ba a san su ba a duniya. Ina ba da wasu bayanai game da Babaji a cikin

wadannan shafuka kafan game da rayuwarsa - kafan ne kawai daga cikin
abubuwan da yake ganin sun dace kuma suna da amfani a sanar da su a bairar
jama'a.

A'a iyakance gaskiya game da Babaji's iyali ko wurin haihuwa, masoyiyata zuwa Lallai
na mai bincike zuciya, suna da har abada kasance

An gano. Gabadaya jawabinsa yana cikin harshen Hindi ne, amma yana magana cikin sauƙi da kowace harshe. Ya ɗauki sunan Babaji mai sauƙi (uba mai girmamawa); sauran laƙabin girmamawa da almajiran Lahiri Mahasaya suka ba shi sune Mahamuni Babaji Maharaj (babban waliyyi mai farin ciki), Maha Yogi (babban yogis), Trambak Baba da Shiva Baba (laƙabin avatars na Shiva). Shin yana da mahimmanci cewa ba mu san sunan ubangidan da aka saki a duniya ba?

"Duk lokacin da wani ya furta sunan Babaji cikin girmamawa," in ji Lahiri Mahasaya, "wannan mai ibada yana jawo albarkar ruhaniya nan take."

Malamin da ba ya mutuwa ba shi da alamun tsufa a jikinsa; da alama bai wuce matashi ɗan shekara ashirin da biyar ba. Fatar jikinsa mai launin fari, mai matsakaicin tsayi da tsayi, kyakkyawan jikin Babaji mai karfi yana haskaka haske mai haske. Idanunsa baki ne, natsuwa, da taushi; dogon gashinsa mai sheki launin jan karfe ne. Abin mamaki shi ne Babaji yana da kamanceceniya da almajirinsa Lahiri Mahasaya. Kamanceceniya tana da ban mamaki har a cikin shekarunsa na karshe, Lahiri Mahasaya ya riga ya zama uban Babaji mai kama da kuruciya.

Swami Kebalananda, nawa waliyyai Sanskrit malami, an kashe wasu lokaci tare da Babaji a cikin Lallai Himalayas.

"Babban mai iko yana tafiya tare da kungiyarsa daga wuri zuwa wuri a cikin tsaunuka," in ji Kebalananda. "Karamin kungiyarsa ta kunshi almajirai biyu na Amurka masu hazaka. Bayan Babaji ya dade a wani yanki, sai ya ce: '*Dera danda uthao.*' ('Bari mu ɗaga sansaninmu da ma'aikatanmu.') Yana ɗauke da *danda na alama* (sandar bamboo). Kalmominsa su ne alamar kaura tare da kungiyarsa nan take zuwa wani wuri. Ba koyaushe yake amfani da wannan hanyar tafiya ta taurari ba; wani lokacin yana tafiya da kafa daga kololuwa zuwa kololuwa.

"Mutane za su iya ganin Babaji ko su gane shi ne kawai lokacin da yake so. An san shi da cewa yana da Ya bayyana a cikin siffofi daban-daban ga masu bauta daban-daban - wani lokacin ba tare da gemu da gashin baki ba, wani lokacin kuma tare da su. Ganin cewa jikinsa mai lalacewa ba ya buƙatar abinci, maigidan ba kasafai yake cin abinci ba. A matsayin ladabi ga almajiran da suka ziyarce shi, lokaci-lokaci yana karɓar 'ya'yan itatuwa, ko shinkafa da aka dafa a cikin madara da man shanu mai haske.

"Na san abubuwa biyu masu ban mamaki na rayuwar Babaji," Kebalananda ya ci gaba da cewa. "Almajiransa suna zaune wata dare a kusa da wata babbar wuta da ke ci don bikin Vedic mai tsarki. Ba zato ba tsammani sai maigidan ya kama wani itace mai konewa ya buga kafadar wani chela wanda ke kusa da wutar.

"Yar uwa, yaya azzalumi!" Lahiri Mahasaya, Hukumar Lafiya ta Duniya ya kasance yanzu, yi wannan sake tayar da hankali.

"Da ka fi so ka gan shi ya kone a gaban idanunka, bisa ga umarnin karmarsa ta baya?"

"Da wadannan kalmomin Babaji ya dora hannunsa mai warkarwa a kan kafadar chela da ta lalace. 'Na 'yantar da kai daga mutuwa mai radadi a daren yau. An cika dokar karmic ta hanyar wahalar da kake sha da wuta."

"A wani lokaci kuma da'irar alfarma ta Babaji ta damu da isowar wani baƙo. Ya hau da kwarewa mai ban mamaki zuwa gaɓar da ba ta da matsala kusa da sansanin maigidan.

"Yallabai, lallai kai ne babban Babaji." Fuskar mutumin ta haskaka da girmamawa mara misaltuwa. 'Na shafe watanni ina nemanka ba tare da tsayawa ba a tsakanin waɗannan duwatsu masu haramun. Ina rokonka ka karɓe ni a matsayin almajiri.'

"Lokacin da Lallai mai girma guru yi a'a martani, Lallai mutum mai nuni zuwa Lallai mai duwatsu rami a nasa kafafu.

"Idan ka fi ni, zan yi tsalle daga wannan dutsen. Rayuwa ba ta da wani amfani idan ba zan iya samun jagorancinka ga Allah ba."

"To, ka yi tsalle,' Babaji ya ce cikin rashin motsin rai. 'Ba zan iya yarda da kai a halin da kake ciki na ci gaba ba.'

"Nan take mutumin ya jefa kansa a kan dutsen. Babaji ya umurci almajiran da suka gigice su ɗauki gawar baƙon. Da suka dawo da siffar da ta lalace, maigidan ya ɗora hannunsa na allahntaka a kan mamacin. Ga shi! ya buɗe idanunsa ya yi sujada cikin tawali'u ga mai iko duka.

"Yanzu ka shirya don almajiranci.' Babaji ya yi farin ciki da jin daɗin chela ɗinsa da aka tashe shi daga matattu. 'Ka ci jarabawa mai wahala da karfin hali. Mutuwa ba za ta sake taɓa ka ba; yanzu kai ɗaya ne daga cikin garkenmu marar mutuwa.' Sai ya yi maganarsa ta yau da kullun na tashi, '*Dera danda uthao*'; duk kungiyar ta ɓace daga dutsen."

Avatar yana rayuwa cikin Ruhun da ke ko'ina; a gare shi babu wani nisa da ke juye da murabba'in. Saboda haka, dalili ɗaya ne kawai zai iya karfafa Babaji wajen kiyaye siffar jikinsa daga ƙarni zuwa ƙarni: sha'awar samar wa ɗan adam misali na ainihin damarsa. Mutum bai taɓa yin wani abu game da Allahntaka a cikin jiki ba, zai ci gaba da fuskantar mummunan ruɗin da ba zai iya wuce mutuwar ba.

Tun daga farko Yesu ya san jerin rayuwarsa; ya wuce kowace al'amari ba don kansa ba, ba don wani tilastawa na karmic ba, amma kawai don ɗaga hankalin ɗan adam mai tunani. halittu. Almajiransa huɗu - Matiyu, Markus, Luka, da Yahaya - sun rubuta wasan kwaikwayo mara misaltuwa don amfanin tsararraki masu zuwa.

Domin Babaji, kuma, a can shine a'a dangantaka na baya, yanzu, nan gaba; daga Lallai farawa shi yana da ya san dukkan mataƙai na rayuwarsa. Duk da haka, yana yarda da ƙarancin fahimtar mutane, ya yi ayyuka da yawa na rayuwarsa ta allahntaka a gaban shaidu ɗaya ko fiye. Don haka ya faru cewa wani almajiri na Lahiri Mahasaya yana nan lokacin da Babaji ya ga lokacin da ya isa ya yi shelar yiwuwar rashin mutuwa ta jiki. Ya faɗi wannan alƙawarin a gaban Ram Gopal

Muzumdar, domin a farshe ya zama sananne saboda wahayi daga wasu zukata masu neman zuciya. Manyan mutane suna faɗin maganganunsu kuma suna shiga cikin al'amuran da suka bayyana a matsayin na halitta, kawai don amfanin mutum, kamar yadda Kristi ya ce: "Ya Uba ... Na san kana jin ni koyaushe: amma *saboda mutanen da ke tsaye na faɗi haka*, domin su gaskata cewa kai ne ka aiko ni." **33-2** A lokacin

Ziyarar da na kai Ranbajpur tare da Ram Gopal, "wani waliyyi mara barci," **33-3** ya ba da labarin ban mamaki na haɗuwarsa ta farko da Babaji.

"Wani lokaci nakan bar kogon da nake zaune a keɓe don in zauna a kafafun Lahiri Mahasaya a Benares," in ji Ram Gopal. "Wata tsakar dare yayin da nake yin bimbini a hankali tare da gungun almajiransa, maigidan ya yi wata tambaya mai ban mamaki.

"'Ram Gopal,' shi ya ce, 'tafi a sau ɗaya zuwa Lallai Dasasamedh wanka 'Gat .'

"Ba da daɗewa ba na isa wurin da ba kowa. Daren ya yi haske da hasken wata da taurari masu sheki. Bayan na zauna cikin hakuri na ɗan lokaci, hankalina ya koma ga wani babban dutse kusa da kafafuna. Ya tashi a hankali, yana bayyana wani kogo a karkashin kasa. Yayin da dutsen ya kasance daidaitacce ta wata hanya da ba a sani ba, an cire siffar wata matashiya mai kyau mai ban mamaki daga kogon zuwa sama. Ta kewaye shi da wani haske mai laushi, a hankali ta sauko a gabana ta tsaya ba tare da motsi ba, tana cikin yanayi na farin ciki. Daga karshe ta motsa, ta yi magana a hankali.

"Ni Mataji ce, **33-4** 'Yar'uwar Babaji. Na roke shi da kuma Lahiri Mahasaya da su zo kogona a daren yau don tattauna wani batu mai matuƙar muhimmanci.

"Wani haske mai duhu yana shawagi cikin sauri a kan Ganges; hasken da ba a saba gani ba ya bayyana a cikin ruwan da ba a gani ba. Ya kusanto kusa da kusa har sai da walƙiya mai kama da ido, ya bayyana ta wurin gefen Mataji kuma nan take ya naɗe kansa cikin siffar ɗan adam ta Lahiri Mahasaya. Ya yi sujada cikin tawali'u a kafafun mace mai tsarki.

"Kafin na warke daga ruɗani na, na kara mamakin ganin wani haske mai ban mamaki yana yawo a sararin samaniya. Da sauri na saukowa, ruwan da ke ci gaba da kamawa ya kusanto kungiyarmu ya bayyana a jikin wani kyakkyawan saurayi wanda, na fahimta nan take, Babaji ne. Ya yi kama da Lahiri Mahasaya, bambancin kawai shine Babaji ya bayyana karami, kuma yana da dogon gashi mai haske."

"Lahiri Mahasaya, Mataji, da ni kaina mun durkusa a kafafun malamin. Wani yanayi mai ban mamaki na ɗaukaka mai ban sha'awa ya burge dukkan karfin halina yayin da na taɓa jikinsa na allahntaka.

"'Yar'uwa mai albarka," in ji Babaji, 'Ina da niyyar zubar da siffara in shiga cikin Ruwan da ba shi da iyaka.'

"'Na riga na hango shirinka, kaunataccen maigidana. Ina so in tattauna da kai a daren yau. Me yasa za ka bar jikinka?" Matar mai girma ta dube shi da roko.

"'Me shine Lallai bambanci idan Ni lalacewa wani a bayyane ko marar ganuwa igiyar

ruwa a kunne Lallai teku na nawa Ruhu?'

"Mataji ya amsa da wani irin wayo. 'Mai ilimi marar mutuwa, idan babu wani bambanci, to don Allah kada ka taɓa barin matsayinka." **33-5**

"'Ka kasance shi haka,' Babaji ya ce cikin girmamawa. 'Ni nufin ba za a taɓa yi ba tafi nawa jiki jiki. Yana nufin koyaushe saura a bayyane

ga akalla karamin adadin mutane a wannan duniyar. Ubangiji ya fadɓi burinsa ta bakinku.

"Yayin da na saurari tattaunawar da ke tsakanin waɗannan halittu masu girma cikin mamaki, sai babban malamin ya juyo gare ni da wata irin murya mai daɗi."

"'Kada ka ji tsoro, Ram Gopal,' in ji shi, 'ka yi albarka ka zama shaida a wurin da aka yi wannan alkawari marar mutuwa.'

"Yayin da waƙar muryar Babaji mai daɗi ta ɓace, siffarsa da ta Lahiri Mahasaya suka yi tsalle a hankali suka koma baya a kan Ganges. Wani farin haske mai haske ya mamaye jikinsu yayin da suka ɓace cikin sararin sama na dare. Siffar Mataji ta yi iyo zuwa kogon ta sauko; dutsen An rufe allon da kansa, kamar dai yana aiki akan wani abu da ba a iya gani.

"Cikin kwarin gwiwa mara iyaka, na koma wurin Lahiri Mahasaya. Yayin da na yi masa sujada da sassafe, malamina ya yi min murmushi cikin fahimta."

"'Ina farin ciki da kai, Ram Gopal,' in ji shi. 'Burin haduwa da Babaji da Mataji, wanda ka saba bayyana min, a karshe ya sami cikas tsarki.'

"Almajiraina sun sanar da ni cewa Lahiri Mahasaya bai bar gidansa ba tun da sanyin safiyar jiya."

"'Ya yi jawabi mai ban mamaki game da rashin mutuwa bayan ka tafi Dasasamedh *ghat*,' in ji ɗaya daga cikin chelas. A karon farko na fahimci gaskiyar da ke cikin ayoyin nassosi waɗanda suka bayyana cewa mutum mai fahimtar kansa zai iya bayyana a wurare daban-daban a cikin jiki biyu ko fiye a lokaci guda.

"Daga baya Lahiri Mahasaya ya yi mini bayani game da abubuwa da yawa game da shirin allahntaka na ɓoye ga wannan duniya," Ram Gopal ya kammala. "Allah ya zaɓe Babaji ya zauna a jikinsa har tsawon wannan zagayen duniya. Zamani zai zo ya tafi - har yanzu ubangijin da ba shi da mutuwa, **33-6** idan aka kalli wasan kwaikwayo na karni, za a kasance a wannan mataki a duniya.

Babi 33 Bayanan ƙasa

.....
. *Matiyu* 8:19-20 :33-1

. *Yohanna* 11:41-42 :33-2

33-3 : The yana ko'ina Yogi Hukumar Lafiya ta Duniya an lura wancan Ni ya gaza zuwa baka kafin Lallai Taraksewar wurin ibada (babi 13).

33-4 : "Mai Tsarki Mama. Mataji kuma yana da ya rayu ta hanyar Lallai Karni; ita shine kusan kamar yadda nisa ci gaba ruhaniya kamar yadda ta ɗan'uwana. Tana cikin farin ciki a cikin wani ɓoyen kogo na karkashin ƙasa kusa da Dasasamedh *ghat* .

33-5 : Wannan abin da ya faru yana tunatarwa d'aya na Thales. The mai girma Girkanci masanin falsafa an koyar wancan a can ya kasance a'a bambanci tsakanin rayuwa da mutuwa. "Me yasa, to," wani mai suka ya tambaya, "ba ka mutu ba?" "Domin," Thales ya amsa, "babu wani bambanci."

33-6 : "Hakika, hakika, Ni fad'i zuwa kai, Idan wani mutum ajiye nawa fad'in (ya kasance ba tare da karyewa ba a cikin Lallai Almasihu sani), shi zai

BABI: 34

Abubuwan da suka faru A Fadar A cikin The Himalayas

"Haduwar Babaji ta farko da Lahiri Mahasaya labari ne mai ban sha'awa, kuma ɗaya daga cikin kaɗan daga cikin waɗanda suka ba mu cikakken bayani game da malamin da ba shi da rai."

Waɗannan kalmomin su ne gabatarwar Swami Kebalananda ga wani labari mai ban mamaki. A karo na farko da ya ba da labarin, na yi mamakin yadda aka yi mini sihiri. A wasu lokutan kuma na yi wa malamina mai tausayi na Sanskrit ra'ayin cewa ya maimaita labarin, wanda daga baya Sri Yukteswar ya faɗa mini da kalmomi iri ɗaya. Duk waɗannan almajiran Lahiri Mahasaya sun ji labarin mai ban mamaki kai tsaye daga bakin malaminsu.

"Taron farko da Babaji ya faru ne a shekarata ta talatin da uku," in ji Lahiri Mahasaya. "A kaka ta 1861, an tura ni aiki a Danapur a matsayin akawu na gwamnati a Sashen Injiniyan Sojoji. Wata safiya manajan ofishin ya kira ni.

"Lahiri,' in ji shi, 'wani sakon waya ya fito daga babban ofishinmu. Za a mayar da kai zuwa Ranikhet, inda sojoji suka doke ku da **ci 34-1** yanzu ana kafa shi.'

"Da bawa ɗaya, na fara tafiyar mil 500. Mun yi tafiya da doki da keken doki, cikin kwana talatin muka isa wurin Ranikhet na Himalayas. **34-2**

"Ayyukan ofishina ba su da wahala; na sami damar yin sa'o'i da yawa ina yawo a cikin tsaunuka masu ban mamaki. An ji jita-jita cewa manyan waliyyai sun albarkaci yankin da kasancewarsu; Na ji sha'awar ganinsu sosai. A lokacin wani taron jama'a a wata rana da yamma, na yi mamakin jin wata murya daga nesa tana kiran sunana. Na ci gaba da hawan dutsen Drongiri mai karfi. Wani ɗan rashin jin daɗi ya mamaye ni da tunanin cewa ba zan iya komawa baya ba kafin duhu ya mamaye dajin.

"A karshe na isa wani karamin fili wanda gefunansa cike da kogo. A kan ɗaya daga

cikin tsaunukan duwatsu akwai wani saurayi mai murmushi, yana miƙa hannunsa don maraba. Na lura da mamaki cewa, ban da gashinsa mai launin jan ƙarfe, yana da kamanni mai ban mamaki da ni.

"Lahiri, kai suna da zo!" The waliyyi an magance matsalar ni cikin ƙauna a cikin Hindu.
'Hutu nan a cikin wannan kogo. Yana

ya kasance Ni Hukumar Lafiya ta Duniya an kira kai.'

"Ni shiga wani mai kyau karami kogo wanda kunshi da yawa ulu mai laushi barguna kuma wani kafan *kamandulus* (roko kwano).

"Lahiri, yi kai tuna wancan kujera?' The Yogi mai nuni zuwa wani naɗe bargo a cikin ɗaya kusurwa.

"A'a, yallaɓai.' Na ɗan ruɗe da mamakin abin da ya faru da ni, na kara da cewa, 'Dole ne in tafi yanzu, kafin dare ya yi. Ina da aiki da safe a ofishina.'

"Wani waliyyi mai ban mamaki ya amsa da Turanci, 'An kawo maka ofishin ne, ba kai ba don ofishin."

"Na yi mamaki cewa wannan mai son zaman lafiya a daji ba wai kawai ya kamata ya yi magana da Turanci ba, har ma ya fassara kalmomin Almasihu." **34-3**

"Na ga wayar tarho ta fara aiki." Maganar yogi ba ta fahimta ba a gare ni; na tambayi ma'anarsa .

"Ni duba zuwa Lallai telegram wancan an gayyace shi kai zuwa waɗannan ware sassa. Yana ya kasance Ni Hukumar Lafiya ta Duniya A hankali ya ba wa babban jami'in ku shawara cewa a mayar da ku zuwa Ranikhet. Idan mutum ya ji haɗin kai da ɗan adam, dukkan tunani suna zama tashoshin watsawa waɗanda zai iya aiki a cikinsu. zai yi.' Ya kara a hankali, 'Lahiri, tabbas wannan kogo ya yi kama da wanda ka saba da shi?'

"Yayin da na yi shiru cikin ruɗani, sai waliyyin ya matso ya buge ni a hankali a kan Goshina. Da taɓawar maganadis, wani babban motsi ya ratsa kwakwalwata, yana fitar da abubuwan tunawa na rayuwata ta baya.

"Na tuna!' Muryata ta yi sanyi da kuka mai daɗi. 'Kai ne babban malamina Babaji, wanda ya kasance nawa koyaushe! Abubuwan da suka faru a baya sun bayyana a cikin zuciyata; a nan cikin wannan kogo na shafe shekaru da yawa na rayuwata ta karshe!' Yayin da abubuwan tunawa marasa misaltuwa suka mamaye ni, na rungume kafafun maigidana cikin kuka.

"Na yi sama da shekaru talatin ina jiranka a nan - ina jiran ka dawo gare ni!' Muryar Babaji ta yi kara da kaunar sama. 'Ka zame ka ɓace cikin rakuman ruwa masu hayaniya na rayuwa bayan mutuwa. Sanda mai sihiri na karmarka ta taɓa ka, kuma ka tafi! Ko da ka rasa ganina, ban taɓa rasa ganinka ba! Na bi ka a kan teku mai haske inda mala'iku masu ɗaukaka ke tafiya. Ta cikin duhu, guguwa, tashin hankali, da haske na bi ka, kamar tsuntsu mai kula da 'ya'yanta. Yayin da kake rayuwa a cikin rayuwar ɗan adam ta mahaifa, kuma ka fito kamar jariri, Idona yana

kanki koyaushe. Lokacin da kika rufe karamin siffarki a cikin yanayin lotus a karkashin yashi na Nadia a lokacin yarintarki, na kasance a wurin ba tare da gani ba! Cikin hakuri, wata bayan wata, shekara bayan shekara, na kula da ke, ina jiran wannan rana mai kyau. Yanzu kina tare da ni! Ga kogonki, wanda kika kaunace shi tun da! Na kiyaye shi a koyaushe kuma a shirye yake a gare ki. Ga bargonki mai tsarki na *asana* , inda kike zama kowace rana don cika zuciyarki mai faɗaɗa da Allah! Ga kwanonki, daga ciki Sau da yawa kana shan ruwan tsamin da na shirya! Duba yadda na kiyaye kofin tagulla ya yi kyau,

wancan kai kila abin sha kuma daga nan! Nawa nasa, yi kai yanzu fahimta?

"'Gwaggonar, me zan iya cewa?' Na yi gunaguni cikin kakkausar murya. 'Ina mutum ya taɓa jin labarin irin wannan soyayya marar mutuwa?' Na yi dogon nazari da farin ciki a kan taskata ta har abada, guruna a rayuwa da mutuwa.

"'Lahiri, kina buƙatar tsarkakewa. Ki sha mai a cikin wannan kwano ki kwanta a bakin kogi.' Hikimar Babaji, na yi tunani cikin murmushi mai sauri, mai kama da gaske, ta kasance a saɓun gaba.

"Na bi umarninsa. Duk da cewa daren sanyin Himalayan yana saukowa, wani dumi mai daɗi, wani haske na ciki, ya fara bugawa a cikin kowace fwayar halitta ta jikina. Na yi mamaki. Shin man da ba a sani ba yana d'auke da zafi na sararin samaniya?

"Iska mai daci ta mamaye ni cikin duhu, tana ihu mai zafi. Rakuman ruwa masu sanyi na Kogin Gogash suna ta shawagi a jikina lokaci-lokaci, suna shimfiɗa a kan gaɓar duwatsu. Damisa suna kuka kusa da ni, amma zuciyata ta rabu da tsoro; karfin haske da aka samu a cikina yana nuna tabbacin kariya ba za a iya jurewa ba. Sa'o'i da yawa sun shuɗe da sauri; tunanin da ya faɓe na wata rayuwa daban sun haɗa kansu cikin kyakkyawan tsarin sake haɗuwa da malamina na allahntaka.

"Abin da na yi tunani a kai shi kaɗai ya katse min tunani da sautin takun kafa da ke gabatowa. A cikin duhu, hannun wani mutum ya taimaka min a hankali, ya kuma ba ni wasu busassun tufafi."

"'Zo, d'an'uwana, nawa abokin tarayya in ji shi. 'The ubangida yana jira kai.'

"Ya jagoranci hanyar ta cikin dajin. Daren da ya yi cikin bakin ciki ya haskaka ba zato ba tsammani da haske mai karfi a nesa.

"'Za a iya wancan zama Lallai fitowar rana?' Ni tambaya. 'Tabbas Lallai duka dare yana da ba ya wuce?'

"'Sa'a tsakar dare ce.' Jagorata ta yi dariya a hankali. 'Hasken nan shine hasken fadar zinare, wanda Babaji mara tamka ya bayyana a nan yau da dare. A baya, ka taɓa nuna sha'awar jin daɗin kyawawan fada. Ubangijinmu yanzu yana biyan buƙatarka, ta haka yana 'yantar da kai daga d'aurin karma.' **34-4** Ya kara da cewa, 'Girman fadar za ta zama wurin fara shirinka na *Kriya Yoga a daren yau* . Duk 'yan'uwanka a nan za su haɗu da ku cikin maraba, suna farin ciki da karshen dogon gudun hijirar da kuka yi. Ga shi!'

"Wani babban fada mai zinare mai sheki yana tsaye a gabanmu. An lulluɓe shi da duwatsu masu daraja marasa adadi, kuma an sanya shi a tsakiyar lambuna masu shimfiɗar wuri, yana nuna wani abin mamaki mai ban mamaki. Tsarkakakkun fuskokin mala'iku suna tsaye a kofofi masu haske, rabin ja ne da walkiyar lu'ulu'u.

An lu'u-lu'u, lu'u-lu'u, saffir, da emeralds masu girma da haske sosai a cikin baka masu ado.

"Na bi abokin tafiyata zuwa wani babban dakin liyafa. Kamshin turare da na wardi suna yawo a sararin sama; fitilun da ba su da haske suna haskaka launuka daban-daban. Kananan kungiyoyin masu ibada, wasu masu adalci, wasu masu duhu, suna rera waka ta kiɗa, ko kuma suna zaune cikin yanayin tunani, suna nutsewa cikin kwanciyar hankali. Farin ciki mai karfi ya mamaye yanayi.

"Ka yi wa idanunka daɗi; ka ji daɗin kyawawan halaye na wannan fadar, domin an gina ta ne kawai don girmama ka." Jagorata ta yi murmushi cikin tausayi yayin da nake furta wasu 'yan fitar da maniyyi na mamaki.

"Dan'uwa,' na ce, 'kyakkyawar wannan tsari ta wuce iyakokin tunanin ɗan adam. Don Allah ka gaya mini asirin asalinsa.'

"Zan yi muku fatan alheri.' Idanun abokina masu duhu sun yi haske da hikima. 'A gaskiya babu wani abu da ba za a iya fahimta ba game da wannan yanayin halitta. Duk sararin samaniya tunani ne na zahiri. Mahalicci. Wannan babban dunkule mai nauyi, mai shawagi a sararin samaniya, mafarki ne na Allah. Ya halicci komai daga cikin saninSa, kamar yadda mutum a cikin tunanin mafarkinsa yake sake haifuwa da rayar da halitta tare da halittunsa.

"Allah ya fara halittar duniya a matsayin ra'ayi. Sannan ya rayar da ita; kwayoyin halitta na makamashi sun wanzu. Ya daidaita kwayoyin halitta zuwa wannan yanki mai karfi. Duk kwayoyin halitta suna tare da nufin Allah. Idan Ya janye nufinSa, duniya za ta sake wargajewa ta zama makamashi. Makamashi zai narke cikin sani; ra'ayin duniya zai face daga son zuciya.

"Asalin mafarki yana riƙe da tunanin mai mafarkin a cikin zahiri. Idan aka janye wannan tunani mai haɗin kai a farke, mafarkin da abubuwan da ke cikinsa suna narkewa. Mutum yana rufe idanunsa ya kafa wani abu na mafarki wanda, idan ya farka, zai rabu da zahiri cikin sauƙi. Yana bin tsarin allahntaka na asali. Hakazalika, lokacin da ya farka cikin sanin sararin samaniya, zai kawar da tunanin mafarkin sararin samaniya cikin sauƙi."

"Kasancewar Babaji ɗaya ne da nufin cikawa mara iyaka, zai iya kiran kwayoyin halitta su haɗu su bayyana kansu a kowace siffa. Wannan fadar zinariya, wadda aka ƙirƙira nan take, gaskiya ce, kamar yadda wannan duniya take da gaske. Babaji ya ƙirƙiri wannan babban gida daga tunaninsa kuma yana riƙe kwayoyin halittarta tare da ikon nufinsa, kamar yadda Allah ya halicci wannan duniya kuma yana kiyaye ta cikin aminci." Ya ƙara da cewa, 'Lokacin da wannan tsari ya cika manufarsa, Babaji zai kawar da ita daga zahiri.'

"Yayin da na yi shiru cikin mamaki, jagorana ya yi wani abin mamaki. 'Wannan fadar mai walkiya, wadda aka kawata ta da duwatsu masu daraja, ba a gina ta da ƙoƙarin ɗan adam ko kuma zinariya da duwatsu masu daraja da aka haka da wahala ba. Tana tsaye da ƙarfi, babban kalubale ne ga ɗan adam. **34-5** Duk wanda ya fahimci kansa a matsayin ɗan Allah, kamar yadda Babaji ya yi, zai iya cima kowace manufa ta hanyar iko marasa iyaka da ke boye a cikinsa. Dutse na gama gari yana kulle sirrin ƙarfin atomic mai girma a cikin kansa; **34-6** duk da haka, mutum har yanzu yana da ƙarfin ikon allahntaka.

"Masani ya dauko wani kaskon fure mai kyau daga wani teburi da ke kusa da shi wanda hannunsa ke walkiya da lu'u-lu'u. 'Babban malaminmu ya kirkiri wannan fadar ta hanyar karfafa dimbin haskoki na sararin samaniya kyauta,' ya ci gaba da cewa. 'Ku taɓa wannan kaskon fure da lu'u-lu'u; za su gamsar da duk gwaje-gwajen kwarewar ji.'

"Ni an bincika Lallai tukunya, kuma an wuce nawa hannu sama Lallai santsi bangon daki, mai kauri tare da zinare mai sheki. Kowace daga cikin duwatsu masu daraja da aka warwatse a ko'ina ta cancanci tarin sarki. gamsuwa ta bazu a cikin zuciyata. Sha'awa mai zurfi, wadda aka boye a cikin tunanina daga rayuwata.

yanzu tafi, ya yi kama a lokaci guda gamsuwa kuma kashewa.

"Abokina mai daraja ya jagorance ni ta cikin kyawawan baka da hanyoyin shiga cikin jerin dakuna. An yi wa ado mai kyau kamar gidan sarauta na sarki. Mun shiga wani babban zauren taro. A tsakiya akwai wani kursiyin zinare, wanda aka lullube da duwatsu masu daraja da ke zubar da launuka masu ban sha'awa. A can, cikin yanayin lotus, Babaji mafi girma ya zauna. Na durkusa a kasa mai haske a kafafunsa.

"Lahiri, har yanzu kina jin dadin burinki na yin fadar zinare?" Idanun malamina suna walkiya. so nasa nasa saffir. 'Tashi! Duk naka na duniya kishirwa su ne game da zuwa zama an kashe shi har abada.' Ya yi gunaguni game da wasu kalmomi masu ban mamaki na albarka. 'Dana, tashi. Karfi shigarka cikin mulkin Allah ta hanyar *Kriya Yoga*.'

"Babaji ya miƙa hannunsa; wata wuta *ta homa* (ta hadaya) ta bayyana, kewaye da 'ya'yan itatuwa da furanni. Na sami dabarar 'yantar da kai ta yogic a gaban wannan bagadin mai konewa.

"An kammala bukukuwan da sanyin safiya. Ban ji buƙatar yin barci a cikin yanayin da nake ciki ba, sai na yi yawo a cikin fadar, cike da taskoki da *kayayyaki masu tamani a kowane fanni*."

Ina gangarowa zuwa kyawawan lambuna, na lura, kusa da su, irin waɗannan kogo da kuma tuddai marasa ruwa waɗanda jiya ba su da kusanci da fadar ko baranda mai furanni.

"Ina komawa fada, ina walkiya cikin hasken rana mai sanyi na Himalayas, na nemi kasancewar maigidana. Har yanzu yana kan karagar mulki, yana kewaye da almajiransa da yawa marasa natsuwa."

"Lahiri, kai su ne jin yunwa. Babaji an kara, 'Rufe naka idanu.'

"Lokacin da na sake buɗe su, fadar mai ban sha'awa da lambunanta masu kyau sun face. Jikina da siffon Babaji da tarin chelas duk yanzu suna zaune a kan tsirara." An gina shi a daidai wurin da fadar da ta face, ba da nisa da hanyoyin shiga kogo masu duwatsu masu haske da rana. Na tuna cewa jagorana ya lura cewa za a cire kayan gidan sarauta, kuma an gina shi ne a kan rufin gidan sarauta. Kwayoyin halittar da aka kama sun fito cikin tunanin da ya fito daga ciki. Ko da yake na yi mamaki, na kalli malamina da aminci. Ban san abin da zan jira a gaba a wannan ranar mu'ujiza ba.

"An gama aikin da aka yi wa fadar yanzu," Babaji ya bayyana. Ya daga tukunyar kasa daga kasa. 'Sa hannunka a can ka karfi duk abincin da kake so.'

"Da zarar na taɓa babban kwano mara komai, sai ya cika da *luchis mai zafi da aka soya da man shanu*, curry, da kuma kayan zaki masu dandano. Na taimaka wa

kaina, ina lura cewa tukunyar ta cika koyaushe. Da na gama cin abinci na, sai na duba ko'ina don neman ruwa. Malamina ya nuna kwano a gabana. Ga shi! abincin ya yi kyau. ya face; a madadinsa akwai ruwa, mai haske kamar daga rafin dutse.

"Mutane kaɗan ne suka san cewa mulkin Allah ya haɗa da mulkin cikaɗ abubuwa na yau da kullun," in ji Babaji. 'Sarauniyar Allah ta faɗaɗa zuwa ga duniya, amma na biyun, kasancewar ruɗani, ba zai iya haɗa da ainihin gaskiya ba.'

"Masoyiyata guru, na karshe dare kai an nuna don ni Lallai hanyar haɗi na kyau a cikin aljanna kuma kasa!" Ni

Murmushi na tunawa da fadar da ta ɓace; tabbas babu wani ɗan yoga mai sauƙi da ya taɓa samun shiga cikin manyan asirai na Ruhu a tsakiyar kewayen jin daɗin da ya fi ban sha'awa! Na kalli cikin natsuwa a cikin bambancin yanayin da ake ciki a yanzu. Kasa mai laushi, rufin sama mai haske, kogo da ke ba da mafaka ta asali - duk sun yi kama da wuri mai kyau na halitta ga tsarkakan mala'iku da ke kewaye da ni.

"Na zauna a wannan rana a kan bargona, ina cike da abubuwan da suka faru a rayuwata ta baya. Malamina mai tsarki ya matso ya mika hannunsa a kaina. Na shiga jihar *nirbikalpa samadhi*, ina cikin farin cikinta har tsawon kwana bakwai. Ina ketare jerin ilimin kai da ke jere, Na shiga cikin duniyar gaskiya marar mutuwa. Duk wani kuntatawa na yaudara ya ɓace; raina ya kahu sosai a kan bagadin Ruhu Mai Tsarki na har abada. A rana ta takwas na faɗi a kafafun malamina na roke shi ya ci gaba da kasancewa kusa da shi a cikin wannan daji mai tsarki.

"Dana,' in ji Babaji, yana rungume ni, 'rawar da ka taka a wannan yanayin jiki dole ne a buga ta a wani mataki na waje. Tun kafin haihuwarka, kana da albarkar rayuwa da yawa ta tunani mai kadaici, yanzu dole ne ka shiga duniyar mutane.

"Wani babban dalili ya nuna gaskiyar cewa ba ka haɗu da ni a wannan karon ba sai da ka riga ka yi aure, kana da kananan nauyin kasuwanci. Dole ne ka ajiye tunaninka na shiga kungiyar mawakanmu ta sirri a Himalayas; rayuwarka tana cikin cunkoson shaguna, wanda hakan ya zama misali na mai gidan yoga mai kyau."

"Kukan mutane da yawa da suka ruɗe a duniya bai taɓa faɗuwa a kunnen Manyan Mutane ba," ya ci gaba da cewa. 'An zaɓe ku don kawo ta'aziyya ta ruhaniya ta hanyar *Kriya Yoga* ga masu neman gaskiya da yawa. Miliyoyin da ke cikin mawuyacin hali na iyali da manyan ayyuka na duniya za su ɗauki sabon zuciya daga gare ku, mai gida kamar su. Dole ne ku jagorance su su ga cewa ba a hana mafi girman nasarorin yogic ga mutumin iyali ba. Ko a duniya, mai yoga wanda ke sauke nauyinsa da aminci, ba tare da wata manufa ko alaƙa ba, yana bin tafarki mai tabbas na wayewa.

"Babu wata bukata da ta tilasta maka barin duniya, domin a cikin zuciyarka ka riga ka raba kowace irin alaƙar karmic. Ba ta wannan duniyar ba, dole ne ka kasance a cikinta. Shekaru da yawa har yanzu sun rage a lokacin da dole ne ka cika ayyukanka na iyali, kasuwanci, zamantakewa, da ruhaniya cikin himma. Sabuwar numfashi mai daɗi na bege na Allah zai ratsa zukatan mutanen duniya masu bushewa. Daga rayuwarka mai daidaito, za su fahimci cewa 'yanci ya dogara ne akan fin yarda da kai na ciki, maimakon na waje."

"Yaya iyalina, ofis, da duniya suka yi kama da nesa, yayin da nake sauraron malamina a cikin keɓancewar Himalayas. Duk da haka gaskiya ta adamantine ta zo cikin kalmominsa; Na yarda da yardar kaina na bar wannan mafaka mai albarka ta zaman lafiya. Babaji ya koya mini tsoffin ka'idodi masu tsauri waɗanda ke jagorantar watsa fasahar yoga daga malamin zuwa almajiri.

"Bawa makullin *Kriya* kawai ga chelas masu cancanta," in ji Babaji. 'Wanda ya yi alkawarin sadaukar da duk abin da ke cikin neman. na Lallai Allahntaka shine dacewa zuwa wargaza Lallai na karshe asirai na rayuwa ta hanyar Lallai kimiyya na tunani.

"Mala'iku, kamar yadda ka riga ka fifita ɗan adam ta hanyar tayar da fasahar *Kriya da ta bace* , shin ba za ka kara wannan fa'idar ta hanyar sassauta fa'idodin almajiranci ba?" Na kalleta

cikin roko ga Babaji. 'Ina addu'a da ka ba ni damar in isar da *Kriya* ga duk masu nema, duk da cewa da farko ba za su iya yin alkawarin yin watsi da kansu ba. Maza da mata na duniya da aka azabtar, waɗanda wahala uku ke bi, **34-7** suna buƙatar karfafawa ta musamman. Ba za su taɓa koƙarin hanyar samun 'yanci ba idan aka hana su kaddamar da *Kriya* .

"Ya kasance haka. An bayyana burin allahntaka ta hanyarka.' Da waɗannan kalmomi masu sauƙi, malamin mai tausayi ya kori tsauraran kariya waɗanda suka ɓoye *Kriya* daga duniya tsawon shekaru. 'Ba wa *Kriya* kyauta ga duk wanda ya nemi taimako cikin tawali'u.'

Bayan shiru, Babaji ya kara da cewa, 'Maida wa kowanne daga cikin almajiranka' wannan alkawari mai girma daga *Bhagavad Gita: "Swalpamasya Dharmasya, Trayata Mahato Bhoyat"* -"Ko da ɗan kaɗan daga cikin ayyukan wannan addinin zai cece ka daga tsoro mai tsanani da wahalhalu masu yawa." **34-8**

"Yayin da na durƙusa washegari da safe a gaban malamina don ya yi mini albarkar bankwana, sai ya ji kamar na yi jinkirin barinsa."

"'Babu rabuwa a gare mu, ɗana kaunatacce." Ya taɓa kafaɗata cikin kauna. 'Duk inda kake, duk lokacin da ka kira ni, zan kasance tare da kai nan take.'

"Na yi ta'aziyya da alkawarinsa mai ban mamaki, kuma ina da sabuwar zinariyar hikimar Allah da aka samo, na sauka daga kan dutsen. A ofishin, abokan aikina sun yi mini maraba, waɗanda suka yi tunanin na ɓace a cikin dajin Himalayas tsawon kwanaki goma. Ba da daɗewa ba aka aiko mini da wasiƙa daga babban ofishin.

"Lahiri ya kamata ya koma Danapur **34-9** "Ofishi," in ji shi. "An yi kuskuren canja wurinsa zuwa Ranikhet. Ya kamata a tura wani mutum ya ɗauki nauyin Ranikhet."

"Na yi murmushi, ina tunani a kan ɓoyayyun hanyoyin da suka biyo baya a cikin abubuwan da suka kai ni wannan wuri mafi nisa a Indiya."

"Kafin na koma Danapur, na yi kwanaki kaɗan tare da wani dangin Bengali a Moradabad. Wasu abokai shida sun taru don gaishe ni. Yayin da na mayar da tattaunawar zuwa ga batutuwa na ruhaniya, mai masaukin baki na ya lura cikin bakin ciki:

"'Oh, a cikin waɗannan kwanaki Indiya shine matsiyaci na waliyyai!'

"Babu," Ni sun yi zanga-zanga cikin ɗumi, na kwas a can su ne har yanzu mai girma masters a cikin wannan kasa!

"Cikin yanayi mai cike da himma, na ji kamar na yi koƙarin ba da labarin

abubuwan da suka faru da ni a tsaunukan Himalayas. Karamin kamfanin ya yi rashin yarda da abin da ya faru da ni cikin ladabi."

"'Lahiri,' wani mutum ya ce cikin kwantar da hankali, 'hankalinka yana cikin damuwa a cikin wadannan tsaunukan da ba a saba gani ba. Wannan mafarki ne na rana da ka ba da labarinsa."

"Konewa tare da Lallai sha'awa na gaskiya, Ni ya yi magana ba tare da an biya tunani. 'Idan Ni kira shi, nawa guru nufin

bayyana dama a cikin wannan gida.

"Sha'awa ta haskaka a kowane ido; ba abin mamaki ba ne cewa kungiyar ta yi sha'awar ganin wani waliyyi ya bayyana a cikin irin wannan yanayi mai ban mamaki. Da rashin son rai, na nemi daki mai natsuwa da sabbin barguna biyu na ulu."

"Maigida zai bayyana daga cikin iskar," na ce. 'Ka yi shiru a wajen kofar; nan ba da jimawa ba zan kira ka.'

"Na nutse cikin yanayin tunani, ina kiran malamina cikin tawali'u. Dakin da ya yi duhu ya cika da hasken wata mai duhu; siffar Babaji mai haske ta bayyana.

"Lahiri, kana kirana da karamin abu ne?" Kallon maigidan ya yi tsauri. 'Gaskiya ga masu neman gaskiya ne, ba ga wadanda ba sa son sani ba. Yana da sauƙin yarda idan mutum ya gani; babu abin da za a musantawa.'

Gaskiyar da ta fi ta son rai ta cancanci kuma ta gano ta wadanda suka shawo kan shakkun da suke da shi game da abin duniya.' Ya kara da cewa, 'Ku bar ni in tafi!'

"Na fadi a kafafunsa da roko. 'Mai tsarki, na fahimci babban kuskurena; Ina neman gafara cikin tawali'u. Domin in kirkiri imani a cikin wadannan tunanin da ba su da ruhaniya ne na yi kofarin kiranka. Domin ka bayyana a cikin alheri a addu'ata, don Allah kada ka tafi ba tare da ka albarkaci abokaina ba. Ko da yake marasa imani ne, akalla sun yarda su bincika gaskiyar maganganuna masu ban mamaki.'

"To, zan zauna na dan lokaci. Ba na fatan a bata sunanka a gaban abokanka.' Fuskar Babaji ta yi laushi, amma ya kara a hankali, 'Daga yanzu, dana, zan zo lokacin da kake buƙatata, ba koyaushe lokacin da ka kira ni ba.' **34-10**'

"Shiru ya mamaye karamin rukunin lokacin da na buƙe kofar. Kamar dai ba su yarda da abin da ke cikin zukatansu ba, abokaina suka kalli mutumin da ke kan kujera mai bargo.

"Wannan son zuciya ne kawai!' Wani mutum ya yi dariya a fili. 'Babu wanda zai iya shiga wannan dakin ba tare da saninmu ba!'

"Babaji ya yi gaba yana murmushi ya yi wa kowannensu alama ya taɓa jikinsa mai dumi da karfi. Bayan an kawar da shakku, abokaina suka yi sujada a kasa cikin mamakin tuba."

"Bari *mu haɗu a [shafi na 34-11.html](#)* a shirya.' Babaji ya yi wannan rokon, na sani, don kara tabbatar wa kungiyar gaskiyarsa ta zahiri. Yayin da garin yake tafasa, malamin allahntaka ya yi hira cikin kwanciyar hankali. Babban canji na wadannan Thomases masu shakku ya zama St. Pauls masu ibada. Bayan mun ci abinci, Babaji ya albarkaci kowannenmu bi da bi. Sai kwatsam ya yi walkiya; mun shaida yadda sinadaran

lantarki na jikin Babaji suka lalace nan take zuwa cikin hasken tururi mai yaɗuwa. Ikon nufin Allah na maigidan ya sassauta rikonsa na atom ɗin ether da aka riƙe tare a matsayin jikinsa; nan da nan sai ƙananan tartsatsin rayuwa suka ɓace cikin tafki mara iyaka.

"Da nawa nasa idanu Ni suna da an gani Lallai mai nasara na mutuwa. Maitra, **34-12** ɗaya na Lallai rukuni, ya yi magana

cikin girmamawa. Fuskarsa ta canza da farin cikin farkawarsa kwanan nan. 'Babban malamin ya yi wasa da lokaci da sarari, yayin da yaro ke wasa da kumfa. Na ga daya da maɓallan sama da kasa.'

"Ba da daɗewa ba na koma Danapur. Da na dage sosai a cikin Ruhu, sai na sake ɗaukar nauyin kasuwanci da iyali na mai gida."

Lahiri Mahasaya ya kuma ba da labarin wani taro da Babaji, a cikin wani yanayi da ya tunatar da alkawarin malamin: "Zan zo duk lokacin da kake bukatara."

"Wurin da abin ya faru wani wuri ne na *Kumbha Mela* a Allahabad," Lahiri Mahasaya ya shaida wa almajiransa. "Na je can ne a lokacin ɗan gajeren hutu daga ayyukan ofishina. Yayin da nake yawo a tsakanin taron sufaye. da kuma sadhus wanda ya zo daga nesa don halartar bikin mai tsarki, na lura da wani mutum mai toka wanda ke riƙe da kwano na roko. Tunani ya taso a raina cewa mutumin munafuki ne, sanye Lallai waje alamomi na watsi da ba tare da wani daidai ciki alheri."

"Bayan na wuce mai son zuciya, sai na ga Babaji yana durƙusawa a gaban wani mai gashin kansa mai laushi."

"'Guruji!' Ni gaggawa zuwa nasa gefe. 'Yallabai, me su ne kai yin nan?'

""Zan wanke kafafun wannan wanda ya ƙi, sannan zan tsaftace kayan girkinsa." Babaji ya yi min murmushi kamar karamin yaro; Na san yana nuna cewa yana son kada in soki kowa, sai dai in ga Ubangiji yana zaune daidai a cikin dukkan haikali, ko na mutane mafi girma ko na ƙasa. Babban malamin ya ƙara da cewa, 'Ta hanyar bauta wa masu hikima da jahilai, ina koyon mafi kyawun kyawawan halaye, ina faranta wa Allah rai fiye da sauran - tawali'u.'"

.....
34-1 : Yanzu wani soja wurin shakatawa. Ta hanyar 1861 Lallai 'Yan Birtaniya Gwamnati yana da riga an kafa tabbatacce sadarwa ta telegrafik .

34-2 : Ranikhet, a cikin Lallai Almora gundumar na Haɗaka Larduna, shine yana a Lallai kafa na Nanda Devi, Lallai mafi girma Dutsen Himalaya (kafa 25,661) a Indiya ta Burtaniya.

34-3 : "The Asabar ya kasance yi don mutum, kuma ba mutum don Lallai Asabar." - *Alamar* 2:27.

34-4 : The karmic doka yana buƙatar wancan kowace ɗan adam fata nemo ƙarshe cikawa. Sha'awa shine haka Lallai sarka wanda ɗaure mutum zuwa ga dabaran sake reincarnation.

34-5 :

Menene shine wani mu'ujiza? - 'Tis"
wani zargi, 'Tis wani a ɓoye barkwanci
".a kunne ɗan adam

34-6 : The ka'ida na Lallai atom tsari na abu ya kasance an bayyana a cikin Lallai na da 'Yan Indiya *Vaisesika* kuma *Nyaya* rubuce-rubuce. "Akwai su ne babba duniyoyi duk an sanya nesa a cikin Lallai ramuka na kowanne atom, masu yawan jama'a kamar yadda Lallai motes a cikin wani hasken rana. - *Yoga Vasishtha*.

34-7 : Jiki, ta hankali, kuma ruhaniya wahala; bayyana, bi da bi, a cikin cuta, a cikin ilimin halin dan Adam rashin isassun abubuwa ko kuma "hadaddun abubuwa," da kuma jahilcin rai.

34-8 : Babi II:40.

34-9 : A gari kusa Benares.

34-10 : A cikin Lallai hanya zuwa Lallai Babu iyaka, har ma haske masters so Lahiri Mahasaya watan Mayu wahala daga wani wuce gona da iri na himma, kuma zama abin dogaro zuwa tarbiyya. A cikin Lallai *Bhagavad Gita*, mu karanta da yawa sassa ina Lallai allahntaka guru Krishna yana bayarwa horo ga sarkin masu bauta, Arjuna.

34-11 : A porridge yi na kirim mai tsami na alkama Soyayyen a cikin man shanu, kuma tafasa tare da madara.

34-12 : Mutumin, Maitra, wanda Lahiri Mahasaya yake magana a kai, daga baya ya sami ci gaba sosai a fahimtar kansa. Ni hadu Maitra nan ba da jimawa ba bayan nawa kammala karatun digiri daga mai girma makaranta; shi an ziyarci Lallai Mahamandal gidan dabbobi a cikin Benares lokacin da nake zaune a wurin. Ya gaya mini game da yadda Babaji ya bayyana a gaban kungiyar a Moradabad. "Sakamakon wannan mu'ujiza," Maitra ya bayyana mini, "Na zama almajirin Lahiri Mahasaya na tsawon rai."

BABI: 35

The Kamar Kristi Rayuwa Na Lahiri Mahasaya

"Haka ya kamata mu cika dukkan adalci." **35-1** A cikin waƙƙannan kalmomin ga Yahaya Maibaftisma, da kuma rokon Yahaya ya yi masa baftisma, Yesu yana amincewa da haƙƙin allahntaka na malaminsa.

Daga nazarin Littafi Mai Tsarki mai girma daga mahangar Gabas, **35-2** kuma daga fahimtar fahimta, na gamsu cewa Yahaya Maibaftisma, a cikin rayuwar da ta gabata, shine shugaban Almasihu. Akwai sassa da yawa a cikin Littafi Mai Tsarki waƙƙanda suka nuna cewa Yahaya da Yesu a cikin halittarsu ta karshe, bi da bi, su ne Iliya da almajirinsa Elisha. (Waƙƙannan su ne kalmomin da ke cikin Tsohon Alkawari. Masu fassara na Girkanci sun rubuta sunayen a matsayin Iliya da Eliseus; sun sake bayyana a cikin Sabon Alkawari a cikin waƙƙannan siffofi da aka canza.)

Karshen Tsohon Alkawari shine annabci game da sake dawowar Iliya da Elisha: "Ga shi, zan aiko muku da annabi Iliya kafin zuwan babbar rana mai ban tsoro ta Ubangiji." **35-3** Saboda haka Yahaya (Iliya), wanda aka aiko "kafin zuwan . . . na Ubangiji," an haife shi kafan kafin domin ya zama mai wa'azi ga Almasihu. Mala'ika ya bayyana ga Zakariya uba domin ya shaida cewa ƙansa mai zuwa Yahaya ba zai

zama wani ba sai Iliya (Iliya).

"Amma Lallai mala'ika ya ce zuwa shi, Tsoro ba, Zakariya: don naka addu'a shine ji;
kuma naka matar aure Elisabeth

zai beyar kai wani ɗa, kuma kai shalt kira nasa suna Yahaya. Kuma da yawa na Lallai yara na Isra'ila

Shin zai juyo ga Ubangiji Allahnsu? Zai kuma yi tafiya a gabansa **35-4** *cikin ruhu da ikon Iliya*, domin in juyar da zukatan ubanni ga 'ya'ya, marasa biyayya kuma ga hikimar masu adalci; domin in shirya jama'a wadda aka shirya domin

Ubangiji." **35-5** Yesu ya bayyana Iliya (Iliya) sau biyu ba tare da wata shakka ba a matsayin Yahaya: "Iliya ya riga ya zo, amma ba su san shi ba. ...Sai almajiran suka zo.

sun fahimci cewa yana yi musu magana game da Yahaya Maibaftisma." **35-6** Kuma, Almasihu ya ce: "Gama duk annabawa da Attaura sun yi annabci har zuwa Yahaya.

Idan kuwa kuna son karɓa, to, wannan shine Iliya, wanda aka shirya zai zo." **35-7**

Yaushe Yohanna an hana wancan shi ya kasance Iliyas (Iliya), **35-8** shi nufi wancan a cikin Lallai mai tawali'u Tufafin Yahaya bai sake zuwa a matsayin babban malamin Iliya ba. A cikin halittarsa ta farko, ya ba wa almajirinsa Elisha "alkyabbar" ɗaukakarsa da dukiyarsa ta ruhaniya. "Elisha ya ce, Ina rokonka, bari ninki biyu na ruhunka ya kasance a kaina." Sai ya ce, "Ka roki abu mai wahala: duk da haka, idan ka gan ni lokacin da aka ɗauke ni daga gare ka, zai zama haka." kai... Sai ya ɗauki *rigar* Iliya wadda ta faɗo daga gare shi." **35-9**

Matsayin ya koma baya, domin ba a buƙatar Iliya-Yohanna ya zama babban malamin Elisha-Yesu ba, wanda yanzu ya kammala a cikin fahimtar Allah.

Lokacin da aka canza kamannin Kristi a kan dutse **35-10** Malaminsa Iliya ne, tare da Musa, wanda ya gani. Kuma, a lokacin da yake kan gicciye, Yesu ya yi ihu da sunan Allah: " *Eli, Eli, lama sabaktani?*" wato, "Ya Allahna, Allahna, me ya sa ka yashe ni?" Wasu daga cikin waɗanda suka tsaya a wurin, lokacin da suka ji haka, suka ce, "Wannan mutumin yana kiran Iliya."Bari mu gani ko Iliya yana kira. nufin zo zuwa adana shi." **35- 11**

Dangantakar da ke tsakanin Yahaya da Yesu ta kasance har abada ga Babaji da Lahiri Mahasaya. Da tausayi, malamin da ba shi da rai ya yi iyo a ruwan Lethean da ke yawo tsakanin rayuwar chela biyu ta ƙarshe, kuma ya jagoranci matakan da yaron ya ɗauka a jere, sannan kuma mutumin Lahiri Mahasaya. Sai da almajirin ya kai shekara talatin da uku, Babaji ya ga lokacin da ya kamata ya sake kafa alaƙar da ba ta taɓa yankewa ba.

Bayan ɗan gajeren haɗuwersu kusa da Ranikhet, maigidan marar son kai ya kori almajirinsa ƙaunatacce daga ƙaramin rukunin tsaunuka, ya sake shi don aikin duniya na waje. "Dana, zan zo duk lokacin da kake buƙatara." Wane ƙaunataccen mutum ne zai iya ba da wannan alƙawarin marar iyaka?

Ba tare da sanin al'umma gabaɗaya ba, babban farfaɗowar ruhaniya ya fara gudana daga wani kusurwar Benares mai nisa. Kamar yadda ba za a iya danne ƙamshin furanni ba, haka nan Lahiri Mahasaya, wanda yake zaune a shiru a

matsayin mai gida mai kyau, bai iya boye d'aukakarsa ta asali ba. A hankali, daga kowane ɓangare na Indiya, masu ibada suna neman tsantsar ruhin ubangijin da aka 'yantar.

Babban jami'in ofishin Ingila yana ɗaya daga cikin waɗanda suka fara lura da wani canji mai ban mamaki a cikin ma'aikacinsa, wanda ya kira shi "Ecstatic Babu" cikin ƙauna.

"Yallabai, da alama kana cikin bakin ciki. Menene matsalar?" Lahiri Mahasaya ya yi wannan tambayar tausayi wata safiya ga mai aikinsa.

"Nawa matar aure a cikin Ingila shine sukar ra'ayi rashin lafiya. Ni am yage ta hanyar damuwa."

"Zan gaya maka wani labari game da ita." Lahiri Mahasaya ya fita daga d'akin ya zauna na d'an lokaci a wani wuri da ba kowa. Da ya dawo sai ya yi murmushi mai kwantar da hankali.

"Matarka tana samun sauƙi; yanzu tana rubuta maka wasika." Mai ilimin yogi ya ambaci wasu sassan sakon.

"Babu mai ban mamaki, na riga na san cewa kai ba mutum bane na yau da kullun. Duk da haka ban iya yarda cewa, idan aka ga dama, za ka iya kawar da lokaci da sarari ba!"

Wasikar da aka yi alkawari ta iso a farshe. Babban jami'in kula da lafiyar ya ga cewa ba wai kawai tana d'auke da albishir na murmurewa daga matarsa ba, har ma da kalmomin da Lahiri Mahasaya ya maimaita makonni da suka gabata.

Matar ta zo Indiya bayan watanni. Ta ziyarci ofishin, inda Lahiri Mahasaya ke zaune a teburinsa a hankali. Matar ta matso kusa da shi cikin girmamawa.

"Yallabai," ta ce, "suffarka ce, wadda aka lullube ta da haske mai d'aukaka, wadda na gani watanni da suka gabata a gefen gadon rashin lafiyata a Landan. A wannan lokacin na warke gaba d'aya! Ba da dadewa ba, na sami damar yin doguwar tafiyar teku zuwa Indiya."

Kowace rana, masu bauta d'aya ko biyu suna rokon babban malamin don fara *Kriya* . Baya ga wadannan ayyukan ruhaniya, da kuma na kasuwancinsa da rayuwar iyalinsa, babban malamin ya nuna sha'awar ilimi. Ya shirya kungiyoyin karatu da yawa, kuma ya taka rawa sosai wajen haɓaka babbar makarantar sakandare a ɓangaren Bengalitola na Benares. Jawabinsa na yau da kullun kan nassosi ya zama " Taron *Gita* ," wanda masu neman gaskiya da yawa ke halarta da himma.

Ta hanyar wadannan ayyuka daban-daban, Lahiri Mahasaya ta nemi amsa kalubalen da aka saba fuskanta: "Bayan yin ayyukan kasuwanci da na zamantakewa, ina ne lokacin yin bimbini na ibada?" Rayuwar mai gida mai daidaito mai kyau ta zama abin wahayi na shiru na dubban zukatan tambayoyi. Ganin cewa yana samun karamin albashi, mai rahusa, mara amfani, mai sauƙin samu, mai sauƙin isa ga kowa, maigidan ya ci gaba da rayuwa ta zahiri da farin ciki a cikin hanyar rayuwar duniya.

Ko da yake yana zaune a kujerar Madaukaki, Lahiri Mahasaya ya nuna girmamawa ga dukkan mutane, ba tare da la'akari da bambancin cancantarsu ba. Lokacin da masu bauta masa suka gaishe shi, sai ya yi musu sujada.

Da tawali'u irin na yaro, maigidan yakan taɓa kafafun wasu, amma ba kasafai yake barin su su ba shi irin wannan girmamawa ba, duk da cewa irin wannan biyayya ga malamin addini tsohon d'an Gabas ne. al'ada.

Wani muhimmin abu a rayuwar Lahiri Mahasaya shine baiwar da ya bayar ta fara

Kriya ga dukkan mutane. imani. Ba 'yan Hindu kadai ba, har ma Musulmai da Kiristoci suna cikin manyan almajiransa. Masu bin addinin Monist da masu bin addinin biyu, wadanda suka fito daga dukkan addinai ko kuma wadanda ba su da imani, an karɓe su kuma an koyar da su ba tare da nuna son kai ba daga malamin addinin duniya. Daya daga cikin manyan malamansa masu hazaka shine Abdul Gufoor Khan, ɗan Mohammeden. Yana nuna babban karfin hali daga bangaren Lahiri Mahasaya cewa, duk da cewa babban ɗan kabilar Brahmin ne, ya yi iya kofarinsa don wargaza tsattsauran ra'ayin kabila na zamaninsa. Wadanda suka fito daga kowane fanni na rayuwa an samo mafaka a karkashin Lallai na maigidan yana ko'ina fuka-fukai. Kamar duk Wahayi daga Allah annabawa, Lahiri

Mahasaya bayar sabo bege zuwa Lallai waɗanda ba a yi musu biyayya ba kuma waɗanda aka taka kasa na al'umma.

"Kullum ka tuna cewa kai ba na kowa ba ne, kuma babu wanda naka ne. Ka tuna cewa wata rana za ka yi tunanin hakan. Za ka yi gaggawa ka bar komai a wannan duniyar - don haka ka san Allah yanzu," babban malamin ya gaya wa almajiransa. "Ka shirya kanka don tafiyar taurari ta mutuwa ta hanyar hawa kowace rana a cikin balan-balan na fahimtar Allah. Ta hanyar ruɗi kana ganin kanka a matsayin tarin nama da kashi, wanda a mafi kyawun gida ne na matsaloli. **35-12** Ka yi tunani ba tare da ka gushe ba, domin ka ga kanka a matsayin Siffa Mai Inganci, wacce ba ta da wata matsala. Ka daina zama fursunan jiki; ta amfani da mabuɗin sirri na *Kriya* , ka koyi tserewa zuwa cikin Ruhu."

Babban malamin ya karfafa ɗalibansa daban-daban su bi ka'idodin gargajiya na addininsu. Da yake jaddada yanayin *Kriya wanda ya haɗa dukkan abubuwa* a matsayin wata dabara ta 'yanci, Lahiri Mahasaya ya ba wa Chelas 'yancin bayyana rayuwarsu bisa ga muhalli da kuma ɗabi'un da suka dace.

"Musulmi ya kamata ya yi *namaji* **35-13** "Yin ibada sau huɗu a kowace rana," in ji malamin. "Sau huɗu a kowace rana ya kamata Hindu ya zauna yana bimbini. Ya kamata Kirista ya durkusa a kan gwiwoyinsa sau huɗu a kowace rana, yana addu'a ga Allah sannan ya karanta Littafi Mai Tsarki."

Da basira mai kyau, malamin ya shirya da mabiyansa zuwa hanyoyin *Bhakti* (ibada), *Karma* (aiki), *Jnana* (hikima), ko *Raja* (bautar sarki ko cikakke) *Yoga* , bisa ga dabi'un kowane mutum. Malamin, wanda ya yi jinkirin ba wa masu ibada izinin shiga tafarkin sufanci na yau da kullun, koyaushe yana yi musu gargadi da su fara tunani mai kyau game da tsauraran ra'ayoyin rayuwar sufanci.

Babban malamin ya koya wa almajiransa su guji tattaunawa ta ka'ida game da nassosi. "Shi kaɗai ne mai hikima." Hukumar Lafiya ta Duniya sadaukarwa kansa zuwa fahimta, ba karatu kawai, Lallai na da bayyanannu," shi in ji shi. "Maganin dukkan matsalolinka ta hanyar yin bimbini." **35-14** Musayar hasashe marasa amfani na addini don hulɗa da Allah. Ka share tunaninka daga tarkacen tauhidi na karya; ka bar shi ya warke, ya kuma warkar da kai. ruwayen fahimta kai tsaye. Ka mai da hankali kan Jagorar ciki mai aiki; Murayar Allah tana da amsar kowace matsala ta rayuwa. Ko da yake dabarar ɗan adam don shigar da kansa cikin matsala ta bayyana domin ya zama marar iyaka, Taimakon da Ba a Iyaka ba shi da wani amfani sosai."



LAHIRI MAHASAYA

Almajiri na Babaji

kuma Malami na Sri Yukteswar

An nuna kasancewar maigidan a ko'ina wata rana kafin gungun almajiran da ke sauraron bayaninsa game da *Bhagavad Gita* . Yayin da yake bayani game da ma'anar *Kutastha Chaitanya* ko kuma sanin Almasihu a cikin dukkan halittu masu rawar jiki, Lahiri Mahasaya ya yi sauri ya yi ihu:

"Ni am nutsewa a cikin Lallai gawawwaki na da yawa rayuka kashe Lallai bakin teku na Japan!"

Washegari da safe, Chelas sun karanta labarin wata jarida game da mutuwar mutane da yawa waɗanda jirginsu ya harba a ranar da ta gabata kusa da Japan.

Almajiran Lahiri Mahasaya na nesa galibi ana sanar da su game da kasancewarsa a rufe. "Ina tare da waɗanda ke yin *Kriya koyaushe* ," ya ce wa Chelas waɗanda ba za su iya zama kusa da shi ba cikin ta'aziyya. "Zan shiryyar da ku zuwa Gidan Cosmic ta hanyar faɗaɗa fahimtarku."

Wani mai ibada ya gaya wa Swami Satyananda cewa, duk da cewa bai iya zuwa Benares ba, mutumin ya sami ainihin koyarwar *Kriya* a mafarki. Lahiri Mahasaya ya bayyana yana koyar da chela don amsa addu'arsa.

Idan almajiri ya yi watsi da duk wani nauyin da ke kansa na duniya, maigidan zai gyara shi a hankali ya kuma yi masa horo.

"Kalmomi na Lahiri Mahasaya suna da laushi da warkarwa, ko da lokacin da aka

tilasta masa ya yi magana a fili game da kurakuran chela," Sri Yukteswar ya taɓa gaya mini. Ya kara da baƙin ciki, "Babu wani almajiri da ya taɓa tserewa daga hayaniyar maigidanmu." Na kasa daina dariya, amma na tabbatar wa Sri Yukteswar da gaske, kaifin kai ko

ba, nasa kowace kalma ya kasance kiɗa zuwa nawa kunnuwa.

Lahiri Mahasaya ya sanya *Kriya* a cikin jerin 'yan wasa hudu masu ci gaba a hankali. Ya ba da manyan dabaru guda uku ne kawai bayan mai ibada ya nuna ci gaba ta ruhaniya. Wata rana wani chela, wanda ya gamsu cewa ba a kimanta darajarsa yadda ya kamata ba, ya ba da murya ga nasa rashin gamsuwa.

"Malam," shi ya ce, "hakika Ni am a shirye yanzu don Lallai dakika fara aiki.

A wannan lokacin kofar ta buɗe don shigar da wata almajiri mai tawali'u, Brinda Bhagat. Shi mai aika wasika ne a Benares.

"Brinda, zauna kusa da ni a nan." Babban malamin ya yi masa murmushi cikin kauna. "Ka faɗa mini, shin ka shirya don dabara ta biyu ta *Kriya* ?"

Karamin mai aika wasika ya naɗe hannuwansa yana roko. "Gurudeva," in ji shi cikin fargaba, "babu sauran farali, don Allah! Ta yaya zan iya ɗaukar wasu manyan koyarwa? Na zo yau don in roki albarkar ku, domin *Kriya ta farko ta allahntaka* ta cika ni da maye har ba zan iya isar da wasikuna ba!"

"Tuni Brinda ta yi iyo a cikin teku na Ruhu." Da waɗannan kalmomin daga Lahiri Mahasaya, ɗayan almajirin nasa ya sunkuyar da kansa.

"Malam," shi ya ce, "Ni gani Ni suna da kasance wani matalauta ma'aikaci, binciken laifi tare da nawa kayan aiki."

Mai aika wasika, wanda ba shi da ilimi, daga baya ya haɓaka fahimtarsa ta hanyar *Kriya* har ta kai ga masana lokaci-lokaci suna neman fassararsa kan abubuwan da suka shafi nassosi. Karamar Brinda, wacce ba ta da laifi game da zunubi da tsarin rubutu, ta sami suna a fannin masana ilimi.

Baya ga dimbin almajiran Benares na Lahiri Mahasaya, ɗaruruwa sun zo wurinsa daga sassa masu nisa na Indiya. Shi da kansa ya yi tafiya zuwa Bengal sau da yawa, yana ziyartar gidajen surukan 'ya'yansa maza biyu. Saboda albarkar kasancewarsa, Bengal ta sami ruwan zuma tare da kananan kungiyoyin *Kriya* . Musamman a gundumomin Krishnagar da Bishnupur, masu ibada marasa magana da yawa har zuwa yau sun ci gaba da kwararar tunani na ruhaniya da ba a gani ba.

Daga cikin waliyyai da yawa da suka karɓi *Kriya* daga Lahiri Mahasaya, za a iya ambaton Swami Vhaskarananda Saraswati na Benares, da kuma Deogarh mai girman kai, Balananda Brahmachari. Na wani lokaci Lahiri Mahasaya ya yi aiki a matsayin mai koyarwa na sirri ga ɗan Maharaja Iswari Narayan Sinha Bahadur na Benares. Ganin cewa maigidan ya sami ci gaba ta ruhaniya, maharaja, da ɗansa, sun nemi a fara *Kriya* , kamar yadda Maharaja Jotindra Mohan Thakur ya yi.

Wasu daga cikin almajiran Lahiri Mahasaya masu matsayi mai tasiri a duniya suna son faɗaɗa da'irar *Kriya* ta hanyar tallatawa. Malamin ya ki amincewa da shi. Wani likitan sarauta na Ubangijin Benares, ya fara wani shiri na musamman don yada sunan maigidan a matsayin "Kashi Baba" (Mai Girma na Benares). **35-16** Kuma malamin ya hana shi.

"Bari a yi kamshin furen *Kriya* ta hanyar halitta, ba tare da wani abu da aka nuna ba," in ji shi. "Irin sa zai yi tushe a cikin kasan zukata masu albarka ta ruhaniya."

Ko da yake babban malamin bai rungumi tsarin wa'azi ta hanyar zamani ta wata kungiya ba, ko kuma ta hanyar na'urorin buga littattafai, ya san cewa karfin sakonsa zai tashi kamar ambaliyar ruwa mara misaltuwa, wadda ke mamaye zukatan mutane da karfinta. Rayuwar masu ibada da aka canza kuma aka tsarkake su ne kawai tabbacin karfin *Kriya*.

A cikin 1886, ashirin da biyar shekaru bayan nasa Ranikhet qaddamarwa, Lahiri Mahasaya ya kasance ya yi ritaya a kunne wani fansho.

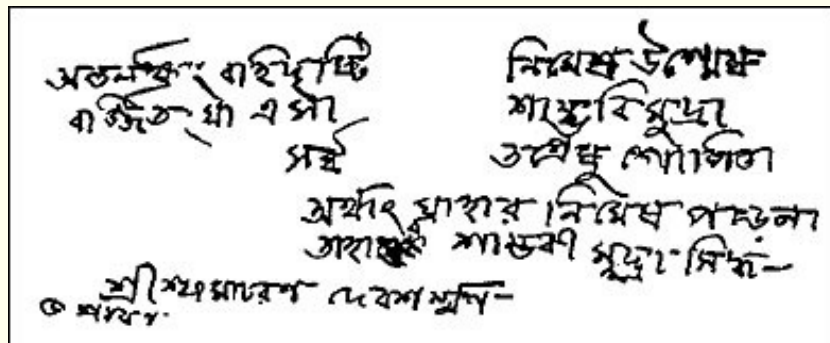
35-17 Da yake yana nan a lokacin rana, almajiransa suna ta nemansa a kullum. Babban malamin yanzu yana zaune shiru a mafi yawan lokutan, a kulle cikin yanayin lotus mai natsuwa. Ba kasafai yake barin karamin dakin sa ba, ko da don yawo ko ziyartar wasu sassan gidan. Wani kwararo mai natsuwa na chelas ya iso, kusan babu kakkautawa, don ganin *darshan* (mai tsarki) na malamin.

Abin mamaki ga duk masu kallo, yanayin da Lahiri Mahasaya ya saba da shi na jiki ya nuna siffofin da suka fi karfin dan adam na rashin numfashi, rashin barci, dakatarwar bugun zuciya da bugun zuciya, idanu masu natsuwa suna boyewa na tsawon sa'o'i, da kuma kyakkyawan yanayin zaman lafiya. Babu wani bako da ya tafi ba tare da an daga ruhunsa ba; kowa ya san cewa ya sami albarkar shiru ta mutumin Allah na gaskiya.

Yanzu malamin ya ba wa almajirinsa, Panchanon Bhattacharya, damar buɗe "Cibiyar Aikin Arya" a Calcutta. A nan almajiri mai tsarki ya yada sakon *Kriya Yoga*, kuma ya shirya don amfanin jama'a wasu magungunan yogic **35-18** magunguna.

Bisa ga al'adar da ta gabata, maigidan ya ba wa mutane gabadaya *neem* **35-19** mai don maganin cututtuka daban-daban. Lokacin da malamin ya nemi almajiri ya tace man, zai iya kammala aikin cikin sauki. Idan wani ya yi kokari, zai fuskanci matsaloli masu ban mamaki, yana ganin cewa man magani ya kusan karewa bayan ya bi hanyoyin tace man da ake bukata.

A bayyane yake Lallai na maigidan albarka ya kasance wani dole sinadari.



An nuna rubutun hannu da sa hannun Lahiri Mahasaya, a cikin rubutun Bengali, a sama. Layukan sun bayyana a cikin wasikar zuwa ga chela; babban malamin ya fassara ayar Sanskrit kamar haka: "Wanda ya kai ga yanayin kwanciyar hankali inda idanunsa ba sa kiftawa, ya cimma *Sambhavi Mudra* ."

"*Sri Shyama Charan Deva Sharman*" (sa hannu)

The Arya Ofishin Jakadanci Cibiya yi Lallai wallafe-wallafe na da yawa na Lallai na malaman addini nassi

Sharhin. Kamar Yesu da sauran manyan annabawa, Lahiri Mahasaya da kansa bai rubuta wani littafi ba, amma fassarorinsa masu zurfi an rubuta su kuma an shirya su ta hanyar almajirai daban-daban. Wasu daga cikin waɗannan abubuwan da suka dace da son rai sun fi wasu fahimta wajen isar da fahimtar guru daidai; duk da haka, gabaɗaya, koƙarinsu ya yi nasara. Ta hanyar himmarsu, duniya tana da sharhin da ba a taɓa yin irinsa ba daga Lahiri Mahasaya akan tsoffin littattafai ashirin da shida.

Sri Ananda Mohan Lahiri, jikan maigidan, ya rubuta wani littafi mai ban sha'awa game da *Kriya* . "Rubutun *Bhagavad Gita* wani ɓangare ne na babban littafin almara, *Mahabharata* , wanda ke da maki da yawa na kulli (*vyas-kutas*)," Sri Ananda ta rubuta. "Ku bar waɗannan maki ba tare da tambaya ba, kuma ba mu sami komai ba sai labaran tatsuniyoyi na nau'in tatsuniya mai ban mamaki da sauƙin fahimta. Ku riƙe waɗannan ba a bayyana ma'anar maki ba, kuma mun rasa wani kimiyya wanda Gabas ta kiyaye da haƙurin da ya fi ƙarfin ɗan adam bayan neman dubban shekaru na gwaji. **35-20** Sharhin Lahiri Mahasaya ne suka bayyana, ba tare da misalai ba, ainihin kimiyyar addini da aka kawar da ita cikin hikima a cikin tatsuniyar haruffa da hotuna na littafi mai tsarki.

Ba wai kawai jifan kalmomi marasa fahimta ba ne, amma dabarun bautar Vedic marasa ma'ana sun tabbatar da cewa suna cike da mahimmancin kimiyya ...

"Mun san cewa mutum yawanci ba shi da taimako daga tasirin mugunta na sha'awa, amma waɗannan ba su da ƙarfi kuma mutum ba ya samun dalili a cikin jin daɗinsa lokacin da ya fahimci jin daɗi mai girma da ɗorewa ta hanyar *Kriya* . A nan, barin, watsi da ƙananan sha'awa, yana daidaitawa da ɗaukar nauyi, da'awar albarka. Ba tare da irin wannan tafarki ba, ɗaruruwan kyawawan halaye waɗanda ke gudana a cikin munanan abubuwa ba su da amfani a gare mu.

"Sha'awarmu ga ayyukan duniya tana kashe mana jin tsoron ruhaniya. Ba za mu iya fahimtar Babban Rayuwa da ke bayan dukkan sunaye da siffofi ba, kawai saboda kimiyya ta kawo mana yadda za mu iya amfani da ikon yanayi; wannan sanin ya haifar da raini ga sirrinta na ƙarshe. Dangantakarmu da yanayi aiki ne na aiki. Muna yi mata ba'a, a takaice, don sanin yadda za a iya amfani da ita don biyan buƙatunmu; muna amfani da kuzarinta, wanda har yanzu ba a san Tushenta ba. A kimiyya dangantakarmu da yanayi tana tsakanin mutum da bawansa, ko kuma a ma'anar falsafa tana kama da fursuna a cikin akwatin shaida. Muna yi mata tambayoyi, muna kalubalantarta, kuma muna auna shaidarta kaɗan a ma'aunin ɗan adam wanda ba zai iya auna kimarta ta ɓoye ba. A gefe guda kuma, lokacin da kai yake cikin hulɗa da wani iko mafi girma, yanayi yana biyayya ta atomatik, ba tare da damuwa ko wahala ba, nufin mutum. Wannan umarni mara wahala akan yanayi ana kiransa 'abin al'ajabi' ta mai son abin duniya mara fahimta.

"Rayuwar Lahiri Mahasaya ta kafa misali wanda ya canza ra'ayin da ba daidai ba cewa yoga aiki ne mai ban mamaki. Kowane mutum na iya samun hanya ta *Kriya* don fahimtar dangantakarsa da yanayi, da kuma jin girmamawa ta ruhaniya ga duk abubuwan da suka faru, ko na sihiri ko na yau da kullun, duk da gaskiyar kimiyyar

zahiri. **35-21** Dole ne mu tuna cewa abin da yake da ban mamaki shekaru dubu da suka wuce ba haka yake ba, kuma abin da yake da ban mamaki yanzu zai iya zama mai fahimta bisa doka shekaru dari daga nan. Shine Marar iyaka, Tekun Iko, wanda ke kan bayan duk bayyanar.

"Dokar *Kriya Yoga* har abada ce. Gaskiya ce kamar lissafi; kamar ka'idodi masu sauƙi na ƙari da rafi, Lallai doka na *Kriya* gwangwani ba za a taɓa yi ba zama an lalata. Konewa zuwa toka duk Lallai littattafai a kunne lissafi,

masu tunani mai hankali za su sake gano irin waɗannan gaskiyar koyaushe; su lalata dukkan littattafan tsarki akan yoga, ka'idodinta na asali za su bayyana duk lokacin da wani yoga na gaske ya bayyana wanda ya kunshi tsarkakakkiyar ibada da kuma ilimin da ke cikinsa.

Kamar yadda Babaji yake cikin manyan avatars, *Mahavatar*, da Sri Yukteswar *Jnanavatar* ko Incarnation of Wisdom, haka nan Lahiri Mahasaya za a iya kiransa *Yogavatar*, ko Incarnation of Yoga. Ta hanyar mizanin nagarta da adadi, ya daukaka matakin ruhaniya na al'umma. A cikin ikonsa na daga almajiransa na kud da kud zuwa matsayi irin na Kristi da kuma a cikin yadda gaskiya a tsakanin jama'a, Lahiri Mahasaya yana cikin masu ceto na ɗan adam.

Kebancewarsa a matsayin annabi ya ta'allaka ne da damuwarsa ta aiki akan wata hanya ta musamman, *Kriya*, wacce a karon farko ke buɗe kofofin 'yancin yoga ga dukkan mutane. Baya ga mu'ujizai na rayuwarsa, tabbas *Yogavatar* ya kai matsayin duk abubuwan al'ajabi wajen rage tsoffin rikitarwa na yoga zuwa ga sauƙi mai tasiri wanda ba ya wuce fahimtar yau da kullun ba.

Dangane da mu'ujizai, Lahiri Mahasaya sau da yawa yana cewa, "Bai kamata a yi magana a kan aiwatar da dokoki masu zurfi waɗanda mutane ba su san su ba gaba ɗaya ko a buga su a bainar jama'a ba tare da nuna bambanci ba." Idan a cikin waɗannan shafuka na bayyana na yi watsi da kalmomin gargadinsa, to saboda ya ba ni tabbaci na ciki ne. Haka kuma, wajen rubuta rayuwar Babaji, Lahiri Mahasaya, da Sri Yukteswar, na ga ya dace in cire labaran mu'ujizai na gaskiya da yawa, waɗanda da wuya a haɗa su ba tare da rubuta su ba, har ma, wani karamin bayani na falsafar da ba ta da tushe.

Sabuwar bege ga sabbin maza! "Haɗin kai na Allah," in ji *Yogavatar*, "yana yiwuwa ta hanyar ƙoƙarin kai, kuma shine ba dogara a kunne ilimin tauhidi imani ko a kunne Lallai ba bisa ka'ida ba nufin na wani Cosmic Mai mulkin kama-karya."

Ta hanyar amfani da maɓallin *Kriya*, mutanen da ba za su iya yarda da allahntakar kowane mutum ba za su ga cikakken allahntakar kansu.

35-1 : *Matiyu* 3:15.

35-2 : Nassoshi da yawa na Littafi Mai Tsarki sun nuna cewa an fahimci dokar sake haihuwa kuma an yarda da ita. Zagaye na sake haihuwa bayani ne mai ma'ana ga yanayin juyin halitta daban-daban da ake samun ɗan adam a ciki, fiye da ka'idar Yammacin duniya wadda ta dauka cewa wani abu (sanin girman kai) ya fito daga babu komai, ya wanzu tare da mataƙai daban-daban. na sha'awa don talatin ko casa'in shekaru, kuma to an dawo zuwa Lallai na asali babu komai. The wanda ba za a iya tsammani ba yanayi na irin wannan Rashin komai matsala ce da ke faranta wa zuciyyar ɗalibin makarantar zamanin da.

35-3 : *Malachi* 4:5.

35-4 : "Kafin shi," watau, "kafin Lallai

Ubangiji." 35-5: *Luka* 1:13-17.

. *Matiyu* 17:12-13 :35-6

. *Matiyu* 11:13-14 :35-7

. *Yohanna* 1:21 :35-8

. II *Sarakuna* 2:9-14 :35-9

35-10 : *Matiyu* 17:3.

35-11 : *Matiyu* 27:46-49 .

35-12 : "Yaya da yawa nau'ikan na mutuwa su ne a cikin namu gawawwaki! Babu komai shine a cikinsa amma mutuwa. " - *Martin Luther, a cikin "Table- Magana."*

35-13 : The shugaba addu'a na Lallai Muhamadu, yawanci maimaitawa huɗu ko biyar sau kowace rana.

35-14 : "Nemi gaskiya a cikin tunani, ba a cikin mai kyalli littattafai. Duba a cikin Lallai sama zuwa nemo Lallai wata, ba a cikin Lallai "- Karin maganar *Farisa* .

35-15 : Kamar yadda *Kriya Yoga* shine mai iyawa na da yawa kananan sassa, Lahiri Mahasaya cikin hikima an tace fita huɗu mata kai wanda shi an gane su zama waɗanda ke d'auke da mahimmin bargo, kuma waɗanda suka fi muhimmanci a aikace.

35-16 : Wani lakabi an ba da shi a kunne Lahiri Mahasaya ta hanyar nasa almajiransa sun kasance *Yogibar* (mafi girma na yogis), *Yogiraj* (sarki) na yogis), da *Munibar* (babban waliyyai), wanda na kara *Yogavatar* (sabon jiki na yoga).

35-17 : Shi yana da an bayar, gaba ɗaya, talatin da biyar shekaru na sabis a cikin ɗaya sashen na Lallai gwamnati.

35-18 : Ana samun ilimin ganye mai yawa a cikin tsoffin rubuce-rubucen Sanskrit. An yi amfani da ganyen Himalayan a cikin maganin farfadowa wanda ya jawo hankalin duniya a shekarar 1938 lokacin da aka yi amfani da hanyar a Pundit Madan Mohan Malaviya, Mai shekaru 77 Mataimakin Shugaban Jami'a na Benares Hindu Jami'a. Zuwa wani abin mamaki iyaka, Lallai an lura malami sake samun nasara cikin kwanaki 45 lafiyarsa, karfinsa, kwakwalwarsa, da kuma ganinsa na yau da kullun; alamun hakora na uku sun bayyana, yayin da duk wrinkles suka bace. The ganye magani, sananne kamar yadda *Kaya Kalpa* , shine ɗaya na 80 sabuntawa hanyoyin an tsara a cikin Hindu *Ayurveda* ko kuma kimiyyar likitanci. An yi wa Pundit Malaviya magani a hannun Sri Kalpacharya Swami Beshundasji, wanda ya yi iƙirarin cewa shekara ta 1766 ce aka haife shi. Yana da takardu da ke tabbatar da cewa ya wuce shekara 100; 'Yan jaridar *Associated Press* sun lura cewa yana kama da kimanin shekara 40.

Littattafan Hindu na dā sun raba kimiyyar likitanci zuwa rassa 8: *salya* (tiya); *salakya* (cututtuka sama da wuya); *kayachikitsa* (magani daidai); *bhutavidya* (hankali cututtuka); *kaumara* (kula) na jariri); *agada* (maganin guba); *Rasayana* (tsawon rai); *Vagikarana* (tonics). Likitocin Vedic sun yi amfani da kayan aikin tiyata masu laushi, sun yi amfani da tiyatar filastik, an fahimta likitanci hanyoyin zuwa mai adawa Lallai tasirin na guba mai, an yi Caesarean sassa kuma kwakwalwa An yi tiyatar ne a fannin inganta magunguna. Hippocrates, shahararren likitan karni na 5 kafin haihuwar Annabi Isa (AS),
 .ya aro yawancin magungunansa daga majiyoyin Hindu

35-19 : Itacen margosa na Gabashin Indiya. An gane darajarsa ta magani a Yamma, inda ake samun itacen *neem mai ɗaci*. haushi shine an yi amfani da shi kamar yadda wani tonic, kuma Lallai mai daga tsaba kuma 'ya'yan itace yana da kasance an samo na mafi girma daraja a cikin Lallai magani na kuturta da sauran cututtuka.

35-20 "An tono wasu hatimai kwanan nan daga wuraren tarihi na kwarin Indus, waɗanda aka gano a karni na uku" BC, nuna adadi zaune a cikin mai tunani matsayi yanzu an yi amfani da shi a cikin Lallai tsarin na Yoga, kuma sammaci Lallai A karshe, an riga an san wasu daga cikin muhimman abubuwan da ke cikin Yoga. Ba za mu iya yanke hukunci ba da gangan cewa an yi amfani da dabarun tunani mai zurfi tare da taimakon hanyoyin da aka yi nazari a kansu a Indiya tsawon shekaru dubu biyar . yana da haɓaka tabbatacce mai muhimmanci masu addini halaye na hankali kuma ɗabi'a mai kyau ra'ayoyi wanda su ne na musamman, a mafi kanƙanta

a cikin faɗin amfaninsu ga rayuwa. ɗaya daga cikinsu shine hakuri a cikin tambayoyin imani na ilimi - koyarwar ilimi - wanda abin mamaki ne ga Yamma, inda farautar bidi'a ta zama ruwan dare tsawon karni da yawa, da kuma yake-yake masu zubar da jini tsakanin kasashe masu ra'ayin addini gasa sun kasance akai-akai." - Cirewar daga wani labarin ta hanyar Farfesa W. Norman Ruwan kasa a cikin Lallai Mayu, 1939 matsala na *Bulletin of the American Council of Learning Society*, Washington, DC

35-21 : A nan mutum yana tunanin abin da Carlyle ya lura a cikin *Sartor Resartus*: "Mutumin da ba zai iya yin mamaki ba, wanda ba ya saba yin mamaki (da bauta), shi ne shugaban kungiyoyin Sarauta marasa adadi kuma yana d'aukar nauyin misali na duk

dakunan gwaje-gwaje kuma wuraren lura, tare da nasu sakamako, a cikin nasa mara aure kai, -shi ne amma wani biyu
".na gilashin kallo a baya wanda a can shine babu ido

BABI: 36

Babaji's Sha'awa A cikin The Yamma

"Malam, ya yi kai har abada haɗu Babaji?"

Daren bazara ne mai natsuwa a Serampore; manyan taurarin wurare masu zafi sun yi mana haske yayin da nake zaune kusa da gefen Sri Yukteswar a baranda mai hawa na biyu na gidan ibada.

"Eh." Malam ya yi murmushi da tambayar da na yi masa kai tsaye; idanunsa sun yi haske da girmamawa. "Sau uku ina samun albarka da ganin malamin da ba ya mutuwa. Haɗuwarmu ta farko ta kasance a Allahabad a wani *Mela na Kumbha* ."

Bikin baje kolin addini da ake gudanarwa a Indiya tun zamanin da ana kiransa *Kumbha Melas* ; suna ci gaba da sanya burin ruhaniya a idon jama'a. Masu bin addinin Hindu masu ibada suna taruwa miliyoyi duk bayan shekaru shida don saduwa da dubban masu ibada, masu ibada na yogi, masu ibada na ruwa, da masu ibada na kowane iri. Da yawa daga cikinsu bayi ne waɗanda ba sa barin gidajensu sai dai don halartar bikin *melas* da kuma yi wa maza da mata na duniya albarka.

"Ban kasance swami ba a lokacin da na haɗu da Babaji," Sri Yukteswar ya ci gaba da cewa. "Amma na riga na sami takardar shaidar *Kriya* daga Lahiri Mahasaya. Ya karfafa ni in halarci *taron* da aka yi a watan Janairu, 1894 a Allahabad. Wannan shine karo na farko da na fara zuwa wurin *kumbha* ; na ji ɗan mamaki da hayaniya da yawan jama'a. A cikin kallon da nake yi a kusa da shi, ban ga wani haske na wani maigida ba. Ina wucewa a kan gada a bakin Ganges, na lura da wani abokina yana tsaye kusa da shi, yana mika masa abin rokonsa.

"Kai, wannan bikin ba komai bane illa hargitsi na hayaniya da bara," na yi tunani cikin rashin gamsuwa. 'Ina mamakin ko masana kimiyyar Yamma, da hakuri suna faɗaɗa iliminsu don amfanin ɗan adam, ba su fi faranta wa Allah rai fiye da waɗannan masu zaman banza waɗanda ke da'awar addini amma suna mai da hankali kan sadaka ba.'

"Muryar wani dogon sannyasi da ya tsaya a gabana ta katse tunanina game da gyaran zamantakewa."

"Yallabai,' in ji shi, 'wani waliyi

yana kiranka.' ""Wane ne shi?'

""Zo kuma gani don da kanka.'

"Cikin shakka masu biyo baya wannan laconic shawara, Ni nan ba da jimawa ba an samo kaina kusa wani itace na wa rassan sun kasance

ina neman mafaka ga wani malami tare da kungiyar almajirai masu kyau. Malamin, wani mutum mai haske mai ban mamaki, mai idanu masu duhu, ya tashi da ni lokacin da na kusance shi ya rungume ni.

"Maraba, Swamiji,' ya ce cikin kauna.

"Yallabai,' na amsa da karfi, 'Ni ba swami

ba ne.'

"Wadanda Allah ya umarce ni da in ba su laƙabin "swami" ba sa taɓa yin watsi da shi.' Waliyyin ya yi mini magana a hankali, amma zurfin tabbaci na gaskiya ya zo cikin kalmominsa; Na nutse cikin wani yanayi na albarka ta ruhaniya nan take. Ina murmushi da ɗaukakata kwatsam zuwa ga tsohon tsarin sufanci, **36-1** Na yi sujada a kafafun babban mala'ika mai siffar ɗan adam wanda ya girmama ni haka.

"Babaji-domin lallai shi ne ya nuna ni wurin zama kusa da shi a farkashin bishiyar. Yana da karfi kuma karami, kuma yana kama da Lahiri Mahasaya; duk da haka kamannin bai same ni ba, duk da cewa sau da yawa na ji labarin kamanceceniya mai ban mamaki a cikin bayyanar manyan biyun. Babaji yana da ikon da zai iya hana wani takamaiman tunani ya taso a cikin zuciyar mutum. Babu shakka babban malamin yana so in kasance cikakke a gabansa, ba tare da tsoratar da sanin asalinsa ba.

'? Me yi kai yi tunani na Lallai *Kumbha Mela*'"

"Na yi matukar takaici, yallabai.' Na kara da sauri, 'Har zuwa lokacin da na haɗu da kai. Ko ta yaya, tsarkaka da wannan hayaniyar ba su dace da juna ba.'

"Yaro,' in ji maigidan, kodayake a bayyane yake cewa ni kusan sau biyu ne na shekarunsa, 'saboda laifin mutane da yawa, kada ku yi hukunci a kan komai. Duk abin da ke duniya yana da halaye iri ɗaya, kamar cakuda yashi da sukari. Ku zama kamar tururuwa mai hikima wadda ke kama sukari kawai, kuma ta bar yashi ba tare da taɓa shi ba. Ko da yake mutane da yawa a nan har yanzu suna yawo cikin ruɗani, duk da haka *mela* ta sami albarka daga wasu mutane kaɗan da suka fahimci Allah.'

"A cikin duba na nawa nasa taro tare da wannan ɗaukaka maigidan, Ni da sauri an amince tare da nasa lura.

"Yallabai,' na yi tsokaci, 'Ina tunanin masana kimiyya na Yamma, waɗanda suka fi yawancin mutanen da suka taru a nan hankali, suna zaune a Turai da Amurka masu nisa, suna da ra'ayoyi daban-daban, kuma ba su san ainihin dabi'un *mela* kamar na yanzu ba. Su ne maza waɗanda za su iya amfana sosai ta hanyar ganawa da manyan masanan Indiya. Amma, duk da cewa suna da kwarewa sosai a fannin ilimi, yawancin mutanen Yamma suna da alaƙa da abin duniya. Wasu, waɗanda suka

shahara a kimiyya da falsafa, ba su san muhimmancin haɗin kai a cikin addini ba. Akidunsu suna aiki a matsayin shingen da ba za a iya shawo kansa ba wanda ke barazanar raba su da mu har abada.

"Na ga kana sha'awar Yamma, da kuma Gabas." Fuskar Babaji ta yi haske da amincewa. 'Na ji zafin zuciyarka, wanda ya isa ga dukkan mutane, ko na Gabas ko na Yamma. Shi ya sa na kira ka nan.

"'Gabas da Yamma dole ne su kafa hanyar tsaka-tsaki ta zinariya ta aiki da ruhaniya tare," in ji shi. 'Indiya tana da abubuwa da yawa da za ta koya daga Yamma a fannin ci gaban kayan duniya; a madadin haka, Indiya za ta iya koyar da hanyoyin duniya waƙanda Yamma za ta iya kafa imaninta na addini bisa tushen kimiyyar yogic mai ƙarfi.

"'Kai, Swamiji, kana da rawar da za ka taka a cikin musayar ra'ayi mai zuwa tsakanin Gabas da Occident. Shekaru da dama bayan haka zan aiko maka da wani almajiri wanda za ka iya horar da shi don yafa yoga a Yamma. Rawar da ke tsakanin rayuka da yawa da ke neman ruhaniya tana kama da ta ambaliya a gare ni. Ina ganin tsarkaka masu yuwuwa a Amurka da Turai, suna jiran a tashe su."

A wannan wuri a cikin nasa labari, Sri Yukteswar juya nasa kallo cikakken a kunne nawa.

"Dana," in ji shi, yana murmushi a cikin hasken wata, "kai ne almajirin da, shekaru da suka wuce, Babaji ya yi alkawarin aiko ni."

Na yi farin ciki da jin cewa Babaji ya jagoranci tafiyara zuwa Sri Yukteswar, duk da haka ya yi mini wuya in hango kaina a Yammacin da ke nesa, nesa da ƙaunataccen malamina da kuma zaman lafiya mai sauƙi na wurin ibada.

"Sannan Babaji ya yi magana game da *Bhagavad Gita* ," Sri Yukteswar ya ci gaba. "Abin mamaki na, ya nuna da wasu kalmomi na yabo cewa ya san cewa na rubuta fassarori a kan surori daban-daban *na Gita* .

"'Da rokona, Swamiji, don Allah ka ɗauki wani aiki," in ji babban malamin. 'Ba za ka rubuta ɗan gajeren littafi kan haɗin kai tsakanin nassosin Kirista da Hindu ba? Ka nuna ta hanyar nassoshi masu kama da juna cewa 'ya'yan Allah da aka hure sun faɗi gaskiya ɗaya, yanzu an boye su da bambancin ra'ayin mazan jiya.'

"'Maharaj,'" **36-2** Ni ya amsa da shakka, 'me wani umarni! Shall Ni zama iya zuwa cika shi?'

"Babaji ya yi dariya a hankali. 'Dana, me yasa kake shakka?' ya ce cikin kwantar da hankali. 'Hakika, aikin wanene wannan, kuma Wanene Mai Yin dukkan ayyuka? Duk abin da Ubangiji ya sa ni in faɗi tabbas zai bayyana a matsayin gaskiya.'

"Na ga kaina a matsayin wanda ya sami ƙarfin ni'imar waliyyi, kuma na yarda na rubuta littafin. Da jin kamar lokacin rabuwa ya yi, sai na tashi daga kujera mai cike da furanni.

"'Ka san Lahiri?' **36-3** Malam ya tambaya. 'Shi babban rai ne, ko ba haka ba? Faɗa masa taronmu.' Sai ya ba ni saƙo ga Lahiri Mahasaya.

"Bayan na sunkuya cikin ƙasƙantar rai ina bankwana, sai waliyyin ya yi murmushi cikin nutsuwa. 'Idan an gama littafinka, zan ziyarce ka,' ya yi alkawari. 'Sai anjima.'

"Na bar Allahabad washegari na yi horo zuwa Benares. Da na isa gidan malamina, sai na ba da labarin wani waliyyi mai ban mamaki a *Kumbha Mela*.

"Kai, ba ka gane shi ba ne?' Idanun Lahiri Mahasaya suna rawa da dariya. 'Na ga ba za ka iya ba, domin ya hana ka. Shi ne babban malamina, Babaji na sama!"

"Babaji!' Na maimaita, cike da mamaki. 'Babaji Mai Yogi-Christ! Mai ceto mai ganuwa Babaji! Oh, idan Kawai zan iya tunawa da abin da ya gabata in sake kasancewa a gabansa, don in nuna sadaukarwata ga lotus dinsa kafafu!"

"Ba za a taɓa yin irin wannan ba hankali,' Lahiri Mahasaya ya ce cikin ta'aziyya. 'Shi yana da an yi alkawari zuwa gani kai kuma.'

"Gurudeva, ubangijin allah ya roke ni in ba ka sako. "Ka faɗa wa Lahiri," in ji shi, "cewa ikon da aka tanada don wannan rayuwa ya ragu yanzu; ya kusa karewa."

"Da na furta waɗannan kalmomi masu ban mamaki, siffar Lahiri Mahasaya ta yi rawar jiki kamar walkiya ta taɓa ta. Nan take komai game da shi ya yi shiru; fuskarsa mai murmushi ta yi tsauri sosai. Kamar mutum-mutumin katako, mai bakin ciki da rashin motsi a wurin zamansa, jikinsa ya yi rauni sosai. Na zama babu launi. Na firgita kuma na rikice. Ban taɓa ganin wannan rai mai farin ciki da ya nuna irin wannan mummunan nauyi ba a rayuwata. Sauran almajiran da ke wurin sun kalle ni cikin tsoro.

"Awowi uku sun shuɗe cikin shiru. Sai Lahiri Mahasaya ya ci gaba da halayensa na halitta da na farin ciki, ya kuma yi magana da juna cikin kauna ga kowannen Chela. Kowa ya yi nishi cikin jin daɗi.

"Na fahimci ta hanyar martanin maigidana cewa sakon Babaji alama ce da ba za a iya musantawa ba ta hanyar wanda Lahiri Mahasaya ya fahimci cewa jikinsa ba zai yi jinkiri ba. Shirunsa mai ban mamaki ya tabbatar da cewa malamina ya sarrafa rayuwarsa nan take, ya yanke igiyar karshe ta alaƙa da duniyar zahiri, kuma ya gudu zuwa ga asalinsa na har abada cikin Ruhu. Kalaman Babaji sun kasance hanyarsa ta cewa: 'Zan kasance tare da kai har abada.'

"Ko da yake Babaji da Lahiri Mahasaya sun san komai, kuma ba su da buƙatar yin magana da juna ta hanyar ni ko wani mai shiga tsakani, manyan mutane sau da yawa suna kasantar da kansu don su taka rawa a cikin wasan kwaikwayo na ɗan adam. A wasu lokutan suna isar da annabce-annabcensu ta hanyar manzanni ta hanyar da aka saba, don cikar kalmominsu na karshe na iya kara ƙarin imani na Allah a cikin da'irar mutane da yawa waɗanda daga baya suka koyi labarin."

"Ba da daɗewa ba na bar Benares, na fara aiki a Serampore kan rubuce-rubucen nassoshi da Babaji ya buƙata," in ji Sri Yukteswar. "Ba da daɗewa ba na fara aikina, sai na sami damar rubuta waƙa da aka keɓe wa malamin da ba shi da rai. Layukan waƙa masu daɗi sun fito daga alƙalamina cikin sauƙi, kodayake ban taɓa gwada waƙar Sanskrit ba a da.

"A cikin Lallai shiru na dare Ni mai aiki kaina sama wani kwatantawa na Lallai Littafi Mai Tsarki kuma Lallai nassosi na *Sanatan Dharma* . **36-4** Da na ambaci kalmomin Ubangiji Yesu mai albarka, na nuna cewa koyarwarsa a zahiri ɗaya ce da wahayin Vedas . Abin da ya faranta mini rai shi ne, an kammala littafina a cikin wani littafi mai suna ɗan gajeren lokaci; Na fahimci cewa wannan albarkar mai sauri ta faru ne saboda alherin *Param-Guru-Maharaj dina* . **36-5** Surorin sun fara bayyana a cikin mujallar *Sadhusambad* ; daga baya aka buga su a matsayin littafi na sirri ta ɗaya daga cikin almajirana na Kidderpore.

"Da safe bayan na kammala aikina na adabi," in ji Jagora, "na tafi Rai Gat nan don yin wanka a Ganges. Gat dɓin ya zama babu kowa; na tsaya cak na dɓan lokaci, ina jin dadɓin kwanciyar hankali mai rana. Bayan na tsoma cikin ruwan mai walkiya, na fara tafiya gida. Sautin da kawai ke cikin shiru shine na zane na da aka jika a Ganges, ina wanke-wanke da kowane mataki. Yayin da na wuce wurin da babban bishiyar banyan ke kusa da bakin kogi, wani karfi ya motsa ni in kalli baya. A can, a karkashin inuwar gat dɓin, kuma an kewaye shi da wasu almajirai kaɗan, babban Babaji ya zauna!

"'Gaisuwa, Swamiji!' Muryar maigidan ta yi kara don tabbatar min cewa ba mafarki nake yi ba. 'Na ga ka kammala littafinka cikin nasara. Kamar yadda na yi alkawari, ina nan don gode maka.'

"Da zuciya mai karfi, na yi sujada a kafafunsa gaba dɓaya. 'Param-guruji,' na ce da roko, 'shin kai da chelas dɓinka ba za ku girmama gidana na kusa da kasancewarku ba?'

"Babban malamin ya yi murmushi ya ki. 'A'a, yaro,' in ji shi, 'mu mutane ne da ke son mafakar bishiyoyi; wannan wurin yana da dadɓi sosai.'

"'Don Allah ka jira, Malam.' Na kalle shi da kyau. 'Zan dawo nan take da wasu kayan zaki na musamman.'

"Lokacin da na dawo cikin 'yan mintuna da abinci mai dadɓi, ga shi! bawan Allah bai sake boye kungiyar sama ba. Na yi bincike a ko'ina cikin garin, amma a cikin zuciyata na san karamin kungiyar ta riga ta gudu da fikafikan etheric.

"Na ji zafi sosai. 'Ko da mun sake haɗuwa, ba zan damu da yin magana da shi ba,' na tabbatar wa kaina. 'Bai yi min adalci ba da ya bar ni ba zato ba tsammani.' Wannan fushin kauna ne, ba shakka, kuma babu wani abu makamancin haka.

"Bayan 'yan watanni da suka gabata na ziyarci Lahiri Mahasaya a Benares. Da na shiga karamin dɓakinsa, malamina ya yi murmushi yana gaishe ni.

"'Barka da zuwa, Yukteswar,' in ji shi. 'Ka haɗu da Babaji a bakin dɓakina

kawai?' "'Me yasa, a'a,' na amsa da mamaki.

"'Zo nan.' Lahiri Mahasaya ya taɓa ni a hankali a goshi; nan da nan na ga, kusa da kofar, siffar Babaji, tana fure kamar cikakkiyar lotus.

"Na tuna da tsohuwar ciwon da na ji, kuma ban yi ruku'u ba. Lahiri Mahasaya ya

dube ni cikin mamaki. "Mai kula da Allah ya kalle ni da idanu marasa ma'ana. 'Kana

jin haushi da ni.'

"Yallabai, me ya sa ba zan kasance haka ba?' Na amsa. 'Daga iska ka zo da kungiyar sihirinka, kuma cikin iskar siririya ka face."

"Na gaya maka zan gan ka, amma ban fadī tsawon lokacin da zan zauna ba." Babaji ya yi dariya a hankali. "Kana cike da farin ciki. Ina tabbatar maka cewa na mutu a cikin iska saboda iskar rashin natsuwarka ."

"Nan take na gamsu da wannan bayanin mara dadi. Na durkusa a kafafunsa; babban malamin ya shafa ni a kafaɗa.

"Yaro, dole ne ka kara yin bimbini," in ji shi. 'Kallonka bai yi aibi ba tukuna - ba za ka iya ganina ina boye a bayan hasken rana ba.' Da waɗannan kalmomin a cikin muryar sarewa ta sama, Babaji ya face cikin hasken da ke boye.

"Wannan shine ɗaya daga cikin ziyarar da na kai Benares don ganin guruna," Sri Yukteswar ya kammala. "Ko da Babaji ya annabta a *Kumbha Mela*, zaman gidan Lahiri Mahasaya ya kusa karewa. A lokacin bazara na 1895, jikinsa mai karfi ya fara kura a baya. Ya yi zanga-zanga kan yin huda; yana motsa jiki a jikinsa da mugun karma na wasu almajiransa. A karshe wasu 'yan chela suka yi ta dagewa sosai; maigidan ya amsa da boyayyen:

"The jiki yana da zuwa nemo wani dalili zuwa tafi; Ni nufin zama mai yarda zuwa komai dai kai so zuwa yi.

"Bayan ɗan lokaci kaɗan, malamin da ba a iya kwatanta shi ba ya mika gawarsa a Benares. Ba sai na sake nemansa a karamin ɗakinsa ba; Ina ganin kowace rana ta rayuwata tana da albarka ta hanyar jagorancinsa a ko'ina."

Shekaru bayan haka, daga bakin Swami Keshabananda, **36-6** A matsayina na almajiri mai zurfi, na ji bayanai masu ban mamaki da yawa game da rasuwar Lahiri Mahasaya.

"Kwanaki kaɗan kafin malamina ya saki jikinsa," in ji Keshabananda, "ya bayyana kansa a gabana yayin da nake zaune a cikin gidan ibadata a Hardwar.

"Zo a sau ɗaya zuwa Benares.' Tare da waɗannan kalmomi Lahiri Mahasaya ya face.

"Na yi horo nan da nan zuwa Benares. A gidan malamina na sami almajirai da yawa da suka taru. Na tsawon awanni **36-7 a wannan rana**. Malam ya yi mana bayani dalla-dalla game da *Gita*; sannan ya yi mana jawabi a saukaƙe.

"Ni am za a yi gida."

"Kuka na bakin ciki karya fita so wani wanda ba za a iya jurewa ba torrent.

"Ka ji dadi; zan tashi kuma.' Bayan wannan furci Lahiri Mahasaya ya juya jikinsa sau uku a da'ira, ya fuskanci arewa a cikin yanayinsa na lotus, kuma cikin ɗaukaka ya shiga *mahasamadhi na karshe*. **36-8**

"An kona kyakkyawar jikin Lahiri Mahasaya, wanda masoyansa ne ga masu ibada,

da kuma wani abin girmamawa." "Ayyukan masu gida a Manikarnika Ghat kusa da Ganges mai tsarki," in ji Keshabananda. "Washegari, da karfe goma na safe, yayin da nake Benares, dakina ya cika da haske mai girma. Ga shi! a gabana akwai siffar Lahiri Mahasaya! Ya yi kama da tsohon jikinsa, sai dai ya bayyana karami kuma ya fi haske. Malamina mai tsarki ya yi magana da ni.

"'Keshabananda,' in ji shi, 'ni ne. Daga cikin kwayoyin halittar da suka wargaje na jikina da aka kona, na tada wani siffa da aka gyara. Aikin gidana a duniya ya kare; amma ban bar duniya gaba daya ba. Daga yanzu zan yi ɗan lokaci tare da Babaji a cikin Himalayas, kuma tare da Babaji a cikin sararin samaniya."

"Da 'yan kalmomi na albarka a gare ni, babban mala'ika ya face. Wahayi mai ban mamaki ya cika zuciyata; Na sami ɗaukaka cikin Ruhu kamar yadda almajiran Almasihu da Kabir suka yi **36-9** lokacin da suka kalli malamansu masu rai bayan mutuwar jiki.

"Lokacin da na koma gidan ibadata da ke kaɗai," Keshabananda ya ci gaba, "Na ɗauki tokar tsarki ta malamina. Na san ya tsere daga kejin sararin samaniya; tsuntsun da ke wurin ko'ina ya 'yantu. Duk da haka ya kwantar da hankalina na ajiye gawarsa mai tsarki."

Wani almajiri wanda ya sami albarkar ganin malaminsa da aka tashe shi daga matattu shi ne waliyyin Panchanon Bhattacharya, wanda ya kafa Cibiyar Mishan ta Calcutta Arya. **36-10**

Na ziyarci Panchanon a gidansa na Calcutta, kuma na saurari labarin shekaru da yawa da ya yi tare da maigidan da farin ciki. A karshe, ya ba ni labarin abin da ya fi ban mamaki a rayuwarsa.

"A nan Calcutta," in ji Panchanon, "da karfe goma na safe bayan an gana da shi, Lahiri Mahasaya ya bayyana a gabana cikin ɗaukaka mai rai."

Swami Pranabananda, "wali mai jiki biyu," shi ma ya ba ni cikakken bayani game da abin da ya gani a sama.

"Kwanaki kaɗan kafin Lahiri Mahasaya ya bar gawarsa," Pranabananda ya gaya mini a lokacin da ya ziyarci makarantar Ranchi ta, "Na sami wasika daga gare shi, yana rokona in zo nan da nan zuwa Benares. Duk da haka, na yi jinkiri, kuma ban iya tafiya nan da nan ba. Ganin yadda nake cikin shirye-shiryen tafiyata, kimanin karfe goma na safe, kwatsam sai na yi farin ciki da ganin siffar guruna mai sheki.

"'Me yasa sauri zuwa Benares?' Lahiri Mahasaya ya ce, murmushi. 'Kai zai nemo ni a can a'a ya fi tsayi.

"Yayin da na fahimci ma'anar kalamansa, sai na yi kuka mai zafi, ina tsammanin ina ganinsa ne kawai a cikin wahayi."

"Maigida ya matso kusa da ni cikin ta'aziyya. 'Ga ni nan, ka taɓa jikina,' in ji shi. 'Ina rayuwa, kamar koyaushe. Kada ka yi kuka; ba na tare da kai har abada?'"

Daga bakin waɗannan manyan almajirai uku, labarin gaskiya mai ban mamaki ya

bayyana: Da karfe goma na safe, a ranar da aka jefa gawar Lahiri Mahasaya cikin harshen wuta, maigidan da aka tashe shi daga matattu, cikin jiki na gaske amma wanda aka canza siffarsa, ya bayyana a gaban almajirai uku, kowannensu a wani birni daban.

"Don haka yausha wannan mai lalacewa zai suna da sanya a kunne rashin cin hanci da rashawa, kuma wannan mai mutuwa zai suna da sanya a kunne

rashin mutuwa, to, za a cika maganar da aka rubuta, “An haɗiye mutuwa cikin nasara.” Ya mutuwa, ina rauninka? Ya kabari, ina nasararka?” **36-11**

.....

36-1 : Sri Yukteswar ya kasance daga baya bisa ga ka'ida an fara cikin Lallai Swami Oda ta hanyar Lallai *Mahant* (gidan

ibada kai) na Buddha Gaya. 36-2: "Babban Sarki" - lakabin girmamawa.

36-3 : A guru yawanci yana nufin zuwa nasa nasa almajiri kawai ta hanyar nasa suna, watsi da kowane take. Saboda haka, Babaji ya ce "Lahiri," ba "Lahiri Mahasaya" ba.

36-4 : A zahiri, "har abada addini," Lallai suna da aka bayar zuwa Lallai jiki na Vedic koyarwa. *Sanatan Dharma* yana da zo zuwa zama ana kiransa *Hindu* tun daga lokacin Lallai lokaci na Lallai Girkawa Hukumar Lafiya ta Duniya an keɓe Lallai mutane a kunne Lallai bankuna na Lallai kogi Indus kamar yadda *Indoos* , ko *Hindus* . Kalmar *Hindu* , a zahiri, tana nufin mabiyar *Sanatan Dharma* ko Hindu. Kalmar *Indiya* ta shafi Hindus da Mohammedans da sauran *mazauna* kasar Indiya (da kuma ta hanyar rikitar da kuskuren kasa na Columbus, ga 'yan asalin Mongoloid na Amurka).

Sunan da aka fi sani da Indiya shine *Aryavarta* , a zahiri, "mazaunin Aryans." Tushen *arya* na *Sanskrit* shine "cancanci, tsarki, daraja." Amfani da *Aryan daga baya* ba bisa ka'ida ba don nuna halaye na ruhaniya, amma na zahiri, ya jagoranci babban masanin Gabas, Mafi girma Muller, zuwa faɗi abin mamaki: "Zuwa ga ni wani masanin ilimin halayyar ɗan adam Hukumar Lafiya ta Duniya yayi magana na wani Aryan tsere, Aryan jini, Aryan idanu kuma gashi, babban mai zunubi ne .kamar masanin harsuna wanda ke magana game da kamus na dolichocephalic ko nahawun brachycephalic

36-5 : *param-guru* shine a zahiri "guru mafi girma" ko "guru bayan haka," alama wani layi ko maye gurbin na malamai. Babaji, Lallai

.*guru* na Lahiri Mahasaya, ya kasance Lallai *param-guru* na Sri Yukteswar

36-6 : Nawa ziyarci zuwa Keshabananda's ashram shine an bayyana a kunne shafi. 405-408 .

36-7 : Satumba 26, 1895 shine Lallai kwanan wata a kunne wanda Lahiri Mahasaya hagu nasa jiki. A cikin wani kafan Kara kwanaki shi zai ya kai shekara sittin da takwas a duniya.

36-8 : Fuskantar arewa, da kuma juyawar jiki sau uku, sassa ne na al'adar Vedic da malamai ke amfani da ita waɗanda suka san lokacin da Lallai na karshe awa shine game da zuwa yajin aiki don Lallai jiki jiki. The na karshe tunani, a lokacin wanda Lallai ubangida haɗaka kansa a cikin Cosmic AUM, ana kiransa *maha* , ko kuma babba, *samadhi* .

36-9 : Kabir babban waliyyi ne na karni na sha shida wanda mabiyansa da yawa sun haɗa da Hindu da kuma Muhamadu. A lokacin na nasa mutuwa, Lallai almajiransa jayayya sama Lallai hanya na mai gudanarwa Lallai jana'iza bukukuwa. The cikin damuwa babban fure daga nasa na karshe barci, kuma bayar nasa umarni. "Rabi na nawa ragowar zai zama binne ta hanyar Lallai Musulmi ibada;" shi ya ce, "a kone rabin da wani sacrament na Hindu." Sai ya ɓace. Lokacin da almajiran suka buɗe akwatin gawar da ke ɗauke da gawarsa, babu abin da aka samu sai tarin furanni masu launin zinare masu ban sha'awa. Musulmai sun binne rabin waɗannan da biyayya, waɗanda ke girmama wurin ibadarsa har zuwa yau.

A cikin nasa matasa Kabir ya kasance kusan towa ta hanyar biyu almajiransa Hukumar Lafiya ta Duniya ana so minti mai :ilimi jagora tare Lallai sihiri hanya. Malamin ya amsa da sauƙi

Hanyar yana ɗauka nisa; Idan Shi zama kusa, a'a hanya mafi buƙata kai a duk. Hakika shi yana yin ni murmushi Zuwa "
!ji na wani kifi cikin Kishirwar ruwa

36-10 : Panchanon an kafa, a cikin wani eka goma sha bakwai lambu a Deogarh a cikin Bihar, wani haikali wanda ke ɗauke da wani dutse mutum-mutumi na Lahiri Mahasaya. Wani kuma mutum-mutumi na Lallai mai girma ubangida yana da kasance saita ta hanyar almajiransa a cikin Lallai Karami ɗakin kwana na nasa Benares gida.

36-11 : Ni *Korintiyawa* 15:54- 55.

BABI: 37

Ni Tafi Zuwa Amurka

"Amurka! Hakika waɗannan mutanen Amurka ne!" Wannan shine tunanina yayin da hangen nesa na fuskokin Yamma ya wuce kafin hangen nesa na ciki.

Ina cikin tunani mai zurfi, ina zaune a bayan wasu akwatuna masu kura a cikin ɗakin ajiyar kayan makarantar Ranchi. Wuri na sirri yana da wahalar samu a waɗannan shekarun da nake tare da yara!

Wahayin ya ci gaba; taron jama'a mai yawa, **37-1** yana kallona sosai, yana kallona kamar ɗan wasan kwaikwayo a cikin matakin sani.

Kofar ɗakin ajiya ta buɗe; kamar yadda aka saba, ɗaya daga cikin samarin ya gano wurin da nake buya. "Zo nan, Bimal," na yi kuka cikin fara'a. "Ina da labari a gare ka: Ubangiji yana kirana zuwa Amurka!" "Zuwa Amurka?" Yaron ya maimaita maganata cikin sautin da ke nuna na ce "ga wata."

"Eh! Zan je in gano Amurka, kamar Columbus. Ya yi tunanin ya sami Indiya; tabbas akwai alaƙa tsakanin waɗannan ƙasashen biyu!"

Bimal ya yi zamba; ba da daɗewa ba jaridar mai kafa biyu ta sanar da makarantar gaba ɗaya. **37-2** Na kira malaman da suka ruɗe na kuma ba wa makarantar alhakinta.

"Na san za ka ci gaba da gabatar da manufofin yoga na Lahiri Mahasaya," na ce. "Zan rika rubuta maka a kai a kai; da yardar Allah, wata rana zan dawo."

Hawaye suka zuba a idanuna yayin da na kalli ƙananan yaran da kuma kadada mai haske na Ranchi. Na san cewa wani lokaci a rayuwata ya ƙare, yanzu haka; daga yanzu zan zauna a ƙasashe masu nisa. Na yi horo zuwa Calcutta 'yan sa'o'i bayan hangen nesa na. Washegari na sami gayyata don yin aiki a matsayin wakili daga Indiya zuwa taron ƙasa da ƙasa na masu sassaucin ra'ayi na addini a Amurka. Za a yi taron ne a wannan shekarar a Boston, ƙarƙashin jagorancin Kungiyar Haɗin Kan Amurka.

Nawa kai a cikin wani girgiza, Ni an nema fita Sri Yukteswar a cikin Serampore.

"Guruji, an gayyace ni ne kawai don yin jawabi a wani taron addini a Amurka.

Zan je?" "Duk kofofi a buɗe suke a gare ku," in ji Jagora a saukake. "Yanzu ne

ko ba za a taɓa yi ba."

"Amma, yallabai," Ni ya ce a cikin damuwa, "mene ne yi Ni sani game da jama'a Magana? Ba kasafai ake samunsa ba suna da Ni da aka bayar wani lacca,

kuma ba za a taɓa yi ba a cikin Turanci.

"Turanci ko a'a Turanci, naka kalmomi a kunne yoga zai zama an ji a cikin Lallai Yamma.

Na yi dariya. "To, kai mai ilimi, da kyar nake tsammanin Amurkawa za su koyi harshen Bengali! Don Allah ka albarkace ni da fofarin shawo kan matsalolin harshen Turanci." **37-3**

Lokacin da na sanar da Baba labarin shirina, ya yi mamaki kwarai da gaske. A gare shi Amurka ta yi kama da wacce ba ta da nisa sosai; yana jin tsoron kada ya sake ganina.

"Ta yaya za ka iya?" ya tambaya da karfi. "Wa zai ba ka kuɗi?" Ganin yadda ya dauki nauyin kuɗin karatuna da kuma duk rayuwata cikin fauna, babu shakka yana fatan tambayarsa za ta kawo karshen aikina cikin kunya.

"Ubangiji zai ba ni kuɗi." Yayin da nake yin wannan amsar, sai na yi tunanin irin wanda na ba ɗan'uwana Ananta a Agra tun da daɗewa. Ba tare da wata dabara ba, sai na kara da cewa, "Baba, wataƙila Allah zai sa shi a zuciyarka ya taimake ni."

"A'a, ba!" Shi ya duba a ni abin tausayi.

Saboda haka, na yi mamaki sosai lokacin da Baba ya ba ni ceki mai yawa washegari.

"Na ba ka wannan kuɗin," in ji shi, "ba a matsayina na uba ba, amma a matsayina na almajiri mai aminci na Lahiri Mahasaya." Tafi to zuwa wancan nisa Yamma kasa; yada a can Lallai marasa imani koyarwa na *Kriya Yoga* ."

Na yi matuƙar mamakin yadda Baba ya yi saurin kawar da sha'awarsa ta kansa. Abin da ya fahimta a daren da ya gabata shi ne cewa babu wani sha'awar tafiye-tafiyen kasashen waje da ke motsa ni tafiyata.

"Wataƙila ba za mu sake haɗuwa a wannan rayuwar ba." Baba, wanda yake da shekaru sittin da bakwai a wannan lokacin, ya yi magana cikin bakin ciki.

An mai fahimta hukunci an sa ni zuwa amsa, "Hakika, Lallai Ubangiji nufin kawo mu tare sau ɗaya Kara."

Yayin da nake shirin barin Master da kasar haihuwata zuwa gabar tekun da ba a sani ba na Amurka, na fuskanci tsoro sosai. Na ji labarai da yawa game da yanayin Yammacin duniya mai son abin duniya, wanda ya bambanta da asalin ruhaniya na Indiya, wanda ya cika da yanayin tsarkaka masu karfi. "Malamin Gabas wanda zai yi karfin halin sararin samaniya na Yamma," na yi tunani, "dole ne ya kasance mai juriya fiye da gwajin kowace sanyin Himalayan!"

Wata safiya da sassafe na fara yin addu'a, da kudurin ci gaba, har ma da mutuwa ina addu'a, har sai na ji muryar Allah. Ina son albarkarsa da tabbacinsa cewa ba zan rasa kaina a cikin hazo na amfani da zamani ba. Zuciyata ta shirya zuwa Amurka, amma mafi karfi shi ne na yanke shawarar jin ta'aziyyar izinin Allah.

Na yi addu'a na yi addu'a, ina rage kukana. Babu amsa da ta zo. Rokona na shiru ya karu sosai har sai da rana tsaka, na kai matsayi na karshe; kwakwalwata ba za ta iya jure matsin lambar azabata ba. Idan na sake yin kuka da karin zurfin sha'awata ta ciki, ni Na ji kamar kwakwalwata za ta rabu. A lokacin sai aka buga min kofa a wajen kofar da ke kusa da dakin da nake zaune a titin Gurpar. Na buɗe kofar, na ga wani saurayi sanye da karamin riga kamar wanda ya fi zuwa. Ya shigo, ya rufe kofar a bayansa, kuma ya fi bukatara ta zama, ya nuna da alama yana son yin magana da ni yayin da nake tsaye.

"Dole ne Babaji!" Na yi tunani, cikin mamaki, domin mutumin da ya gabace ni yana da siffofi kamar karamin Lahiri Mahasaya.

Ya amsa min da cewa. "Eh, ni ne Babaji." Ya yi magana cikin waƙar Hindi. "Ubanmu na Sama ya ji addu'arka. Ya umarce ni da in gaya maka: Ka bi umarnin malaminka ka tafi Amurka. Kada ka ji tsoro; za a kare ka."

Bayan ɗan ɗan dakata, Babaji ya sake yi min magana. "Kai ne wanda na zaɓa ka yaɗa sakon *Kriya Yoga* a Yamma. Tun da daɗewa na haɗu da malaminka Yukteswar a wani *gidan cin abinci na Kumbha* ; na gaya masa to zan aike ka wurinsa don yin horo."

Na rasa magana, na ji daɗin ibada da kasancewarsa, kuma na ji daɗi sosai da jin daga gare shi. leɓunansa da ya jagorance ni zuwa Sri Yukteswar. Na kwanta a gaban malamin da ba shi da rai. Ya ɗaga ni daga kasa cikin alheri. Yana gaya mini abubuwa da yawa game da rayuwata, sannan ya ba ni wasu umarni na kaina, kuma ya faɗi wasu annabce-annabce na sirri.

" *Kriya Yoga* , dabarar kimiyya ta fahimtar Allah," a karshe ya ce da girmamawa, "a karshe zai bazu a duk kasashe, kuma zai taimaka wajen daidaita al'ummomi ta hanyar fahimtar mutum game da Uba Mara iyaka."

Da kallon iko mai girma, maigidan ya karfafa ni ta hanyar hango yanayin sararin samaniyarsa. Cikin ɗan lokaci kaɗan ya fara zuwa kofar.

"Kada ka yi kofarin bina," in ji shi. "Ba za ka iya yin hakan

ba." "Don Allah, Babaji, kada ka tafi!" Na yi ta kuka akai-akai.

"Ka tafi da ni!" Ya waiwaya baya, ya amsa, "Ba yanzu ba. Wani

lokaci kuma."

Na yi watsi da gargadinsa, sai na yi watsi da gargadinsa. Yayin da nake kofarin bin sa, sai na gano cewa kafafuna sun yi kauri a kasa. Daga kofar, Babaji ya kalle ni da kauna ta karshe. Ya ɗaga hannunsa sama yana yi masa addu'a ya tafi, idanuna na

zuba masa ido cike da sha'awa.

Bayan 'yan mintuna kaɗan kafafuna suka yi sanyi. Na zauna na fara tunani mai zurfi, ina gode wa Allah ba wai kawai don amsa addu'ata ba, har ma don albarkace ni da haɗuwa da Babaji. Duk jikina ya yi kama da tsarkakakke ta hanyar taɓawar tsohon ubangidana, mai kuruciya koyausha. Da daɗewa ina da sha'awar ganinsa.

Har zuwa yanzu, ban taɓa ba wa kowa labarin wannan haɗuwata da Babaji ba. Mafi tsarki a cikin abubuwan da na fuskanta a rayuwata ta ɗan adam, na ɓoye shi a cikin zuciyata. Amma tunanin ya zo mini cewa masu karanta wannan tarihin rayuwa na iya zama mafi son yarda da gaskiyar Babaji da ke ɓoye da kuma abubuwan da yake sha'awa a duniya idan na faɗi cewa na gan shi da idanuna. Na taimaka wa wani mai zane ya zana ainihin hoton babban Yogi-Christ na Indiya ta zamani; ya bayyana a cikin wannan littafin.

The yamma na nawa tashi don Lallai Haɗaka Jihohi an samo ni a cikin Sri Yukteswar's mai tsarki kasancewarsa.

"Ka manta an haife ka ɗan Hindu ne, kuma kada ka zama Ba'amurke. Ka ɗauki mafi kyawun su duka," in ji Jagora cikin hikimarsa mai natsuwa. "Ka zama ainihin kanka, ɗan Allah. Ka nemi kuma ka haɗa shi cikin kasancewa mafi kyawun halaye na dukkan 'yan'uwanka, waɗanda aka warwatse a duniya a cikin jinsi daban-daban."

Sai ya yi mini albarka: "Duk waɗanda suka zo gare ka da imani, suna neman Allah, za a taimake su. Yayin da kake kallonsu, kwararar ruhaniya da ke fitowa daga idanunka za ta shiga cikin kwakwalwarsu ta canza halayensu na zahiri, ta sa su zama masu sanin Allah."

Ya ci gaba da cewa, "Rabonka na jawo hankalin mutane masu gaskiya yana da kyau sosai. Duk inda ka je, ko da a cikin daji, za ka sami abokai."

An nuna dukkan albarkar da ya samu. Na zo Amurka ni kaɗai, cikin daji ba tare da aboki ɗaya ba, amma a can na sami dubbai a shirye don karɓar koyarwar rai da aka gwada lokaci-lokaci.

Na bar Indiya a watan Agusta, 1920, a kan *Birnin Sparta*, jirgin ruwa na farko da ya tashi zuwa Amurka bayan karshen Yaƙin Duniya na Daya. Na sami damar yin rajistar wucewa ne kawai bayan an cire ni, ta wata hanya mai ban mamaki, na matsaloli da yawa da suka shafi bayar da fasfo dina.

A lokacin tafiyar watanni biyu, wani abokin fasinja ya gano cewa ni ne wakilin Indiya a Majalisar Dokokin Boston.

"Swami Yogananda," in ji shi, tare da farkon lafazin da na ji sunana daga baya daga baya Amurkawa suka yi amfani da shi, "don Allah a fifita fasinjoji da lacca ta gaba." Daren Alhamis. Ina tsammanin dukkanmu za mu amfana da jawabi kan 'Yaƙin Rayuwa da Yadda Ake Yaƙi da Shi.'"

Kai! Dole ne in yi yaƙin rayuwata, na gano a ranar Laraba. Ina koƙarin tsara ra'ayoyina zuwa lacca cikin Turanci, a ƙarshe na yi watsi da duk wani shiri; tunanina, Kamar ɗan jaki mai kallon sirdi, na ƙi duk wani haɗin kai da dokokin nahawun Turanci. Duk da haka, ina da cikakken imani da tabbacin da Jagora ya

bayar a baya, na bayyana a gaban masu saurarona na Alhamis a cikin dakin tururi. Babu wani magana da ya fito daga bakina; na tsaya a gaban taron ba tare da magana ba. Bayan gasar juriya ta d'auki mintuna goma, masu sauraro sun fahimci halin da nake ciki suka fara dariya.



Ina tsaye a kan dandamali kafin ɗaya daga cikin azuzuwan da nake yi a Amurka. An gudanar da wannan ajin ɗaliban yoga dubu a Washington, DC.

Yanayin bai yi mini daɗi ba a yanzu; cikin fushi na aika da addu'a a hankali ga Malam. "Za ka *iya* ! Yi magana!" Muryarsa ta yi kara nan take a cikin sanina.

Nan take tunanina ya faɗi cikin dangantaka ta abokantaka da harshen Turanci. Bayan mintuna arba'in da biyar, masu sauraro har yanzu suna nan suna sauraro. Jawabin ya jawo min gayyata da dama don yin lacca daga baya a gaban kungiyoyi daban-daban a Amurka.

Ban taɓa tuna wata kalma da na faɗa ba daga baya. Ta hanyar bincike mai zurfi na koya daga fasinjaɗi da yawa: "Ka yi lacca mai ban sha'awa a cikin Turanci mai motsa rai da daidai." A wannan labari mai daɗi, na gode wa malamina saboda taimakon da ya yi mini a kan lokaci, na sake fahimtar cewa yana ci gaba da kasancewa tare da ni. tare da ni, ina kawar da dukkan shingayen lokaci da sarari.

A wasu lokutan, a lokacin sauran tafiyar teku, na fuskanci wasu abubuwa masu ban tsoro game da jarabawar laccar Ingilishi da za a yi a taron Boston.

"Ya Ubangiji," na yi addu'a, "don Allah ka bar wahayina ya zama Kai, ba kuma abin dariya na masu sauraro ba!"

Birnin Sparta ya tsaya kusa da Boston a karshen watan Satumba. A ranar shida ga watan Oktoba na yi jawabi Majalisar tare da jawabina na farko a Amurka. An yi maraba da shi sosai; na yi ajiyar zuciya. Sakataren kungiyar haɗin kan Amurka ya rubuta wannan sharhi a cikin wani rahoto da aka buga 37-4 na cikin zaman majalisar:

"Swami Yogananda, wakili daga Brahmacharya Ashram na Ranchi, Indiya, ya kawo gaisuwar Kungiyarsa ga Majalisar. Da Turanci mai kyau da kuma gabatarwa mai karfi, ya bayar da jawabi na wani hali na falsafa a kan 'Kimiyyar Addini,' wanda aka buga a cikin kasida don yadfa shi. Ya dage cewa addini na kowa ne kuma daya ne. Mu

ba zai yiwu a samar da wasu al'adu da imani na musamman ga kowa ba, amma ana iya hada abubuwan da suka shafi addini gaba daya, kuma za mu iya rokon kowa da kowa ya bi su kuma ya bi su.

Saboda kyakkyawan binciken da Baba ya yi min, na sami damar ci gaba da zama a Amurka bayan an kammala taron. Na shafe shekaru huɗu cikin farin ciki a Boston. Na ba da laccoci ga jama'a, na koyar da azuzuwan karatu, kuma na rubuta littafin waƙoƙi, *Songs Of The Soul* , tare da gabatarwar Dr. Frederick B. Robinson, shugaban Kwalejin Birnin New York. **37-5**

Fara rangadin kasashen duniya a lokacin bazara na 1924, na yi magana a gaban dubban mutane a manyan biranen, inda na kawo karshen tafiyara ta yamma da hutu a kyakkyawan yankin arewacin Alaska.

Da taimakon dalibai masu zuciyar kirki, a karshen 1925 na kafa hedikwatar Amurka a kan Dutsen Washington Estates da ke Los Angeles. Ginin shine wanda na gani shekaru da suka gabata a hangen nesana a Kashmir. Na yi sauri na aika hotunan Sri Yukteswar na wadannan ayyukan Amurka masu nisa. Ya amsa da katin gaisuwa da harshen Bengali, wanda nake fassarawa anan:

11th Agusta, 1926

Yaro na nawa zuciya, O Yogananda!

Ganin hotunan makarantarku da dalibanku, irin farin cikin da ke zuwa a rayuwata da ba zan iya bayyanawa a ciki ba kalmomi. Ina cikin farin ciki da ganin daliban yoga na birane daban-daban. Ganin hanyoyinku na tabbatar da wakar yabo, rawar jiki na warkarwa, da addu'o'in warkarwa na Allah, ba zan iya daina gode muku daga zuciyata ba. Ganin kofar, tuddai masu lankwasa, da kyawawan wurare. a karkashin Dutsen Washington Estates, ina sha'awar ganin komai da idanuna.

Komai yana tafiya daidai a nan. Da yardar Allah, Allah Ya sa ka kasance

cikin farin ciki. SRI YUKTESWAR GIRI

Shekaru sun shude. Na yi lacca a kowane bangare na sabuwar kasarmu, kuma na yi jawabi ga daruruwan kungiyoyi, kwalejoji, majami'u, da kungiyoyi na kowace kungiya. Dubban Amurkawa sun sami horon yoga. Na kebe musu sabon littafin addu'o'i a 1929 - *Whispers From Har abada* , tare da gabatarwa ta Amelita Galli-Curci. **37-6** Ina bayar da wata waka mai taken "Allah! Allah! Allah!" a nan, wadda na rubuta wata dare yayin da nake tsaye a kan wani dandali na lacca:

Daga Lallai zurfi na barci,
Yayin da nake hawa matakalar farkawa mai
karkace, sai na yi rada:
Allah! Allah! Allah!
Kai ne abinci, kuma idan na karya azumina
na rabuwa da kai cikin dare,
Ni dandano Kai, kuma tunani ka ce:

Allah! Allah! Allah!

Ko ina na je, hasken tunani na yana ci gaba da
haskakawa a kan Ka;

Kuma a cikin Lallai yaƙi din na aiki

Kukan yaƙina na shiru koyaushe shine:

Allah! Allah! Allah! Lokacin da guguwar

gwaji mai ƙarfi ta yi kururuwa, Kuma

lokacin da damuwa ta yi mini kuka,

Ni nutsewa nasu hayaniya, da ƙarfi yin waka:

Allah! Allah! Allah!

Lokacin da hankalina ya haɗa

mafarkai da zaren tunawa,

Sannan a kunne wancan sihiri zane Ni nemo an yi masa ado:

Allah! Allah! Allah!

Kowace dare, a cikin lokaci na mafi zurfi barci,

Mafarki na na salama da kira, Farin ciki!

Farin ciki! Farin ciki! Kuma farin cikina

yana zuwa har abada:

Allah! Allah! Allah!

A cikin farkawa, cin abinci, aiki, mafarki,

barci, hidima, bimbini, waka, ƙaunar Allah,

raina koyaushe yana yin gunaguni, babu wanda ya

ji:

Allah! Allah! Allah!

Wani lokaci - yawanci a ranar farko ta wata lokacin da aka gabatar da kudirin kula da Dutsen Washington da sauran cibiyoyin Zumuntar Kai! - Na yi tunani sosai game da zaman lafiya mai sauƙi na Indiya. Amma kowace rana ina ganin faɗaɗa fahimtar juna tsakanin Yamma da Gabas; raina yana farin ciki.

Na sami babbar zuciyar Amurka da aka bayyana a cikin layukan ban mamaki na Emma Lazarus, wanda aka sassaka a gindin Mutum-mutumin 'Yanci, "Uwar 'Yan Gudun Hijira":

Daga ta hannu - alama

Tana haskakawa a duk faɗin duniya; idanunta masu

laushi suna jagorantar tashar jiragen ruwa mai

gada mai iska wadda ta ƙunshi biranen biyu.

"Ku kiyaye, tsoffin ƙasashe, kyawawan abubuwan da

kuka yi!" Ta yi kuka da leɓunanta marasa sauti. "Ku

ba ni gajiyayyu, matalautanku, tarin jama'arku da

ke sha'awar numfashi kyauta,
Mummunan shara na gabar tekunka mai cike da
mutane. Aiko min da wadannan, marasa gidaje,
guguwa mai karfi, na daga fitilata kusa da
kofar zinariya.

37-1 : Da yawa na waɗancan fuskoki Ni suna da tun daga lokacin an gani a cikin Lallai Yamma, kuma nan take an gane..

37-2 : Swami Premananda, yanzu Lallai shugaba na Lallai Gane Kai Coci na Duk Addinai a cikin Washington, DC, ya kasance ɗaya na ɗaliban makarantar Ranchi a lokacin da na tafi can zuwa Amurka. (A lokacin shi ne Brahmachari Jotin.)

37-3 : Sri Yukteswar kuma Ni yawanci an yi magana a cikin Bengali.

37-4 : *Sabo Aikin Hajji Na The Ruhu* (Boston: Hasken Haske Latsawa, 1921).

37-5 : Dr. kuma Mrs. Robinson an ziyarci Indiya a cikin 1939, kuma sun kasance an girmama baƙi a Lallai Ranchi makaranta.

37-6 : Mai. Galli-Curci kuma ta miji, Homer Sama'ila, Lallai mai buga piano, suna da kasance Kriya Yoga ɗalibai don ashirin shekaru. mai ban sha'awa labari na Lallai shahara prima donna's shekaru na kiɗa yana da kasance kwanan nan an buga (*Galli-Curci's Rayuwa Na Song* , na CE LeMassena, Paebur Co., New York, 1945).

BABI: 38

Luther Burbank -- A Waliyyi Tsakanin The Wardi

"Sirrin inganta kiwo na shuke-shuke, banda ilimin kimiyya, shine soyayya." Luther Burbank ya furta wannan hikimar yayin da nake tafiya tare da shi a cikin lambunsa na Santa Rosa. Mun tsaya kusa da gadon cacti mai cin abinci.

"Yayin da nake gudanar da gwaje-gwaje don yin cacti 'marasa kashin baya'," ya ci gaba da cewa, "Na kan yi magana da shuke-shuken don kirkirar motsin kauna. 'Ba ku da abin tsoro,' zan gaya musu. 'Ba ku da kuna buƙatar kayayyun kariya. Zan kare ku.' A hankali tsire-tsire masu amfani na hamada sun bayyana a cikin wani nau'in da ba shi da ƙaya.

Wannan mu'ujiza ta burge ni. "Don Allah, Luther, ka ba ni 'yan ganyen cacti kaɗan don in shuka a lambuna da ke Dutsen Washington."

A ma'aikaci tsaye kusa ya fara zuwa tsiri kashe wasu ganye; Burbank an hana shi.

"Ni da kaina zan tsinke su don swami." Ya ba ni ganye uku, waɗanda daga baya na shuka, ina farin ciki yayin da suke girma zuwa babban fili.

Babban masanin noma ya gaya mini cewa nasararsa ta farko da ya samu ita ce babban dankali, wanda yanzu aka san shi da sunansa. Tare da rashin gajiyyar baiwa,

ya ci gaba da gabatar wa duniya da ɗaruruwan

An haɗu da ci gaba a kan yanayi - sabbin nau'ikan tumatir, masara, kabewa, ceri, plums, nectarines, berries, poppies, lilies, wardi.

Na mayar da hankali kan kyamarara yayin da Luther ya jagorance ni gaban shahararren bishiyar gyada wadda ya tabbatar da cewa ana iya hanzarta juyin halitta ta hanyar amfani da na'urar hangen nesa.

"A cikin shekaru goma sha shida kacal," in ji shi, "wannan bishiyar goro ta kai matsayin samar da goro mai yawa wanda yanayi ba tare da taimako ba zai iya kawo bishiyar sau biyu a wannan lokacin."



Luther Burbank, kaunatacce aboki, matsayi tare da ni a cikin nasa Santa Rosa lambu.

Burbank's karami karɓe 'ya mace ya zo yin romping tare da ta kare cikin Lallai lambu.

"Ita shukar ɗan adamta ce." Luther ya yi mata hannu da karfi. "Ina ganin ɗan adam yanzu a matsayin babban shuka ɗaya, wanda ke buƙatar mafi girman gamsuwarsa, ƙauna kawai, albarkar halitta ta waje, da kuma haɗaɗɗiyar hanya da zaɓi mai kyau. A tsawon rayuwata, na lura da irin wannan ci gaba mai ban mamaki a cikin juyin halittar tsirrai, har ina fatan samun duniya mai lafiya da farin ciki da zarar an koya wa 'ya'yanta ƙa'idodin rayuwa mai sauƙi da hankali. Dole ne mu koma ga yanayi da Allahn yanayi."

"Luther, za ka ji daɗin makarantar Ranchi ta, tare da azuzuwan waje, da kuma yanayi na farin ciki da sauƙi."

Kalmomina sun taɓa zuciyar Burbank sosai. Ya yi mini tambayoyi da dama, suna

haskakawa daga idanunsa masu zurfi da natsuwa.

"Swamiji," in ji shi a karshe, "makarantu irin naku su ne kawai begen karni na gaba. Ina tawaye ga tsarin ilimin zamaninmu, an raba ni da yanayi da kuma hana ni komai."

kebancewa. Ni am tare da kai zuciya kuma rai a cikin naka aiki manufofi na ilimi.

Yayin da nake karɓar hutu daga mai hikima, sai ya yi mini karamin littafi ya kuma gabatar mini da shi - ¹ "Nan shine nawa littafi a kunne *The Horarwa Na The Dan Adam Shuka* ," ³⁸⁻² shi in ji shi. "Sabo" nau'ikan na horo gwaje-gwaje ne da ake bukata - ba tare da tsoro ba. A wasu lokutan gwaje-gwajen da suka fi karfin hali sun yi nasarar fitar da su mafi kyau a cikin 'ya'yan itatuwa da furanni. Sabbin fasahohin ilimi ga yara ya kamata su kara yawa, su kara jarumtaka.

Na karanta karamin littafinsa a daren nan da sha'awa sosai. Idanunsa na hango kyakkyawar makoma ga tseren, ya rubuta: "Abin da ya fi taurin kai a wannan duniyar, mafi wahalar juyawa, ita ce shuka." sau ɗaya an gyara a cikin tabbatacce halaye.Ka tuna wancan wannan shuka yana da kiyaye nasa kebancewa duk

tsawon shekaru; wataƙila shine wanda za'a iya gano shi baya ta tsawon shekaru da yawa a cikin duwatsun kansu, ba tare da taɓa canzawa sosai ba a cikin waɗannan manyan lokutan. Shin kuna da A ce, bayan duk waɗannan shekarun maimaitawa, shukar ba ta mallaki wasiyya ba, idan ka zaɓi ka kira ta, ta juriya mara misaltuwa? Hakika, akwai tsire-tsire, kamar wasu daga cikin dabino, masu juriya har yanzu babu wani ikon ɗan adam da ya iya canza su. Son ɗan adam abu ne mai rauni banda son shuka. Amma duba yadda wannan taurin kai na tsawon rayuwar wannan shukar ke karyewa kawai ta hanyar haɗa sabuwar rayuwa da ita, ta hanyar ketarewa, canji mai karfi a rayuwarsa. Sannan lokacin da Lallai karyewa yana zuwa, gyara shi ta hanyar waɗannan tsararraki na mai haƙuri kulawa kuma zaɓi, kuma sabuwar shukar ta fara sabuwar hanyarta ba za ta sake komawa ga tsohuwar ba, ƙarfinta zai karye ya canza a ƙarshe.

"Idan ana maganar abu mai sauƙi da sauƙin sassauka kamar yanayin yaro, matsalar za ta fi sauƙi sosai."

Na sha'awar wannan babban Ba'amurke, sai na ziyarce shi akai-akai. Wata safiya na isa a daidai lokacin da nake aiki da mai aika wasika, wanda ya ajiye wasiku kusan dubu a cikin binciken Burbank.

Masu Noma ya rubuta shi daga duk sassa na Lallai duniya.

"Swamiji, kasancewarka ita ce kawai uzurin da nake bukata don fita cikin lambun," in ji Luther cikin fara'a. Ya buɗe babban tebur mai ɗauke da ɗaruruwan fayilolin tafiya.

"Ga shi," in ji shi, "ga yadda nake yin tafiye-tafiyena. Ina daure da tsire-tsire da wasikuna, ina biyan bukatara ta kasashen waje ta hanyar kallon waɗannan hotunan lokaci-lokaci."

Motata tana tsaye a gaban kofarsa; ni da Luther mun tuka mota a kan titunan karamin garin, lambunansa masu haske da nasa nau'ikan furanni na Santa Rosa, Peachblow, da Burbank.

"Ni da abokina Henry Ford duka mun yi imani da tsohuwar ka'idar sake haihuwa," Luther ya gaya mini. "Yana haskaka fannoni na rayuwa da ba za a iya fahimta ba. Tunawa ba jarabawa ce ta gaskiya ba; kawai saboda mutum ya kasa tuna rayuwarsa ta baya ba ya tabbatar da cewa bai taɓa samun su ba. Tunawa ba komai ba ne game da rayuwarsa ta cikin mahaifa da jariri; amma watakila ya wuce ta cikinsu!" Ya yi dariya.

Babban masanin kimiyya ya sami takardar shaidar *Kriya* a ɗaya daga cikin ziyarar da na kai a baya. "Ina yin wannan dabarar da zuciya ɗaya, Swamiji," in ji shi. Bayan tambayoyi da yawa da na yi masa game da abubuwa daban-daban da suka shafi wannan kimiyya, ya yi mini tambayoyi masu zurfi game da wasu abubuwa.

fannoni na yoga, Luther an lura a hankali:

"Hakika Gabas tana da tarin ilimi mai yawa wanda Yamma ba ta fara bincike ba."

Zumuntar zumunci da yanayi, wadda ta buɗe masa sirrinta da yawa da kishi ya sanya wa Burbank ta kasance mai girmamawa ta ruhaniya marar iyaka.

"Wani lokaci ina jin kusanci da Ikon da Ba shi da iyaka," ya faɗa cikin jin kunya. Fuskarsa mai laushi da kyau wacce aka yi wa ado da kyawawan halaye ta haskaka da tunaninsa. "Sannan na sami damar warkar da marasa lafiya da ke kewaye da ni, da kuma shuke-shuke da yawa da ke fama da rashin lafiya."

Ya gaya mini game da mahaifiyarsa, Kirista mai gaskiya. "Sau da yawa bayan mutuwarda," in ji Luther, "Na sami albarka ta wurin bayyanarta a cikin wahayi; ta yi magana da ni."

Mu tuki baya ba tare da son rai ba zuwa ga nasa gida kuma waɗancan jira dubu wasifu.

"Luther," na ce, "watan mai zuwa zan fara wata mujalla don gabatar da abubuwan da suka shafi gaskiya na Gabas da Yamma. Don Allah a taimake ni in yanke shawara kan suna mai kyau ga mujallar."

Mun tattauna kanun labarai na ɗan lokaci, kuma a karshe muka amince kan *Gabas-Yamma* . Bayan mun sake shiga karatunsa, Burbank ya ba ni wani kasidar da ya rubuta kan "Kimiyya da Wayewa."

"Wannan nufin je a cikin Lallai na farko matsala na *Gabas-Yamma* ," Ni ya ce cikin godiya.

Yayin da abokantakarmu ta kara karfi, na kira Burbank "wani waliyyina ɗan Amurka." "Ga wani mutum," na faɗa, "wanda babu yaudara a cikinsa!" Zuciyarsa ta kasance mai zurfi sosai, ta daɗe tana sane da tawali'u, haƙuri, da sadaukarwa. Karamin gidansa a tsakiyar fure yana da sauki kwara; ya san rashin amfani na jin daɗi, farin cikin kananan abubuwa. Tawali'u da ya yi amfani da shi a fannin kimiyya ya tunatar da ni game da bishiyoyin da ke durkusawa da nauyin 'ya'yan itatuwa masu nuna; shi ne Itacen da ba shi da rai wanda ke ɗaga kansa sama cikin alfahari mara komai.

Ina birnin New York a shekarar 1926, abokina kaunatacce ya rasu. Cikin hawaye na yi tunani, "Kai, da na yi tafiya daga nan zuwa Santa Rosa don in sake ganinsa!" Na kulle kaina daga sakatarorin da baki, na yi sa'o'i ashirin da huɗu na gaba a keɓe.

Washegari na gudanar da wani bikin tunawa da Vedic a kusa da babban hoton Luther. Wata kungiyar ɗaliban Amurkawa, sanye da tufafin addinin Hindu, sun rera waƙoƙin gargajiya yayin da aka yi hadaya da furanni, ruwa, da alamun wuta na

abubuwan jiki da kuma sakin su a cikin Tushen Mara iyaka.

Ko da yake siffar Burbank tana cikin Santa Rosa a karkashin itacen al'ul na Lebanon wanda ya dasa shekaru da suka gabata a lambunsa, ransa yana cikin kowace fure mai idanu masu faɗi da ke fure a gefen hanya. Na ɗan lokaci na janye zuwa cikin ruhun yanayi mai faɗi, shin wannan ba Luther yana raɗa a cikin iskarta ba, yana tafiya da asuba?

Sunansa yanzu ya shiga cikin gadon magana ta gama gari. Yana lissafa "burbank" a matsayin fi'ili mai wucewa, Webster's New International Dictionary ya bayyana shi: "A gicciye ko dasa (shuka). Saboda haka, a alamance, a inganta (komai, a matsayin tsari ko cibiya) ta hanyar zaɓar kyawawan siffofi da kin munana, ko ta hanyar kara kyawawan siffofi."

"Kaunataccen Burbank," na yi kuka bayan na karanta ma'anar, "sunan ka yanzu ya zama ma'anar alheri!"

A handwritten signature in black ink, reading "Luther Burbank". The script is cursive and elegant, with the first letters of each word being capitalized and prominent.

cewa bai yarda ya koma Indiya ba har sai ya sami hoton Babban Mai 'Yantar da Kai. a kunne Lincoln's kofar gida, Lallai dan kasuwa ya ki zuwa tafi har sai Lallai mamaki Shugaba an yarda shi zuwa Da aka kammala hoton, sai dan Hindu ya .kai shi Calcutta a matsayin abin alfahari

38-2 : Sabo York: Karni Kamfanin, 1922.

BABI: 39

Therese Neumann, The Katolika Mai sukar masu suka

"Koma Indiya. Na jira ki cikin hakuri tsawon shekaru goma sha biyar. Nan ba da jimawa ba zan fita daga jiki na tafi wurin Hasken Rana. Yogananda, zo!"

Muryar Sri Yukteswar ta yi kara mai ban mamaki a cikin kunnena yayin da nake zaune ina tunani a hedikwatarmu ta Dutsen Washington. Ina tafiya mil dubu goma cikin walkeyar ido, sakonsa ya ratsa raina kamar walkeya.

Shekaru goma sha biyar! Eh, na gane, yanzu shekarar 1935 ce; Na shafe shekaru goma sha biyar ina yadda koyarwar malamina a Amurka. Yanzu yana tuna ni.

A wannan rana da rana na ba da labarin abin da ya faru da ni ga wani almajiri da ya zo ziyara. Ci gaban ruhaniyarsa a farkashin *Kriya Yoga* ya kasance abin mamaki har na kan kira shi "wali," ina tunawa da annabcin Babaji cewa Amurka ma za ta samar da maza da mata na fahimtar Allah ta hanyar tsohuwar hanyar yogic.

Wannan almajiri kuma wani lamba na wasu da karimci nace a kunne yin wani gudummawa don nawa tafiye-tafiye. Saboda haka matsalar kuɗi ta warware, na yi shirye-shiryen tafiya ta jirgin ruwa, ta Turai, zuwa Indiya. Na shafe makonni ina shirye-shirye a Dutsen Washington! A watan Maris, 1935 na sami kungiyar fahimtar kai wadda aka tsara a farkashin dokokin Jihar California a matsayin kungiya mai zaman kanta. Ga wannan cibiyar ilimi, duk gudummawar jama'a tana tafiya ne da kuma kuɗin shiga daga sayar da littattafaina, mujalluna, darussa na rubutu, kuɗin makaranta na aji, da duk wata hanyar samun kuɗi.

"Ni zai zama dawo," Ni an fada nawa dalibai. "Ba za a taɓa yin irin wannan ba zai Ni manta Amurka.

A wani liyafa ta bankwana da abokai masu kauna suka yi mini a Los Angeles, na yi

dogon kallon fuskokinsu na yi tunani cikin godiya, "Ya Ubangiji, wanda ya tuna da Kai a matsayin Mai Ba da Ita kadai ba zai taɓa rasa zaƙi ba."

na abota a tsakanin masu mutuwa."

Na yi tafiya daga New York a ranar 9 ga Yuni, 1935 **39-1** a gasar *Europa* . Dalibai biyu sun raka ni: sakatare na, Mista C. Richard Wright, da wata tsohuwa daga Cincinnati, Miss Ettie Bletch. Mun ji dafin kwanakin zaman lafiya a teku, sabanin makonnin da suka gabata. Lokacin hutunmu bai yi nisa ba; saurin jiragen ruwa na zamani yana da wasu abubuwan da suka yi baƙin ciki!

Kamar kowace kungiyar masu yawon buɗe ido masu son sani, mun yi yawo a babban birnin Landan mai tarihi. Washegari aka gayyace ni in yi jawabi a wani babban taro a Caxton Hall, inda Sir Francis Younghusband ya gabatar da ni ga masu sauraron London. Tawagarmu ta yi rana mai daɗi a matsayin baƙi na Sir Harry Lauder a gidansa da ke Scotland. Ba da daɗewa ba muka tsallaka Tashar Turanci zuwa nahiyar, domin ina son yin aikin hajji na musamman zuwa Bavaria. Wannan zai zama nawa kaɗai Na ji dama, na ziyarci babban malamin addinin Katolika, Therese Neumann na Konnersreuth.

Shekaru da suka gabata na karanta wani labari mai ban mamaki game da Therese. Bayanan da aka bayar a cikin labarin sune kamar haka:

(1)Therese, wacce aka haifa a shekarar 1898, ta ji rauni a wani hatsari tana da shekaru ashirin; ta makance kuma ta gurgunta.

(2)Ta sake ganinta ta hanyar mu'ujiza a shekarar 1923 ta hanyar addu'o'i ga St. Teresa, "Karamin Fure." Daga baya gaɓoɓin Therese Neumann sun warke nan take.

(3)Tun daga shekarar 1923 zuwa gaba, Therese ta daina cin abinci da abin sha gaba ɗaya, sai dai ta hanyar shan karamin wafer guda ɗaya a kowace rana.

(4)Raunuka masu tsarki na Almasihu, ko raunuka masu tsarki, sun bayyana a shekarar 1926 a kan Therese, kirjinta, hannayenta, da kafafunta. A ranar Juma'a ta kowace mako bayan haka, ta sha wahala a jikinta duk wani mummunan azaba da ya sha a lokacin.

(5)Sanin Jamusanci kawai a kauyenta, a lokacin da take yin addu'a ta Juma'a, Therese tana furta jimloli waɗanda masana suka gane a matsayin tsohuwar Aramaic. A lokutan da suka dace a cikin hangen nesanta, tana magana da Ibrananci ko Girkanci.

(6)Ta hanyar coci izini, Therese yana da da yawa sau kasance a karkashin rufe lura da kimiyya. Dr. Fritz Gerlick, editan wata jaridar Jamus ta Furotesta, ta je Konnersreuth don "bayyana zamba ta Katolika," amma ta kare ta rubuta tarihin rayuwarta cikin girmamawa. **39-2**

Kamar koyausha, ko a Gabas ko Yamma, na yi sha'awar haɗuwa da wani waliyyi. Na

yi farin ciki yayin da karamin kungiyarmu ta shiga, a ranar 16 ga Yuli, kauyen Konnersreuth mai ban sha'awa. Manoman Bavaria sun nuna sha'awar motarmu ta Ford (wanda aka kawo mana daga Amurka) da kuma rukuninta daban-daban - wani saurayi dan Amurka, wata tsohuwa, da kuma wata 'yar asalin kasar da ke da launin zaitun mai dogon gashi a karkashin abin wuyan rigarsa.

Therese's karami gida, tsabta kuma tsaf, tare da geraniums fure ta hanyar wani na asali to, ya kasance kaico!

a rufe a hankali. Makwabta, har ma da mai aika wasifa na kauyen da ya wuce, ba su iya ba mu wani bayani ba. Ruwan sama ya fara sauka; abokan tafiyata sun ba mu shawarar mu tafi.

"A'a," Ni ya ce da taurin kai, "Ni nufin tsaya nan har sai Ni nemo wasu alama jagora zuwa Akwai.

Bayan awanni biyu, har yanzu muna zaune a cikin motarmu a tsakiyar ruwan sama mai karfi. "Ya Ubangiji," na yi nishi cikin gunaguni, "me ya sa ka kai ni nan idan ta face?"

An Mai jin Turanci mutum an dakatar kusa da mu, cikin ladabi bayarwa nasa taimako.

"Ban san tabbas inda Therese take ba," in ji shi, "amma sau da yawa tana ziyartar gidan Farfesa Wurz, babban malamin makarantar sakandare na Eichstatt, mil tamanin daga nan."

Washegari da safe tawagarmu ta yi tafiya zuwa kauyen Eichstatt mai natsuwa, wanda ke da layuka masu faɗi da titunan dutse. Dr. Wurz ya gaishe mu da kyau a gidansa; "Eh, Therese tana nan." Ya aika mata da sakon baki. Ba da daɗewa ba wani manzo ya bayyana tare da amsarta.

"Ko da yake bishop ya roke ni kada in ga kowa ba tare da izininsa ba, zan karɓi mutumin Allah daga Indiya."

Da na ji waɗannan kalamannan, sai na bi Dr. Wurz zuwa ɗakin zama. Nan da nan sai Therese ta shigo, tana nuna farin ciki da kwanciyar hankali. Ta saka riga bakar fata da kuma riga mai launin fari mara tabo. Duk da cewa shekarunta sun kai talatin da bakwai a wannan lokacin, ta yi kama da karama, tana da ɗanɗanon yara da kuma fara'a. Lafiyayye, mai kyau, mai launin shuɗi, kuma mai fara'a, wannan shine waliyyin da ba ya cin abinci!

Therese ta tarbe ni da hannuwa a hankali. Duk mun yi farin ciki cikin nutsuwa, mun san junanmu a matsayin mai kaunar Allah.

Dr. Wurz ya yi alkawarin yin aiki a matsayin mai fassara. Yayin da muke zaune, na lura cewa Therese tana kallona da son sani; a bayyane yake cewa Hindu ba su da yawa a Bavaria.

"Kada kai ci wani abu?" Ni ana so zuwa ji Lallai amsa daga ta

nasa lebe. "A'a, sai dai wafer ɗin garin shinkafa mai tsarki, sau

ɗaya kowace safiya da karfe shida." "Yaya girman wafer ɗin yake?"

"Takardu ne siriri, girmansa kamar karamin tsabar kuɗi." Ta kara da cewa, "Ina

ɗaukarsa ne saboda dalilai na ibada; idan ba a tsarkake shi ba, ba zan iya haɗiye shi ba."

"Hakika ba za ka iya rayuwa a kan hakan ba, tsawon

shekaru goma sha biyu?" "Ina rayuwa ne bisa ga hasken

Allah." Amsarta mai sauki ce, yaya Einstein!

"Ni gani kai fahimta wancan makamashi kwarara zuwa naka jiki daga Lallai eter, rana, kuma iska."

A mai sauri murmushi karya sama ta fuska. "Ni am haka mai farin ciki zuwa sani kai fahimta yaya Ni rayuwa.

"Rayuwarka mai tsarki shaida ce ta yau da kullum ta gaskiyar da Almasihu ya fadfa: 'Ba da burodi kadai mutum zai rayu ba, sai dai da kowace magana da ke fitowa daga bakin Allah.'" **39-3**

Ta sake nuna farin ciki da bayanina. "Hakika haka ne. Daya daga cikin dalilan da yasa nake nan duniya a yau shine don tabbatar da cewa mutum zai iya rayuwa ta hanyar hasken Allah da ba a gani, ba ta hanyar abinci kawai ba."

"Za a iya kai koyar wasu yaya zuwa kai tsaye ba tare da abinci?"

Ita ce ya bayyana wani karamin abu mamaki. "Ni ba za a iya ba yi cewa; Allah yana yi ba fata shi."

Yayin da na kalli hannayenta masu karfi da kyau, Therese ta nuna mini karamin rauni mai siffar murabba'i, wanda aka warkar da shi a kowace tafi hannunta. A bayan kowace hannun, ta nuna karamin rauni, mai kama da wata-wata. rauni mai siffar da aka warkar. Kowace rauni ta ratsa hannuna kai tsaye. Wannan abin ya kawo mini tunani mai zurfi game da manyan kusoshin karfe masu kusurwa huɗu masu karshen kyalli, waɗanda har yanzu ana amfani da su a Gabas, amma ban tuna da na gani a Yamma ba.

Waliyyar ta gaya min wani abu game da abubuwan da take yi a kowane mako. "A matsayina na mai kallo mara taimako, ina lura da dukkan sha'awar Almasihu." Kowace mako, daga tsakar dare na Alhamis zuwa Juma'a da rana da karfe ɗaya, raunukanta suna buɗewa suna zubar da jini; tana rasa fam goma na nauyinta na yau da kullun mai nauyin fam 121. Tana cikin tsananin wahala a cikin kaunarta mai tausayi, Therese duk da haka tana fatan ganin waɗannan wahayi na mako-mako na Ubangijinta.

Nan take na fahimci cewa rayuwarta mai ban mamaki Allah ne ya nufa don ya tabbatar wa dukkan Kiristoci gaskiyar tarihin rayuwar Yesu da gicciyensa kamar yadda aka rubuta a cikin Sabon Alkawari, da kuma nuna alaƙar da ke tsakanin Malamin Galili da masu bauta masa.

Farfesa Wurz mai alaƙa wasu na nasa abubuwan da suka faru tare da Lallai waliyyi.

"Mu da yawa daga cikinmu, ciki har da Therese, sau da yawa muna tafiya na tsawon kwanaki a kan tafiye-tafiyen gani a faɗin Jamus," in ji shi. "Wannan babban bambanci ne - yayin da muke cin abinci sau uku a rana, Therese ba ta cin komai. Tana nan kamar fure, ba ta taɓa jin gajiya da tafiye-tafiyen ke haifar mana ba. Yayin da muke jin yunwa da neman masauki a gefen hanya, sai ta yi dariya cikin

farin ciki."

Farfesan ya kara wasu bayanai masu ban sha'awa game da yanayin jikinta: "Saboda Therese ba ta cin abinci, cikinta ya ragu. Ba ta da fitar maniyyi, amma glandar guminta tana aiki; fatarta koyaushe tana da laushi da karfi."

A Lallai lokaci na rabuwa, Ni bayyana zuwa Therese nawa sha'awa zuwa zama yanzu a ta trance.

"Eh, don Allah ku zo Konnersreuth ranar Juma'a mai zuwa," ta ce cikin ladabi. "Bishop zai ba ku izini. Ina matukar farin ciki da kuka neme ni a Eichstatt."

Therese ta yi musabaha a hankali, sau da yawa, kuma suka yi tafiya tare da tawagarmu zuwa kofar. Mista Wright ya kunna rediyon mota; waliyyin ya duba shi da ɗan dariya mai ɗaɗi. Tarin matasa da yawa sun taru har sai da Therese ta koma cikin gidan. Mun gan ta a taga, inda ta leka mana, kamar yara, tana ɗaga hannunta.

Daga wata tattaunawa da muka yi washegari da 'yan'uwan Therese guda biyu, masu kirki da fara'a, mun koyi cewa waliyyin yana barci sa'o'i ɗaya ko biyu kawai da dare. Duk da raunuka da yawa a jikinta, tana da kuzari kuma tana cike da kuzari. Tana son tsuntsaye, tana kula da akwatin kifaye na kifi, kuma tana aiki sau da yawa a lambunta. Wasikunta suna da yawa; masu bauta wa Katolika suna rubuta mata addu'o'i da albarkar warkarwa. Masu neman mutane da yawa sun warke ta hanyarta daga cututtuka masu tsanani.

Dan'uwanta Ferdinand, mai kimanin shekaru ashirin da uku, ya bayyana cewa Therese tana da ikon, ta hanyar addu'a, na magance matsalolin wasu a jikinta. Kauracewa abinci da waliyyar ta yi ya samo asali ne tun lokacin da ta yi addu'ar cewa cutar makogwaro ta wani saurayi daga cocinta, wanda ke shirin shiga cikin ibada, ta koma makogwaronta.

Ranar Alhamis da rana, tawagarmu ta tuka mota zuwa gidan bishop, wanda ya kalli makullan da ke gudana cikin mamaki. Ya rubuta takardar izinin da ake bukata cikin gaggawa. Babu kuɗin da za a biya; dokar da Cocin ta kafa ita ce kawai don kare Therese daga yawan masu yawon buɗe ido, waɗanda a shekarun baya dubban mutane ke taruwa a ranar Juma'a.

Mun isa safiyar Juma'a da misalin karfe tara da rabi a Konnersreuth. Na lura cewa karamin gidan Therese yana da wani sashe na musamman da aka yi da rufin gilashi don samar mata da isasshen haske. Mun yi farin ciki da ganin Kofofin ba a sake rufe su ba, amma a buɗe suke cikin farin ciki mai ɗaɗi. Akwai layi na baƙi kusan ashirin, dauke da izininsu. Mutane da yawa sun zo daga wurare masu nisa don ganin wahayin sihirin.

Therese ta ci jarabawata ta farko a gidan farfesa ta hanyar iliminta na fahimta cewa ina son ganinta saboda dalilai na ruhaniya, ba wai kawai don gamsar da sha'awar da nake da ita ba.

Gwaji na na biyu ya shafi gaskiyar cewa, kafin in hau sama zuwa ɗakinta, na saka kaina cikin yanayin yogic trance domin in kasance tare da ita cikin hulɗar telepathic da televisic. Na shiga ɗakinta, cike da baƙi; tana kwance cikin farin riga a kan gado. Tare da Mr.

Wright yana bin ni a baya, sai na tsaya a bakin kofar gidan, ina mamakin wani abin mamaki da ban tsoro.



THERESE NEUMANN

Shahararru Katolika Mai sukar masu suka Hukumar Lafiya ta Duniya wahayi nawa 1935 aikin hajji zuwa Konnersreuth, Bavaria

Jini yana gudana a hankali a cikin rafi mai faɗin inci ɗaya daga kananan fatar ido na Therese. Kallonta ya kai sama kan idon ruhaniya da ke cikin goshinta na tsakiya. An jike da rigar da ke naɗe kanta da jini sakamakon raunukan kaya na kaya. Farin rigar ya yi ja a zuciyarta daga raunin da ke gefenta a wurin da jikin Kristi, tun zamanin da, ya sha wahala a karshe na jifan mashi da soja ya yi.

Hannuwanta na Therese sun mika cikin wata alama ta uwa, suna rokon Allah; fuskarta tana da kamannin azaba da kuma na allahntaka. Ta bayyana siririya, ta canza ta hanyoyi daban-daban na boye da kuma na waje.

Tana yin gunaguni da wani harshe na daban, tana magana da leɓunanta masu ɗan rawa ga mutanen da take gani a gaban idanunta.

Yayin da nake tare da ita, sai na fara ganin abubuwan da ta gani. Tana kallon Yesu yayin da yake ɗauke da gicciyen a tsakiyar taron jama'a da ke yi masa ba'a. **39-4** Ba zato ba tsammani ta ɗaga kanta cikin firgici: Ubangiji ya faɗi karkashin mummunan nauyi. Wahayin ya ɓace. Cikin gajiyar tausayi mai tsanani, Therese ta nutse sosai a kan matashin kanta.

A wannan lokacin na ji kara mai karfi a bayana. Na juya kaina na ɗan lokaci, sai na ga mutane biyu suna ɗauke da gawar da ta yi sujada. Amma saboda ina fitowa daga cikin mawuyacin hali, sai na ji kara mai karfi. Ban gane mutumin da ya faɗi nan take ba. Na sake kallon fuskar Therese, a cikin jini mai launin shuɗi, amma yanzu na kwantar da hankali, ina haskaka tsarki da tsarki. Na kalli bayana daga baya na ga Mr. Wright tsaye da hannunsa a kan kuncinsa, wanda jini daga ciki ya fito. yana

kara gudu.

"Dik," Ni tambaya cikin damuwa, "sun kasance kai Lallai ɗaya Hukumar Lafiya ta Duniya ya faɗi?"

"Haka ne, Ni ya suma a Lallai mai ban tsoro wasan kwaikwayo."

"To," Ni ya ce cikin ta'aziyya, "kai su ne jarumi zuwa dawo kuma duba a kan Lallai gani kuma."

Tunawa da jerin mahajjata masu jiran a hankali, ni da Mr. Wright muka yi bankwana da Therese a hankali muka bar wurinta mai tsarki. **39-5**

Washegari karamin kungiyarmu ta yi tuki zuwa kudu, godiya da cewa ba mu dogara da jiragen kasa ba, amma za mu iya tsayar da Ford duk inda muka zaɓa a duk faɗin karkara. Mun ji daɗin kowace minti na wani yawon shakatawa ta hanyar Jamus, Holland, Faransa, kuma Lallai Switzerland Alps. A cikin Italiya mu yi wani na musamman tafiya zuwa Assisi don girmama manzon tawali'u, St. Francis. Yawon shakatawa na Turai ya kare a Girka, inda muka kalli haikalin Atheniya, kuma muka ga gidan yarin da Socrates mai tausayi yake ciki **39-6** ya sha maganin mutuwarsa. Mutum yana cike da sha'awar fasahar da Girkawa suka yi a ko'ina suna sha'awar alabaster.

Mun hau jirgin ruwa a kan tekun Bahar Rum mai rana, muka sauka a Falasdinu. Ina yawo a kan Kasa Mai Tsarki kowace rana, na gamsu da muhimmancin aikin hajji fiye da kowane lokaci. Kristi ya bazu ko'ina a Falasdinu; Na yi tafiya tare da shi cikin girmamawa a Baitalami, Getsemane, Kalvari, Dutsen Zaitun mai tsarki, da kuma kusa da Kogin Urdun da Tekun Galili.

Karamin taronmu ya ziyarci wurin haihuwar mamaci, shagon kafinta na Yusufu, kabarin Li'azaru, gidan Martha da Maryamu, da kuma zauren cin abincin karshe. Tarihi ya bayyana; yanayi bayan yanayi, na ga wasan kwaikwayo na allahntaka da Almasihu ya taɓa yi a da.

Zuwa Masar, tare da Alkahira ta zamani da tsoffin dala. Sai kuma jirgin ruwa a kan kunkuntar Tekun Ja, a kan babban Tekun Larabawa; ga Indiya!

39-1 : The abin mamaki hadawa nan na wani cikakke kwanan wata shine an biya zuwa Lallai gaskiya wancan nawa sakatare, Mr. Wright, a kiyaye wani littafin tafiyar .

39-2 : Wani littattafai a kunne ta rayuwa su ne *Therese Neumann: A Mai sukar masu suka Na Namu Rana* , kuma *Bugu da Kari Tarihi Na Therese Neumann* , duka biyun na Friedrich Ritter von Lama (Milwaukee: Bruce Pub. Co.).

39-3 : *Matiyu* 4:4. Na mutum jiki baturi shine ba mai dorewa ta hanyar babban laifi abinci (burodi) shi kaɗai, amma ta hanyar Lallai rawar jiki sararin samaniya makamashi (kalma, ko AUM). Karfin da ba a gani yana kwarara zuwa jikin ɗan adam ta kofar medulla oblongata. Wannan cibiyar jiki ta shida tana bayan wuya a saman *chakras biyar na kashin baya* (Sanskrit don "kafafun" ko cibiyoyin karfin haske). Medulla ita ce babbar hanyar samar da karfin rai na duniya (AUM), kuma tana da alaƙa kai tsaye da ikon nufin mutum, wanda aka mayar da hankali a cikin cibiyar sani ta bakwai ko ta Kristi (*Kutastha*) a cikin ido na uku. tsakanin Lallai gira. Cosmic makamashi shine to an adana sama a cikin Lallai kwakwalwa kamar yadda wani tafki na marar iyaka damar iya aiki, an ambaci shi a cikin waka a cikin *Vedas* a matsayin "lotus mai furanni dubu na haske." Littafi Mai Tsarki koyaushe yana kiran AUM a matsayin "Ruhu Mai Tsarki" ko kuma ikon rai mara ganuwa wanda ke riƙe da dukkan halitta ta hanyar allahntaka. "Me? Ba ku sani ba cewa jikinku haikalin Ruhu Mai Tsarki ne wanda ke cikinku, wanda kuke da shi daga Allah, kuma ba ku naku ba ne?" - 1 *Korintiyawa* 6:19.

39-4 : A lokacin Lallai awanni abin da ya gabace nawa isowa, Therese yana da riga an wuce ta hanyar da yawa wahayi na Lallai rufewa kwanaki a cikin Almasihu rayuwa. Ita shiga yawanci farawa tare da al'amuran na Lallai abubuwan da suka faru wanda an bi Lallai Na karshe Abincin dare. Ita wahayi karewa da mutuwar Yesu a kan gicciye ko kuma, a wasu lokutan, da binne shi.

39-5 : Therese yana da ya tsira Lallai 'yan Nazi tsanantawa, kuma shine har yanzu yanzu a cikin Konnersreuth, bisa ga zuwa 1945 Ba'amurke labarai daga Jamus.

39-6 : Wani sashi a cikin Eusebius ya ba da labarin wani abin sha'awa tsakanin Socrates da wani masanin Hindu. Sashen ya ce: "Aristoxenus, mawaƙin, ya ba da labarin nan game da Indiyawa. 'Daya daga cikin waɗannan mutanen ya haɗu da Socrates a Athens, kuma ya tambaya shi me ya kasance Lallai ikon yin aiki na nasa falsafa. 'An bincike cikin ɗan adam abubuwan da suka faru,' ya amsa Socrates. A wannan Lallai Fashewar Indiya fita dariya. 'Yaya gwangwani wani mutum tambaya cikin ɗan adam abubuwan da suka faru,' shi ya ce, 'lokacin da shi shine jahilai na allahntaka nawa?'" Aristoxenus da aka ambata ɗalibin Aristotle ne, kuma marubuci ne mai kwarewa a fannin harmonics. Kwanan watansa shine 330 BC

BABI: 40

Ni Dawowa Zuwa Indiya

Ina jin daɗin shaƙar iska mai albarka ta Indiya. Jirgin ruwanmu *Rajputana* ya tsaya a ranar 22 ga Agusta, 1935 a babban tashar jiragen ruwa ta Bombay. Ko da wannan, ranar farko da na bar jirgin, ɗanɗanon shekara ce kafin - watanni goma sha biyu na ayyukan da ba a ci gaba da yi ba. Abokai sun taru a tashar jiragen ruwa da kayan ado da gaisuwa; ba da daɗewa ba, a ɗakinmu da ke Otal ɗin Taj Mahal, an sami ɗimbin 'yan jarida da masu ɗaukar hoto.

Bombay birni ne sabo a gare ni; Na same shi na zamani mai kuzari, tare da kirkire-kirkire da yawa daga Yamma. Dabino suna layi a kan manyan hanyoyin mota; gine-ginen gwamnati masu ban sha'awa suna fafatawa da tsoffin haikali. Duk da haka, ba a ba ni lokaci mai yawa don kallon abubuwan gani ba; Na yi haƙuri, ina sha'awar ganin kaunataccen malamina da sauran kaunatatuna. Bayan mun ɗauki Ford a cikin motar kaya, kungiyarmu ta fara gudu zuwa gabas da jirgin kasa zuwa Calcutta. **40-1**

Zuwanmu tashar Howrah ya sa jama'a suka taru don tarbarmu har na ɗan lokaci ba mu iya sauka daga jirgin ba. Saurayin Maharaja na Kasimbazar da ɗan'uwana Bishnu ne suka jagoranci kwamitin tarbar; ban shirya don jin daɗin tarbarmu da girmanta ba.

Bayan jerin motoci da babura, kuma a tsakiyar sautin ganga da harsashin conch, Miss Bletch, Mr. Wright, da ni, waɗanda aka yi wa ado da furanni daga kai zuwa kafa, muka tuka mota a hankali zuwa gidan mahaifina.

Iyayena da suka tsufa sun rungume ni kamar ɗaya daga matattu; mun daɗe muna

kallon juna, ba mu da magana cikin farin ciki. 'Yan'uwa maza da mata, kawuna, goggo, da 'yan'uwa, d'alibai da abokai na shekaru da suka gabata an haɗa su a kusa da ni, ba tare da wani abu ya bushe a tsakaninmu ba. Yanzu an shiga cikin tarihin tunawa, yanayin haɗuwa ta soyayya ya daɗe, wanda ba za a manta da shi ba a cikin zuciyata.

Kamar yadda don nawa taro tare da Sri Yukteswar, kalmomi kasa ni; bari Lallai masu biyo baya bayanin daga nawa

sakatare isa.

"A yau, cike da manyan jira, na tuka Yoganandaji daga Calcutta zuwa Serampore," in ji Mista Wright a cikin littafin tarihin tafiyarsa. "Mun wuce ta shagunan gargajiya, daya daga cikinsu shine wurin cin abinci da Yoganandaji ya fi so a lokacin da yake jami'a, kuma a karshe muka shiga wata kunkuntar hanya mai shinge. Juyawa ta hagu kwatsam, kuma a gabanmu akwai ashram mai hawa biyu mai sauki amma mai ban sha'awa, baranda mai salon Sipaniya tana fitowa daga bene na sama. Abin da ya mamaye shi ne na kafaici cikin kwanciyar hankali .

"Da tsananin tawali'u na bi bayan Yoganandaji zuwa cikin farfajiyar da ke cikin bangon gidan ibada. Zukata suna bugawa da sauri, muka hau wasu tsoffin matakan siminti, babu shakka, masu neman gaskiya sun taka mu. Hankali ya kara tashi yayin da muke tafiya. A gabanmu, kusa da saman matattakalar, sai ga Babban Mutum, Swami Sri Yukteswarji, yana tsaye a hankali a cikin kyakkyawan yanayi na wani mai hikima.

"Zuciyata ta yi ta kumbura yayin da na ji albarkar kasancewa a gabansa mai girma. Hawaye suka rufe min idona mai cike da sha'awa lokacin da Yoganandaji ya durkusa, ya miƙa godiya da gaisuwa ga ransa, yana taɓa kafafun malaminsa da hannunsa, sannan, cikin ladabi, kansa. Ya tashi daga nan sai Sri Yukteswarji ya rungume shi a bangarorin biyu na kirjinsa.

"Babu wata kalma da ta wuce a farko, amma mafi tsananin jin daɗin ya bayyana a cikin kalmomin da ba su da tushe na rai. Yadda idanunsu suka yi walkiya kuma suka yi haske da fumin sabon haɗin rai! Wata girgiza mai laushi ta ratsa cikin baranda mai natsuwa, har ma rana ta guje wa gajimare don kara walkiyar daukaka kwatsam."

"Da durkusawa a gaban maigidana, na yi wa kaina kauna da godiya, ina taɓa nasa kafafuwa, na ji rauni saboda lokaci da hidima, kuma na sami albarkarsa. Na tsaya a lokacin na fuskanci biyu. Kyawawan idanu masu zurfi suna kuna da kallon ciki, amma suna sheki da farin ciki. Mun shiga daƙin zamansa, wanda duk gefensa ya buɗe zuwa baranda ta waje da aka fara gani daga titi. Maigidan ya ɗaure kansa da wani davenport da ya lalace, yana zaune a kan katifa mai rufi a kasan siminti. Ni da Yoganandaji muka zauna kusa da kafafun malamin, da matashin kai mai launin orange don jingina a kai da kuma saukake matsayinmu. a kan tabarmar bambaro.

"Na yi ƙoƙarin shiga tattaunawar Bengali tsakanin Swamijiis guda biyu - don Turanci, na gano, ba komai ba ne idan suna tare, kodayake Swamiji Maharaj, kamar yadda babban malamin addini wasu ke kiransa, zai iya kuma sau da yawa yana faɗin hakan. Amma na fahimci tsarkakar Mai Girma ta hanyar murmushinsa mai fumi da idanunsa masu walkiya. Wani hali da za a iya gane shi cikin farin ciki da gaskiya a cikin tattaunawarsa mai daɗi shine tabbataccen ra'ayi a cikin magana - alamar mutum mai hikima, wanda ya san ya sani, domin ya san Allah. Babban

hikimarsa, karfin manufa, da kudurinsa suna bayyana a kowace hanya.

"Ina nazarinsa cikin girmamawa lokaci zuwa lokaci, na lura cewa babban mutum ne, mai karfin hali, wanda ya taurare saboda gwaje-gwaje da sadaukarwar kin yarda. Kwanciyar hankalinsa tana da girma. Goshinsa mai faɗi sosai, kamar idan neman Lallai sammai, rinjaye nasa allahntaka fuska. Shi yana da wani maimakon haka babba kuma mai gida hanci,

wanda yake yi wa kansa nishaɗi a lokutan da ba ya aiki, yana jujjuyawa da juya shi da yatsunsa, kamar yaro. Idanunsa masu duhu masu karfi suna da zobe mai shuɗi. Gashinsa, wanda aka raba a tsakiya, ya fara kamar azurfa kuma ya canza zuwa layuka na zinare-zinare da azurfa-baki, suna karewa da zobe a kafadunsa. Gemunsa da gashinsa kaɗan ne ko sun yi siriri, duk da haka suna da alama suna haɓaka fasalulluka kuma, kamar halinsa, suna da zurfi da haske a lokaci guda.

"Yana da dariya mai daɗi da ban dariya wadda ke fitowa daga cikin kirjinsa, tana sa shi ya yi rawar jiki a jikinsa - yana da fara'a da gaskiya. Fuskarsa da tsayinsa suna da ban mamaki a cikin karfinsu, haka nan yatsunsa masu karfi. Yana motsawa da taku mai kyau da kuma tsayawa a tsaye."

"Ya kasance sanye da riga da *dhota na gama gari*, dukkansu sun taɓa rina launin ocher mai karfi, amma yanzu wani launin lemu mai duhu.

"Ina kallon ɗakin, na lura cewa wannan ɗakin da ya lalace yana nuna rashin sha'awar mai shi ga kayan more rayuwa. Bangon dogon ɗakin mai launin fari mai launin shuɗi yana da launin shuɗi. A wani gefen ɗakin an rataye hoton Lahiri Mahasaya, an yi masa ado da fara'a. Akwai kuma wani tsohon hoto da ke nuna Yoganandaji yayin da ya fara isa Boston, yana tsaye tare da sauran wakilai zuwa Majalisar Addini.

"Na lura da wani yanayi na zamani da na da. An rufe wani babban fitila mai haske da aka yanke da gilashi mai haske da kuma hasken kyandir da sakar gizo saboda rashin amfani da shi, kuma a bango akwai kalanda mai haske da zamani. Duk ɗakin yana fitar da kamshi na kwanciyar hankali da natsuwa. Bayan baranda na ga bishiyoyin kwakwa suna kan tsaunukan da aka yi wa ado da kayan tarihi a cikin kariya ta shiru.

"Abin sha'awa ne a lura cewa maigidan kawai sai ya tafa hannuwa, kafin ya gama, wani karamin almajiri ya yi masa hidima ko ya zo ya tarye shi. Abin mamaki, ina sha'awar ɗaya daga cikinsu - wani siririn yaro, mai suna Prafulla, mai shekaru 40-2 da dogon gashi baki a kafadunsa, da idanu baki masu sheki masu ratsa jiki, da kuma murmushin sama; idanunsa suna walkiya, yayin da kusurwoyin bakinsa ke tashi, kamar taurari da kuma wata mai haske da ke bayyana a lokacin faɗuwar rana.

"Farin cikin Swami Sri Yukteswarji a bayyane yake yana da karfi sosai bayan dawowar 'kayan'sa (kuma da alama yana da ɗan bincike game da 'kayan'). Duk da haka, rinjayen ɓangaren hikima a cikin yanayin Mai Girma yana hana bayyanarsa ta waje.

"Yoganandaji ya ba shi wasu kyaututtuka, kamar yadda al'adar almajirin ta kasance idan ya koma wurin malaminsa. Daga baya muka zauna muka ci abinci mai sauƙi amma mai kyau. Duk abincin kayan lambu ne da shinkafa. Sri Yukteswarji ya yi farin ciki da amfani da wasu al'adun Indiya, misali 'cin yatsa'.

"Bayan sa'o'i da dama na yawo a cikin harshen Bengali da musayar murmushi mai daɗi da kallon farin ciki, mun yi masa sujada, mun yi sallama da wani *babban yabo* , 40-3." kuma na tafi Calcutta da tunawa da wani taro mai tsarki da gaisuwa har abada. Ko da yake ina rubuta mafi yawan ra'ayoyina game da shi, duk da haka koyaushe ina sane da ainihin tushen waliyyi - ɗaukakarsa ta ruhaniya. ya ji karfinsa, kuma zan ɗauki wannan jin a matsayin albarkata ta allahntaka.

Daga Amurka, Turai, da Falasdinu na kawo kyaututtuka da yawa ga Sri Yukteswar. Ya karɓe su da murmushi, amma ba tare da wata damuwa ba. Don amfanin kaina, na sayi laima mai haɗaka a Jamus. A Indiya na yanke shawarar ba wa Master sandar.

"Wannan kyautar da na ke godiya da ita!" Idanun malamina suka juyo gare ni da kauna. fahimta yayin da yake yin tsokaci mara kyau. Daga dukkan kyaututtukan, sandar ce ya ware don nunawa baƙi.

"Malam, don Allah ka bani izinin siyan sabon kafet don d'akin zama." Na lura cewa an dora fatar damisar Sri Yukteswar a kan kafet da ya yage.

"Yi haka idan ya gamshe ka." Muryar malamina ba ta da sha'awa. "Ga shi, tabarmar damisa tana da kyau kuma mai tsabta; ni sarki ne a cikin karamin masarautata. Bayan ta akwai duniya mai faɗi, mai sha'awar abubuwan waje kawai."

Yayin da yake faɗin waɗannan kalmomin, sai na ji shekaru sun koma baya; ni karamin almajiri ne, an tsarkake ni a cikin wutar azaba ta yau da kullun!

Da zarar na iya rabuwa da Serampore da Calcutta, sai na tafi tare da Mr. Wright, zuwa Ranchi. Wannan abin maraba ne a wurin, kuma an yi mini tafi sosai! Hawaye sun tsaya a idanuna yayin da na rungumi malaman da ba su da son kai waɗanda suka ci gaba da nuna tutar makarantar a lokacin da nake rashin zuwa shekaru goma sha biyar. Fuskokin da suka yi haske da murmushin farin ciki na d'aliban zama da na yi a rana sun nuna darajar koyarwarsu ta fannoni da dama ta makarantar da yoga.

Duk da haka, abin takaici! Cibiyar Ranchi tana cikin mawuyacin hali na kuɗi. Sir Manindra Chandra Nundy, tsohon Maharaja wanda aka mayar da Fadar Kasimbazar zuwa ginin makarantar sakandare, kuma wanda ya bayar da gudummawa da yawa a matsayin sarakuna yanzu ya mutu. Yawancin fasaloli na kyauta da na alheri na makarantar yanzu sun kasance cikin haɗari saboda rashin isasshen tallafin jama'a.

Ban yi shekaru da yawa a Amurka ba tare da na koyi wasu daga cikin hikimarta ta aiki ba, ruhinta mara yankewa kafin cikas. Na tsawon mako guda ina zaune a Ranchi, ina fama da matsaloli masu tsanani. Sai aka yi hira a Calcutta da manyan shugabanni da malamai, dogon tattaunawa da matashin Maharaja na Kasimbazar, neman kuɗi ga mahaifina, kuma ga shi! an fara gyara harsashin Ranchi mai girgiza. Gudummawa da yawa ciki har da babban ceki d'aya sun iso a d'an lokaci daga d'aliban Amurka na.

Cikin 'yan watanni bayan isowata Indiya, na yi farin cikin ganin an kafa makarantar Ranchi bisa doka. Burina na rayuwa na gina cibiyar koyar da yoga mai cike da ilimi har abada ya cika. Wannan hangen nesa ya jagorance ni tun daga farko a shekarar 1917 tare da fungiyar yara maza bakwai.

A cikin shekaru goma tun daga shekarar 1935, Ranchi ya fadafa ayyukansa fiye da makarantar yara maza. Yanzu haka ana ci gaba da gudanar da ayyukan jin kai a wurin a cikin Ofishin Jakadancin Shyama Charan Lahiri Mahasaya.

Makarantar, ko Yogoda Sat-Sanga Brahmacharya Vidyalaya, tana gudanar da azuzuwan waje a fannin nahawu da darussan makarantar sakandare. Daliban zama da daliban da ke karatu a rana suma suna samun horon sana'a.

Horarwa ta wani nau'i. Yara maza da kansu suna tsara yawancin ayyukansu ta hanyar kwamitocin cin gashin kansu. Tun farkon aikina na malami na gano cewa yaran da ke jin daɗin yin wayo fiye da malami za su karɓi ka'idodin ladabtarwa da abokan karatunsu suka kafa cikin farin ciki. Ni kaina ban zama ɗalibi mai koyi ba, ina tausaya wa duk wani wasa da matsaloli na samari.

Ana karfafa wasanni da wasanni; filayen suna cike da wasan hockey da kuma wasan kwallon kafa. Daliban Ranchi galibi suna lashe kofin a gasa. An san wurin motsa jiki na waje a ko'ina. Tsokaci da tsoka sake caji ta hanyar nufin iko shine Lallai *Yogoda* fasali: na tunani alkibla na rayuwa makamashi ga kowane bangare na jiki. Ana kuma koya wa samarin yadda ake *yin asanas* (tsaye), takobi da wasan *sanda* , da kuma yadda ake yin jujitsu. The Yogoda Lafiya Nunin Nunin a Lallai Ranchi *Vidyalaya* suna da kasance halarta ta dubban mutane.

Ana koyar da darussan firamare a cikin harshen Hindi ga kabilun *Kols* , *Santals* , da *Mundas* , 'yan asalin lardin. An shirya azuzuwan 'yan mata ne kawai a kauyukan da ke kusa.

Abin da ya fi muhimmanci a Ranchi shi ne fara *Kriya Yoga* . Yara maza suna yin atisayen ruhaniya kowace rana, suna yin waƙar *Gita* , kuma ana koya musu ta hanyar koyarwa da misali, kyawawan halaye na sauƙi, sadaukar da kai, girmamawa, da gaskiya. Ana nuna musu mugunta a matsayin abin da ke haifar da bakin ciki; nagarta kamar waɗannan ayyukan da ke haifar da farin ciki na gaske. Ana iya kwatanta mugunta da zuma mai guba, mai jaraba amma mai cike da mutuwa.

Cin nasara kan rashin natsuwa a jiki da tunani ta hanyar dabarun maida hankali ya haifar da sakamako mai ban mamaki: ba sabon abu ba ne a Ranchi ganin karamin mutum mai kyau, mai shekaru tara ko goma, zaune Na tsawon awa ɗaya ko fiye cikin natsuwa, kallon da ba ya katsewa yana mai da hankali kan idon ruhaniya. Sau da yawa hoton waɗannan ɗaliban Ranchi ya dawo a raina, yayin da na lura da ɗaliban jami'a a faɗin duniya waɗanda da kyar suke iya zama a natse a cikin aji ɗaya. **40-4**

Ranchi yana da tsawon kafa 2000 sama da matakin teku; yanayin yana da sauƙi kuma daidaitacce. Wurin da ke da eka ashirin da biyar, kusa da babban tafki mai wanka, ya haɗa da ɗaya daga cikin mafi kyawun gonakin 'ya'yan itace a Indiya - bishiyoyin 'ya'yan itace ɗari biyar - mango, guava, litchi, jackfruit, date. Yaran suna noma kayan lambu da kansu, kuma suna juyawa zuwa ga *charkas d'insu* .

An buɗe gidan baƙi ga baƙi na Yamma. Laburaren Ranchi yana ɗauke da mujallu da yawa, da kuma littattafai kusan dubu a Turanci da Bengali, waɗanda aka bayar daga Yamma da Gabas. Akwai tarin littattafan tarihi na duniya. Gidan tarihi mai kyau yana nuna kayan tarihi, ilimin fasa, da na ɗan adam; kyaututtuka, har ma da yawa, na yawo na a kan duniya daban-daban ta Ubangiji.

Asibitin agaji da kuma wurin sayar da magani na Ofishin Jakadancin Lahiri Mahasaya, wanda ke da rassan da yawa a waje a kauyuka masu nisa, ya riga ya yi wa talakawa 150,000 na Indiya hidima. An horar da daliban Ranchi kan taimakon gaggawa, kuma sun ba da hidima mai kyau ga lardinsu a lokutan ambaliyar ruwa ko yunwa.

A cikin gonar inabi akwai wani haikalin Shiva, tare da mutum-mutumin mai albarka, Lahiri Mahasaya. Ana gudanar da addu'o'i da azuzuwan littafi mai tsarki a cikin lambun a karkashin mangwaro.

An buɗe makarantun sakandare na reshe, tare da fasalulluka na zama da yoga na Ranchi, kuma yanzu suna bunkasa. Waɗannan su ne Yogoda Sat- Sanga Vidyapith (Makarantar) ga Maza, a Lakshmanpur a Bihar; da kuma Makarantar Sakandare ta Yogoda Sat-Sanga da kuma gidan yari da ke Ejmalichak a Midnapore.

An keɓe wani kyakkyawan Yogoda Math a shekarar 1939 a Dakshineswar, kai tsaye a kan Ganges. 'Yan mil kaɗan daga arewacin Calcutta, sabon gidan ibada yana ba da mafaka ga mazauna birni. Akwai masauki masu dacewa ga baki na Yamma, musamman ga waɗanda ke sadaukar da rayuwarsu sosai ga fahimtar ruhaniya. Ayyukan Yogoda Math sun haɗa da aika koyarwar Self-Realization Fellowship ga ɗalibai a sassa daban-daban na Indiya sau biyu.

Ba sai an faɗi cewa duk waɗannan ayyukan ilimi da na jinkai sun buƙaci hidima da sadaukar da kai na malamai da ma'aikata da yawa. Ban lissafa sunayensu a nan ba, domin suna da yawa; amma a cikin zuciyata kowannensu yana da wani wuri mai kyau. Da wahayi daga manufofin Lahiri Mahasaya, waɗannan malamai sun yi watsi da burin duniya mai kyau na yin hidima cikin tawali'u, don bayarwa da yawa.

Mista Wright ya kulla abota mai sauri da yaran Ranchi; sanye da *doti mai sauƙi*, ya zauna a cikinsu na ɗan lokaci. A Ranchi, Calcutta, Serampore, duk inda ya je, sakatarena, wanda ya yi aiki tare da su. wata baiwar bayani mai haske, ta fitar da littafin tarihin tafiyarsa don yin rikodin abubuwan da suka faru. Wata rana da yamma na ya yi masa tambaya.

"Dik, me shine naka ra'ayi na Indiya?"

"Salama," shi ya ce cikin tunani. "The launin fata aura shine zaman lafiya."

40-1 : Mu karya namu tafiya a cikin Tsakiya Larduna, rabin lokaci fadin Lallai nahiya, zuwa gani Mahatma Gandhi a Wardha. An bayyana waɗannan kwanaki a [babi na 44](#).

40-2 : Prafulla ya kasance Lallai yaro Hukumar Lafiya ta Duniya yana da kasance yanzu tare da Jagora yausha wani maciji kusantowa (duba [shafi 116](#)).

40-3 : A zahiri, "tsarki" suna," wani kalma na gaisuwa a tsakanin Hindu, tare ta hanyar naɗe tafi hannu hannuwa an ɗaga daga Lallai zuciya zuwa goshi cikin gaisuwa. *Wakar yabo* a Indiya ta maye gurbin gaisuwar Yamma ta hanyar musafaha.

40-4 : Horar da hankali ta hanyar wasu dabarun tattara hankali ya haifar da tarin tunani a cikin kowane tsararrun mutanen Indiya masu ban mamaki. Sir T. Vijayaraghavachari, a cikin *Hindustan Times*, ya bayyana gwaje-gwajen da aka yi wa kwararrun "masu tunawa" na Madras na zamani. "Waɗannan mutanen," ya rubuta, "an koya su sosai a cikin adabin Sanskrit. Suna zaune a tsakiyar babban taron jama'a, sun yi daidai da gwaje-gwajen da 'yan kallo da yawa suka yi musu a lokaci guda. Gwajin zai kasance kamar haka: mutum ɗaya zai fara kararawa, dole ne 'mutumin tunawa' ya kidaya adadin zoben. Mutum na biyu zai yi umarni daga takarda dogon darasi a cikin lissafi, wanda ya haɗa da kari, rafi, ninkawa, da rabawa. Na uku zai ci gaba da karanta daga *Ramayana* ko *Mahabharata* dogon jerin na waƙoƙi, wanda yana da zuwa zama sake haifuwa; wani na huɗu zai saita matsaloli a cikin fassara wanda ake buƙata Lallai abun da ke ciki na ayoyi a cikin daidai mita a kunne wani da aka bayar batu, kowanne layi zuwa karshe a cikin wani kayyadadden kalma, wani na biyar mutum zai kawo a kunne tare da wani na shida jayayya ta tauhidi, wadda dole ne a ambato ainihin harshenta a daidai tsarin da masu jayayya suka tsara, kuma mutum na bakwai yana juya kafa, adadin juyin juya halin da aka kirga. The Kwakwalwa Kwararre yana da a lokaci guda zuwa yi duk waɗannan nasarori zalla ta hanyar na tunani hanyoyin aiki, kamar yadda shi ya kasance an yarda babu takarda da fensir. Dole ne wahalar da malamai ke sha ta

kasance mai girma. Yawanci maza masu kishi a cikin rashin sani suna iya rage darajar mutane. irin wannan kokari ta hanyar shafi zuwa yi imani wancan su shafi kawai Lallai motsa jiki na Lallai kasa ayyuka na Lallai kwakwalwa. Duk da haka, ba tambaya ce ta kwakwalwa ba. Babban abin da ya fi muhimmanci shi ne yawan tattarawar hankali.

BABI: 41

An Idyl A cikin Kudu Indiya

"Kai su ne Lallai na farko Yamma, Dick, har abada zuwa shiga wancan wurin ibada. Da yawa wasu suna da an gwada a cikin banza."

Da na fadɓi haka, Mista Wright ya yi mamaki, sannan ya yi farin ciki. Mun bar kyakkyawan Haikalin Chamundi a tsaunukan da ke kallon Mysore a kudancin Indiya. A can muka yi sujada ga zinariyar da kuma azurfa bagadai na Lallai Allahiya Chamundi, mai taimako allahntaka na Lallai iyali na Lallai mai mulki maharaja.

"A matsayin abin tunawa na girmamawa ta musamman," in ji Mista Wright, yana boye wasu furannin fure masu albarka a hankali, "Zan kiyaye wannan furen koyaushe, wanda firist ya yayyafa da ruwan fure."

Ni da abokin tarayyata 41-1 Sun shafe watan Nuwamba, 1935, a matsayin baƙi a Jihar Mysore. Maharaja, HH Sri Krishnaraja Wadiyar IV, yarima ne mai koyi wanda ke da himma ga mutanensa. Maharaja, mai tsoron Allah, ya ba wa wani ɗan addinin Musulunci, Mirza Ismail, iko, iko, damar zama Firayim Minista. Ana ba da wakilci mai yawa ga mazauna Mysore miliyan bakwai a Majalisar Dokoki da Majalisar Dokoki.

Magajin Maharaja, HH Yuvaraja, Sir Sri Krishna Narasingharaj Wadiyar, ya gayyaci ni da sakatarena mu ziyarci masarautarsa mai haske da ci gaba. A cikin makonni biyu da suka gabata na yi wa dubban 'yan ƙasa da ɗalibai na Mysore jawabi, a Zauren Gari, Kwalejin Maharajah, Makarantar Likitanci ta Jami'a; da kuma tarurrukan jama'a uku a Bangalore, a Makarantar Sakandare ta Kasa, Kwalejin Tsakiya, da Zauren Gari na Chetty inda mutane sama da dubu uku suka taru. Ko masu sauraro masu himma sun sami damar yaba wa hoton da na zana game da Amurka, ban sani ba; amma tafi koyaushe yana da ƙarfi lokacin da na yi magana game da fa'idodin da za a iya samu daga musayar mafi kyawun fasaloli a Gabas da Yamma.

Ni da Mr. Wright yanzu muna hutawa a cikin kwanciyar hankali na wurare masu zafi. Littafin tarihin tafiyarsa ya ba da labarin yadda ya yi tunanin Mysore:

"Filayen shinkafa masu kore masu kyau, waɗanda aka bambanta da facin rake mai

launin ruwan kasa, suna kan kafar tsaunuka masu duwatsu da ke cike da duwatsu masu launin shuɗi kamar na dutse mai launin shuɗi - kuma wasan launuka ya karu sakamakon facewar rana kwatsam yayin da take neman hutawa a bayan tsaunuka masu tsarki."

"Da yawa mai farin ciki lokutan suna da kasance an kashe a cikin kallon, kusan babu shi- cikin tunani, a Lallai har abada-

Canjin zane na Allah da aka shimfiɗa a sararin sama, domin taɓawarsa kaɗai tana iya samar da launuka masu girgiza tare da sabo na rayuwa. Wannan matashin launuka yana bacewa lokacin da mutum ya yi kokarin yin koyi da launuka kawai, domin Ubangiji yana amfani da mai matsakaici mai sauƙi da tasiri wanda ba mai ko launuka ba ne, amma hasken haske kawai. Yana jefa haske a nan, kuma yana haskakawa ja; Yana sake ɗaga goga kuma ya gauraya a hankali ya zama lemu da zinariya; sannan da ƙarfin hudawa Shi soka Lallai gajimare tare da wani layi na shunayya wancan ganye wani zobe mai kama da zobe ko gefuna na ja yana fitar da ruwa daga cikin raunin da ke cikin gajimare; don haka, akai-akai, Yana wasa, dare da safe iri ɗaya, yana canzawa koyaushe, sabo koyaushe, sabo koyaushe; babu alamu, babu kwafi, babu launuka iri ɗaya kawai. Kyawun canjin Indiya a cikin dare zuwa rana ya fi gaban kwatance a wasu wurare; sau da yawa sama tana kama da Allah ya ɗauki komai duka launukan da ke cikin kayansa kuma ya ba su wata babbar jifa ta kaleidoscopic zuwa sama.

"Dole ne in danganta kyawun ziyarar magariba da babban madatsar ruwa ta Krishnaraja Sagar, **41-2** An gina nisan mil goma sha biyu a wajen Mysore. Ni da Yoganandaji mun shiga ƙaramin bas, kuma tare da ƙaramin yaro a matsayin mai gyaran batir na hukuma, muka tashi a kan hanya mai santsi, daidai lokacin da rana take haskakawa. yana tsaye a sararin sama yana matsewa kamar tumatir mai nuna girma.

"Tafiyarmu ta wuce gonakin shinkafa masu faɗi a ko'ina, ta cikin layin banyan mai daɗi bishiyoyi, a tsakanin wani babban daji na bishiyoyin kwakwa, tare da ciyayi kusan kauri kamar a cikin daji, kuma a ƙarshe, muna kusantar saman tudu, muka fuskanci wani babban tafki na wucin gadi, yana haskakawa Lallai taurari kuma gefuna na tafin hannu kuma wani bishiyoyi, kewaye ta hanyar kyakkyawa baranda mai baranda Lambuna da layukan fitilun lantarki a gefen madatsar ruwa - da kuma a ƙasa da shi idanunmu sun haɗu da wani abin kallo mai ban sha'awa na fitilu masu launi suna wasa a kan maɓuɓɓugan ruwa masu kama da geyser, kamar ƙoramu masu haske da yawa na tawada mai sheki - magudanar ruwa masu shuɗi masu kyau, suna kama da katangar ido ja, feshi kore da rawaya, giwaye suna zubar da ruwa, ƙaramin bikin baje kolin duniya na Chicago, amma kuma a zamanin yau ya shahara a wannan tsohuwar ƙasar gonaki masu amfani da kayan lambu da mutane masu sauƙi, waɗanda suka yi mana maraba mai kyau har na yi Ina jin tsoron zai ɗauki fiye da ƙarfina don dawo da Yoganandaji zuwa Amurka.

"Wani babban gata ne - hawan giwa na farko da na yi. Jiya Yuvaraja ya gayyace mu zuwa fadarsa ta bazara don jin daɗin hawa ɗaya daga cikin giwayensa, wani babban dabba. Na hau tsani da aka tanadar don hawa sama zuwa kan *sirdi* ko sirdi, wanda aka yi masa matashin siliki kuma mai kama da akwati; sannan kuma don birgima, jifa, girgiza, da saukowa cikin rami, cike da farin ciki da damuwa ko ihu, amma na dage don rayuwa mai kyau!"

Kudancin Indiya, mai wadata da kayan tarihi da na tarihi, ƙasa ce mai kyawawan

abubuwa amma ba za a iya bayyana ta ba. A arewacin Mysore akwai babbar jiha ta asali a Indiya, Hyderabad, wani kyakkyawan fili mai faɗi da babban Kogin Godavari ya yanke. Faɗin filayen mai albarka, kyawawan Nilgiris ko "Dutse Masu Shuɗi," wasu yankuna masu tuddai marasa ma'adinai na dutse mai daraja ko dutse. Tarihin Hyderabad labari ne mai tsawo, mai launuka iri-iri, wanda ya fara shekaru dubu uku da suka gabata a karkashin sarakunan Andhra, kuma ya ci gaba a karkashin daular Hindu har zuwa AD 1294, lokacin da ta wuce zuwa ga jerin sarakunan Musulmi waɗanda suka yi mulki zuwa wannan rana.

Mafi kyawun nunin gine-gine, sassaka, da zane a duk faɗin Indiya yana samuwa a Hyderabad a cikin tsoffin kogo na Ellora da Ajanta da aka sassaka duwatsu. Kailasa da ke Ellora, babban haikalin da ke da tsari ɗaya, yana da siffofi da aka sassaka na alloli, mutane, da dabbobi a cikin girman girman Michelangelo. Ajanta wuri ne da aka gina manyan coci guda biyar da gidajen ibada ashirin da biyar,

duk wani tono dutse da aka yi ta hanyar manyan ginshikai masu ban mamaki waɗanda masu fasaha da masu sassaka suka kiyaye, waɗanda suka sanya hazakarsu ta zama abin tunawa.

Birnin Hyderabad yana da kyawawan halaye daga Jami'ar Osmania da kuma babban Masallacin Makka, inda Musulmai dubu goma za su iya taruwa don yin addu'a.

Jihar Mysore ma kasa ce mai ban mamaki, kafa dubu uku sama da matakin teku, cike take da dazuzzukan wurare masu yawa, gidan giwaye na daji, bison, beyar, panthers, da damisa. Manyan biranenta guda biyu, Bangalore da Mysore, suna da tsabta, masu kyau, tare da wuraren shakatawa da lambuna na jama'a da yawa.

Gine-gine da sassaka na Hindu sun sami cikakkiyar kamala a Mysore karkashin kulawar sarakunan Hindu daga karni na sha ɗaya zuwa na sha biyar. Haikalin da ke Belur, wani kyakkyawan aikin karni na sha ɗaya da aka kammala a zamanin Sarki Vishnuvardhana, ba shi da wani matsayi a duniya saboda daɗin cikakkun bayanai da kuma zane-zane masu ban sha'awa.

Ginshikan duwatsu da aka samu a arewacin Mysore sun samo asali ne tun daga karni na uku kafin haihuwar Annabi Isa (AS), suna haskaka tunawa da Sarki Asoka. Ya gaji gadon sarautar daular Maurya a lokacin; daularsa ta kunshi kusan dukkan Indiya ta zamani, Afghanistan, da Baluchistan. Wannan sarki mai daraja, wanda masana tarihi na Yamma suka ɗauka a matsayin sarki mara misaltuwa, ya bar wannan hikimar a kan wani abin tunawa da dutse:

An sassaka wannan rubutu na addini domin 'ya'yanmu maza da mata kada su yi tunani sabuwar nasara ta zama dole; kada su yi tunanin cin nasara da takobi ya cancanci a kira su da cin nasara; kada su ga komai a cikinta sai halaka da tashin hankali; kada su ɗauki komai a matsayin cin nasara ta gaskiya sai cin nasara ta addini. Irin waɗannan cin nasara suna da daraja a duniya da kuma a lahira.



Nawa sahabbai kuma Ni matsayi kafin Lallai "mafarki a cikin marmara," Lallai Taj Mahal a Agra.

Asoka jikan Chandragupta Maurya ne (wanda Girkawa suka sani da Sandrocottus), wanda a lokacin kuruciyarsa ya haɗu da Alexander the Great. Daga baya Chandragupta ya lalata sansanin sojojin Macedoniya da suka rage a Indiya, ya kayar da rundunar sojojin Seleucus ta Girka da ke mamaye a Punjab, sannan ya karɓi jakadan Hellenic Megasthenes a kotunsa ta Patna.

Masana tarihi na Girka da wasu waɗanda suka raka ko suka bi Alexander a tafiyarsa zuwa Indiya sun rubuta labarai masu ban sha'awa sosai. Labarun Arrian, Diodoros, Plutarch, kuma Strabo Lallai mai ilimin ƙasa suna da kasance fassara ta hanyar Dr. J. W. M'Crindle **41-3** don jefa wani haske a kan tsohuwar Indiya. Abin da ya fi burgewa game da mamayar Alexander da ba ta yi nasara ba shi ne sha'awar da ya nuna ga falsafar Hindu da kuma mutanen yogi da tsarkaka waɗanda ya haɗu da su lokaci zuwa lokaci kuma al'ummarsu yake nema da himma. Ba da daɗewa ba bayan da jarumin Girka ya isa Taxila a arewacin Indiya, ya aika da wani manzo, Onesikritos, almajiri na makarantar Hellenic ta Diogenes, don ya kawo wani malamin Indiya, Dandamis, babban sanniyasi na Taksila.

"Gaisuwa gare ka, malamin Brahmins!" Onesikritos ya ce bayan ya nemi Dandamis a wurin zamansa a dajin. "Dan Allah mai girma Zeus, kasancewarsa Alexander wanda shine Ubangijin dukkan mutane, yana rokonka ka je wurinsa, kuma idan ka bi umarninsa, zai ba ka lada da manyan kyaututtuka, amma idan ka ƙi, zai yanke maka kai!"

Mutumin mai suna Yogi ya sami wannan gayyatar da aka tilasta masa cikin nutsuwa, kuma "bai ɗaga kansa daga kan kujera mai ganye ba."

"Ni ma ɗan Zeus ne, idan Alexander haka ne," in ji shi. "Ba na son komai na Alexander, domin ina gamsuwa da abin da nake da shi, yayin da nake ganin yana yawo tare da mutanensa a kan teku da ƙasa ba tare da wata fa'ida ba, kuma ba ya taɓa ƙarewa da yawo da yake yi."

"Je ka gaya wa Alexander cewa Allah Sarki Mafi Girma ba shi ne Mafarin Kuskuren Rashin Girma ba, amma shi ne Mahaliccin haske, salama, rai, ruwa, jikin mutum da rayuka; Yana karɓar dukkan mutane lokacin da mutuwa ta 'yantar da su, ba tare da wata mummunar cuta ba. Shi kaɗai ne Allahn da nake girmamawa, wanda yake ƙin kisan kai kuma ba ya haifar da yake-yake.

"Alexander ba allah ba ne, domin dole ne ya ɗanɗani mutuwa," in ji mai hikima cikin ba'a. "Ta yaya irin wannan zai zama ubangidan duniya, alhali bai zauna a kan karagar mulki ta ciki ba tukuna." mulkin duniya? Bai riga ya shiga Hades ba, kuma bai san hanyar Lallai rana ta hanyar Lallai tsakiya yankuna na Lallai ƙasa, yayin da Lallai al'ummai a kunne nasa iyakoki suna da ba kamar yadda na ji sunansa ba!

Bayan wannan hukunci, tabbas mafi tsaurin ra'ayi da aka taɓa aika wa don ya kai

hari ga kunnuwan "Ubangijin Duniya," mai hikima ya kara da abin mamaki, "Idan mulkin Alexander na yanzu bai isa ya biya masa bukatunsa ba, bari ya ketare Kogin Ganges; a can zai sami yanki wanda zai iya ciyar da dukkan mutanensa, idan kasar da ke wannan bangaren ta yi kankanta da ba za ta iya rike shi ba. 41-4

"Ku sani fa, duk da haka, cewa abin da Alexander ya bayar da kyaututtukan da ya yi alkawari abubuwa ne marasa amfani a gare ni; abubuwan da nake darajawa kuma nake samun su da amfani da daraja su ne wadannan ganyen wadanda su ne nawa.

gida, waƙannan tsire-tsire masu fure waƙanda ke ba ni abinci na yau da kullun, da kuma ruwan da nake sha; yayin da duk sauran dukiyoyin da aka tara cikin damuwa za su zama masu lalata ga waƙanda ke tattara su, suna haifar da baƙin ciki da damuwa kawai, wanda kowane talaka yake cike da shi. Ni kuwa, ina kwance a kan ganyayen daji, kuma ba ni da abin da ke buƙatar kariya, ina rufe idanuna cikin barci mai natsuwa; alhali kuwa ina da abin da zan kiyaye, wanda zai hana ni barci. Duniya tana ba ni komai, har ma da uwa ga ɗanta da madara. Ina zuwa duk inda na ga dama, kuma babu wata damuwa da za ta tilasta mini in shiga damuwa da ita.

"Idan Alexander ya yanke min kai, ba zai iya halaka raina ba. Kai na shi kaɗai, sannan shiru, Zan kasance, ina barin jiki kamar tufa mai yage a ƙasa, inda aka ɗauke shi kuma. To, ni, da na zama Ruhu, zan hau zuwa ga Allahna, wanda ya haɗa mu duka cikin jiki ya kuma bar mu a duniya don ya tabbatar ko, a nan ƙasa, za mu rayu muna biyayya ga dokokinsa kuma wanda zai yi hakan. yana buƙatar mu duka, lokacin da muka tashi daga nan zuwa wurinsa, labarin rayuwarmu, tunda Shi ne Alkali na duk wani laifi mai girman kai; domin nishin waƙanda aka zalunta ya zama hukuncin Ubangiji mai zalunci.

"To, bari Alexander ya tsorata da waƙannan barazanar waƙanda ke fatan arziki kuma waƙanda ke tsoron mutuwa, domin a kanmu waƙannan makaman ba su da ƙarfi; Brahmins ba sa son zinariya ko mutuwa. Je ka gaya wa Alexander wannan: Dandamis ba ya buƙatar wani abu naka, don haka ba zai je wurinka ba, kuma idan kana son wani abu daga Dandamis, ka zo gare shi."

Da kulawa sosai Alexander ya karɓi saƙon ta hannun Onesikritos daga yogi, kuma "ya ji" sha'awa mafi ƙarfi fiye da kowane lokaci na ganin Dandamis wanda, kodayake ya tsufa kuma tsirara, shi kaɗai ne abokin gaba wanda shi, wanda ya ci nasara a kan al'ummomi da yawa, ya haɗu da shi fiye da wanda ya dace da shi.

Alexander ya gayyaci wasu daga cikin masu ra'ayin Brahmin zuwa Taxila saboda ƙwarewarsu ta amsa tambayoyin falsafa da hikima mai zurfi. Plutarch ya bayar da labarin faɗar magana; Alexander da kansa ne ya tsara dukkan tambayoyin.

"Wanne ya fi yawa, masu rai ko matattu?" "Masu

rai, domin matattu ba su da yawa."

"Wacece babbar dabba, teku ko ƙasa?" "Kasa,

domin teku wani ɓangare ne kawai na ƙasa."

"Wanne shine Lallai mafi wayo na dabbobi?"

"Wannan wanda mutum bai sani ba tukuna." (Mutum yana tsoron

abin da ba a sani ba.) "Wanne ya fara wanzuwa, rana ko dare?"

"Ranar ta kasance da farko bayan kwana ɗaya." Wannan amsar ta sa Alexander ya nuna mamaki; Brahmin ya kara da cewa: "Tambayoyi marasa yiwuwa suna buƙatar amsoshi marasa yiwuwa."

"Yaya mafi kyau watan Mayu wani mutum yi kansa kaunatacce?"

"Mutum zai zama kaunatacce idan, yana da iko mai girma, har yanzu bai sa kansa ya ji tsoro ba." "Ta yaya mutum zai zama allah?" **41-5**

"Ta hanyar yin abin da ba zai yiwu ba ga mutum ya yi." "Wanne ya fi karfi, rai ko mutuwa?"

"Rayuwa, saboda shi beraye haka da yawa miyagun abubuwa."

Alexander ya yi nasarar fitar da shi daga Indiya, a matsayin malaminsa, wani malamin yoga na gaske. Wannan mutumin Swami Sphines ne, wanda Helenawa ke kira "Kalanos" saboda waliyyi, mai bauta wa Allah a cikin siffar Kali, ya gaishe kowa ta hanyar furta sunansa mai albarka.

Kalanos ya raka Alexander zuwa Farisa. A wata rana da aka ayyana, a Susa da ke Farisa, Kalanos ya ba da gawarsa ta hanyar shiga wurin jana'iza a gaban rundunar sojojin Macedonia. Masana tarihi Karanta mamakin sojojin da suka lura cewa mai yin yoga ba shi da tsoron ciwo ko mutuwa, kuma wadanda ba su taɓa motsawa daga matsayinsa ba yayin da wutar ta cinye shi. Kafin ya tafi. Domin kona gawarsa, Kalanos ya rungumi dukkan abokansa na kud da kud, amma ya guji yin bankwana da Alexander, wanda masanin Hindu ya yi magana a kai kawai:

"Ni zai gani kai nan ba da jimawa ba a cikin Babila."

Alexander ya bar Farisa, kuma ya mutu bayan shekara guda a Babila. Kalmomin malaminsa dan Indiya sun kasance hanyarsa ta faɗin cewa zai kasance tare da Alexander a rayuwa da mutuwa.

Masana tarihin Girka sun bar mana hotuna masu haske da ban sha'awa game da al'ummar Indiya. Dokar Hindu, Arrian ta gaya mana, tana kare mutane kuma "ta wajabta cewa babu wanda daga cikinsu da zai zama bawa, a kowane hali, sai dai idan suna jin daɗin 'yanci da kansu, za su girmama daidaiton haɗkin da kowa ke da shi. Ga wadanda, kamar yadda suka yi tunani, wadanda ba su koyi yin mulki ko kuma yin biyayya ga wasu ba, za su sami rayuwa mafi dacewa da duk wani yanayi na rayuwa." **41-6**

"Indiyawa," in ji wani rubutu, "ba sa kashe kuɗi da riba, kuma ba sa sanin yadda ake aro. Ya saba wa amfani da aka saba wa Ba'indiye ko dai ya yi ko ya sha wahala, don

haka ba sa yin kwangila ko kuma suna buƙatar garanti." An gaya mana cewa waraka ta hanyoyi ne masu sauƙi da na halitta. "Ana yin magani maimakon daidaita abinci maimakon amfani da magunguna. Maganin da aka fi daraja su ne man shafawa da faci. Duk sauran ana ɗaukar su a matsayin mummunan sakamako." An takaita yaƙi ga *Kshatriyas* ko kuma ƙabilar mayaka. "Haka kuma maƙiyi da ya zo ya haɗu da manomin da ke aikinsa a ƙasarsa ba zai cutar da shi ba, ga mutanen wannan ƙasa." ana ɗaukar aji a matsayin masu taimakon jama'a, ana kare su daga dukkan lahani. Saboda haka ƙasar da ba ta lalace ba kuma take samar da amfanin gona mai yawa, tana ba mazauna abubuwan da ake buƙata don jin daɗin rayuwa. **41-7**

Sarki Chandragupta wanda a shekara ta 305 kafin haihuwar Annabi Isa ya kayar da janar din Alexander, Seleucus, ya zabi bakwai. shekaru daga baya zuwa hannu sama Lallai reins na Indiya gwamnati zuwa nasa da. Tafiya zuwa A Kudancin Indiya, Chandragupta ya shafe shekaru goma sha biyu na karshe na rayuwarsa a matsayin mai son ramawa, yana neman sanin kansa a cikin wani kogo mai duwatsu a Sravanabelagola, wanda yanzu aka girmama shi a matsayin wurin ibada na Mysore. mutum-mutumi mafi girma a duniya, wanda Jains ya sassaka daga wani babban dutse a shekara ta 983 AD don girmama waliyyin Comateswara.

Wuraren ibada na Mysore da ke ko'ina suna tunatar da manyan waliyyai na Kudu. Indiya. Daya na wadannan iyayengiji, Thayumanavar, yana da hagu mu Lallai masu biyo baya mai kalubale waka:

Kai gwangwani iko wani mahaukaci giwa;
Za ka iya rufe bakin beyar da damisar; Za ka iya
hawa zaki;
Kai gwangwani yi wasa tare da Lallai kwarkwara;
Ta hanyar alchemy za ku iya samun abin
rayuwa; Za ku iya yawo cikin sararin samaniya
ba tare da sanin komai ba; Za ku iya yin
bayin alloli;
Kai gwangwani zama har abada matashi;
Kai gwangwani tafiya a kunne ruwa kuma kai tsaye a cikin wuta;
Amma iko na Lallai hankali shine mafi kyau kuma Kara wahala.

A cikin kyakkyawar Jihar Travancore mai albarka da wadata a kudu maso gabashin Indiya, inda ake jigilar ababen hawa ta koguna da magudanan ruwa, Maharaja yana daukar nauyin gado kowace shekara na karewa zunubin da yake-yake suka haifar da kuma hada su da wasu kananan jihohi zuwa Travancore. Tsawon kwanaki hamsin da shida a kowace shekara Maharaja yana ziyartar haikalin sau uku a kowace rana don jin waƙoƙin Vedic da karatun; bikin kafara yana karewa da *lakshadipam* ko hasken haikalin da fitilu dubu dari.

Babban mai ba da doka na Hindu Manu **41-8** ya bayyana ayyukan sarki. "Ya kamata ya yi wa kayayyakin more rayuwa kamar Indra (ubangijin alloli); ya tattara haraji a hankali ba tare da an gane shi ba kamar yadda rana ke samun tururi daga ruwa; ya shiga rayuwar talakawansa yayin da iska ke tafiya ko'ina; ya yi adalci ga kowa kamar Yama (allahn mutuwa); ya daure masu laifi a cikin igiya kamar Varuna (allahn sama da iska na Vedic); don Allah kowa kamar wata, ya kone makiya masu mugunta kamar allahn wuta; kuma ya tallafa wa kowa kamar allahn duniya."

"A yaki bai kamata sarki ya yi yaki da makamai masu guba ko na wuta ba, ko kuma ya kashe makiya marasa farfi ko marasa shiri ko marasa makami ko mutanen da ke cikin tsoro ko waɗanda ke addu'ar kariya ko waɗanda suka gudu. Ya kamata a yi amfani da yaki a matsayin mafita ta karshe kawai. Sakamakon koyaushe yana da shakku a yaki."

Fadar shugaban kasa ta Madras da ke gabar tekun kudu maso gabashin Indiya ta kunshi birnin Madras mai faɗi, mai faɗi, da kuma Conjeeveram, birnin zinare, babban birnin daular Pallava wadda sarakunanta suka yi mulki.

a farkon karni na zamanin Kirista. A zamanin shugabancin Madras na zamani, masu zaman kansu ba sa son zaman lafiya. Manufar Mahatma Gandhi ta yi babban ci gaba; ana ganin "hulunani Gandhi" masu launin fari a ko'ina. A kudu gabafaya, Mahatma ya yi gyare-gyare masu mahimmanci da yawa a haikali ga "marasa tabawa" da kuma gyare-gyaren tsarin kabilanci.

Asalin tsarin kabilanci, wanda babban dan majalisa Manu ya tsara, abin yabawa ne. Ya ga a sarari cewa ana bambanta mutane ta hanyar juyin halitta zuwa manyan rukuni huɗu: waɗanda ke iya ba da hidima ga al'umma ta hanyar aikinsu na jiki (*Sudras*); waɗanda ke yin hidima ta hanyar tunani, fasaha, noma, ciniki, kasuwanci, rayuwar kasuwanci gabafaya (*Vaisyas*); waɗanda baiwarsu ta shugabanci ce, zartarwa, da kuma masu mulki masu kariya da mayaka (*Kshatriyas*); waɗanda ke da dabi'ar tunani, waɗanda aka yi wahayi zuwa gare su ta ruhaniya da kuma wahayi (*Brahmins*). "Ba haihuwa ko ibada ko karatu ko zuri'a da suka gabace su za su iya yanke shawara ko an haifi mutum sau biyu (watau, *Brahmin*);" in ji *Mahabharata* , "hali da dabi'a ne kawai za su iya yanke shawara." **41-9** An umurci Manu al'umma ta nuna girmamawa ga membobinta gwargwadon yadda suke da hikima, nagarta, shekaru, dangi ko, a karshe, dukiya. Dukiyar da ke cikin Indiya ta Vedic koyausha ana raina ta idan an tara ta ko ba a same ta don ayyukan agaji ba. Mutane marasa karimci masu arziki mai yawa ana ba su karamin matsayi a cikin al'umma.

Mummunan mugayen abubuwa sun taso lokacin da tsarin kabila ya taurare tsawon karni ya zama abin da zai iya maye gurbin gado. Masu kawo sauyi a zamantakewa kamar Gandhi da membobin al'ummomi da yawa a Indiya a yau suna samun ci gaba a hankali amma tabbatacce wajen dawo da tsoffin dabi'un kabila, bisa ga cancantar halitta kawai ba bisa ga haihuwa ba. Kowace kasa a duniya tana da nata karma mai haifar da wahala da za a magance ta da kuma kawar da ita; Indiya ma, tare da ruhinta mai iya canzawa da kuma wanda ba zai iya jurewa ba, za ta tabbatar da kanta a matsayin mai iya gyara kabila.

Don haka kudancin Indiya na da nisa sosai har ni da Mr. Wright muka yi sha'awar tsawaita lokacinmu. Amma lokaci, cikin rashin kunya, bai yi mana karin lokaci ba. An shirya ni nan ba da jimawa ba zan yi jawabi a taron karshe na Majalisar Falsafa ta Indiya a Jami'ar Calcutta. A karshe ziyarar Mysore, na ji dadin tattaunawa da Sir CV Raman, shugaban Kwalejin Indiya ta Kimiyya. An ba wannan kwararren masanin kimiyyar Hindu kyautar Nobel a shekarar 1930 saboda muhimmin bincikensa a fannin yaduwar haske - "Tasirin Raman" wanda yanzu aka sani ga kowane dalibi.

Muna yi wa taron daliban Madras da abokai sallama ba tare da wata damuwa ba, ni da Mr. Wright muka nufi arewa. A kan hanya muka tsaya a gaban wani karamin wurin ibada mai tsarki don tunawa da Sadasiva Brahman, **41-10** a cikinsa ne mu'ujizai na tarihin rayuwar karni na sha takwas suka yi yawa. Babban wurin ibada na Sadasiva a Nerur, wanda Raja na Pudukkottai ya gina, wuri ne na ibada wanda ya shaida warkarwa ta allahntaka da yawa.

Labarai masu ban sha'awa da yawa game da Sadasiva, wani babban malami mai kauna da cikakken haske, har yanzu suna nan a tsakanin mazauna kauyen Kudancin Indiya. Wata rana ya nutse a *samadhi* a bakin Kogin Kaveri, sai aka ga Sadasiva ya yi ambaliya kwatsam. Makonni bayan haka aka same shi a binne a karkashin tudun kasa. Yayin da shebur na mutanen kauyen suka bugi gawarsa, sai waliyyin ya tashi ya tafi da sauri.

Sadasiva bai taɓa faɗin ko kalma ko ya saka kyalles ba. Wata safiya, ɗan yoga tsirara ya shiga tanti na wani shugaban addinin Musulunci ba tare da wani biki ba. Matansa suka yi iku cikin firgici; jarumin ya yi wa wani mugun mutum. takobi tura a Sadasiva, na wa hannu ya kasance an yanke. The ubangida tafi ba tare da damuwa ba.

Bayan ya sha kan sa saboda nadama, Mohammedan ya daga hannunsa daga kasa ya bi Sadasiva. Yogi din ya saka hannunsa a cikin kututturen da ke zubar da jini a hankali. Lokacin da jarumin ya nemi wani umarni na ruhaniya cikin tawali'u, Sadasiva ya rubuta da yatsansa a kan yashi:

"Yi ba yi me kai so, kuma to kai watan Mayu yi me kai kamar."

An daga darajar addinin Muhammadu zuwa ga wani yanayi mai girma na tunani, kuma ya fahimci shawarar waliyyin da ke cike da rudani ta zama jagora ga 'yancin rai ta hanyar mallakar girman kai.

Yaran kauyen sun taba nuna sha'awarsu a gaban Sadasiva na ganin bikin addini na Madura, mai nisan mil 150. Yogi ya nuna wa kananan yaran cewa su taba jikinsa. Nan take aka kai dukkan fungiyar zuwa Madura. Yaran suka yi yawo cikin farin ciki a tsakanin dubban mahajjata. Cikin 'yan awanni kafan Yogi ya kawo kananan motocinsa gida da simple hijabi. hanyar sufuri. Iyayen sun yi mamakin jin labarai masu haske game da jerin hotunan, kuma sun lura cewa yara da yawa suna d'auke da jakunkunan alewa na Madura.

Wani matashi mai ban mamaki ya yi wa waliyyin da labarin ba'a. Washegari da safe ya kusanci Sadasiva.

"Malam," ya ce cikin raini, "me yasa ba za ka kai ni bikin ba, kamar yadda ka yi jiya ga sauran yaran?"

Sadasiva ya yi biyayya; nan da nan yaron ya sami kansa cikin taron jama'ar birni mai nisa. Amma kai! Ina waliyyin yake lokacin da matashin yake son tafiya? Yaron da ya gaji ya isa gidansa ta hanyar tsohuwar hanyar motsa kafa.

.....
41-1 : Miss Bletch, ba zai iya ba zuwa kula da Lallai mai aiki gudu saita ta hanyar Mr. Wright kuma kaina, ya kasance cikin farin ciki tare da nawa 'yan uwa a Calcutta.

41-2 Wannan madatsar ruwa, babban wurin samar da wutar lantarki ta ruwa, tana haskaka birnin Mysore kuma tana ba wa masana'antun siliki, sabulu, da man sandal wuta. Abubuwan tunawa na itacen sandal daga Mysore suna da kamshi mai dafi wanda lokaci baya karewa; dan karamin abu tsinken tsutsa ya farfado Lallai kamshi. Mysore alfahari wasu na Lallai mafi girma majagaba masana'antu kamfanoni a cikin Indiya, ciki har da Ma'adinan Zinare na Kolar, Masana'antar Sukari ta Mysore, manyan ayyukan karfe da karfe a Bhadravati, da kuma layin dogo na Jihar Mysore mai araha da inganci wanda ya mamaye murabba'in mil 30,000 na jihar.

The Maharaja kuma Yuvaraja Hukumar Lafiya ta Duniya sun kasance nawa masu masauki a cikin Mysore a cikin 1935 suna da duka biyun kwanan nan ya mutu. The da na Lallai Yuvaraja, Maharaja na yanzu, wani mai hazaka ne, kuma ya kara wa
.masana'antar Mysore babban masana'antar jiragen sama

41-3 : Shida kudin girma a kunne *Tsoho Indiya* (Calcutta, 1879).

Babu d'aya daga cikinsu Alexander kuma ba kowane na nasa janar-janar har abada ketare Lallai Ganges. :41-5
Ganowa kaddara juriya a cikin arewa maso yamma, Lallai Ba'amurke dan Kasar Macedoniya sojoji ya ki zuwa shiga
.nesa; Alexander ya kasance tilas zuwa tafi Indiya kuma nema nasarorin da ya samu a Farisa

41-5 : Daga wannan tambaya mu watan Mayu zato wancan Lallai "Dana na Zeus" yana da wani lokaci-lokaci shakka wancan shi yana da riga kai ga kamala.

41-6 : Duk Girkanci masu lura sharhi a kunne Lallai rashin na bauta a cikin Indiya, wani fasali a cikakke bambancin ra'ayi tare da Lallai tsari al'ummar Helenawa.

41-7 : *Kirkira Indiya* ta hanyar Farfesa. Benoy Kumar Sarkin yana bayarwa wani cikakke hoto na Indiya na da kuma na zamani

nasarori kuma na musamman dabi'u a cikin tattalin arziki, siyasa kimiyya, adabi, fasaha, kuma zamantakewa falsafa. (Lahore: Motilal Banarsi Dass, Publishers, 1937, 714 pp., \$5.00.)

Wani kuma shawarar girma shine '*Yan Indiya Al'adu Ta hanyar The Shekaru* , ta hanyar S. V. Venatesvara (Sabo) York: . (Longmans, Kore & Kamfanin, \$5.00

41-8 : Manu shine Lallai na duniya baki d'aya mai ba da doka; ba shi kadai don Hindu al'umma, amma don Lallai duniya. Duk tsarin na mai hikima zamantakewa dokoki da har ma adalci su ne an tsara shi bayan Manu. Nietzsche yana da an biya Lallai masu biyo baya girmamawa: "Ni sani na a'a littafi a cikin wanda haka masu laushi da yawa kuma kirki abubuwa su ne ya ce zuwa mace kamar yadda a cikin Lallai *Littafin Shari'a Na Manu* ; waɗancan tsoho launin toka-toka kuma waliyyai suna da wani hanyar nuna karimci ga mata wanda watakila ba za a iya zarce shi ba ... aiki ne mai zurfi da ilimi wanda ba za a iya kwatanta shi ba ... cike da kyawawan dabi'u, yana cike da jin daɗin kamala, tare da faɗin rayuwa, da kuma jin daɗin rayuwa mai nasara game da kanta da kuma rayuwa; rana tana haskakawa a kan littafin gaba d'aya."

41-9 : "Haɗawa a cikin d'aya na waɗannan huɗu kabilu asali dogara ba a kunne wani na mutum haihuwa amma a kunne nasa na halitta iya aiki kamar yadda aka nuna ta hanyar Lallai kwallo a cikin rayuwa shi wanda aka zaɓa zuwa cimma," wani labarin a cikin *Gabas-Yamma* don Janairu, 1935, yana gaya mu. "Wannan burin zai iya zama (1) *kama* , sha'awa, aiki na Lallai rayuwa na Lallai hankula (*Sudra*) matakai), (2) *artha* , riba, mai gamsarwa amma iko sha'awa (matakai *Vaisya*), (3) *dharma* , horon kai, rayuwar alhakin da aiki mai kyau (matakai *Kshatriya*), (4) *moksha* , 'yanci, Lallai rayuwa na ruhaniya kuma masu addini koyarwa (*Brahmin*) matakai). Waɗannan huɗu kabilu yi sabis ga ɗan adam ta hanyar (1) jiki, (2) hankali, (3) ikon nufin, (4) Ruhu.

Waɗannan matakaɗi huɗu suna da alakarsu a cikin *gunas na har abada* ko halayen yanayi, *tamas* , *rajas* , da *sattva* : " toshewa, aiki, kuma faɗaɗawa; ko kuma, taro, makamashi, kuma hankali. The huɗu na halitta kabilu su ne an yi masa alama ta hanyar Lallai *gunas* as (1) *tamas* (jahilci), (2) *tamas- rajas* (cakuda na jahilci kuma aiki), (3) *rajas-sattva* (cakuda na dama aiki da kuma wayewa), (4) *sattva* (wahayi). Saboda haka yana da yanayi an yi masa alama kowace mutum tare da nasa kabila, ta hanyar Lallai rinjaye a cikin kansa na d'aya, ko cakuda biyu, na *gunas* . Tabbas kowane ɗan adam yana da dukkan *gunas uku* a cikin girma dabam-dabam. Malamin zai iya tantance kabila ko matsayin juyin halitta na mutum .daidai

Zuwa ga wani tabbatacce iyaka, duk tsere kuma al'ummai lura a cikin yin aiki, idan ba a cikin ka'ida, Lallai fasaloli na " kabila. Ina a can shine babban lasisi ko abin da ake kira 'yanci, musamman a cikin auren mutane daban-daban tsakanin matsanancin a cikin Lallai na halitta kabilu, Lallai tsere raguwa ya ɓace ya ɓace. *Purana Samhita* tana kwatanta zuriyar irin waɗannan haɗuwa da ba su da wani iri, kamar alfadari wanda ba zai iya yaɗuwa da nasa nau'in ba. Daga karshe an kawar da nau'ikan wucin gadi. Tarihi yana ba da shaida mai yawa. na da yawa mai girma tsere wanda a'a ya fi tsayi suna da kowane rayuwa wakilai. The kabila tsarin na Indiya shine an ba da kuɗi ta hanyarta mafi zurfi masu tunani tare da kasancewa Lallai duba ko rigakafi a kan lasisi wanda yana da kiyaye Lallai tsarki na Lallai tsere kuma ya kawo shi lafiya ".ta hanyar dubban shekaru na rikice-rikice, yayin da sauran jinsi suka ɓace a cikin mancewa

41-10 : Cikakken takensa shine Sri Sadasivendra Saraswati Swami. Babban magajin gari a layin Shankara na yau da kullun, Jagadguru Sri Shankaracharya na Sringeri Lissafi, ya rubuta wani mai ban sha'awa *Ode* sadaukarwa zuwa Sadasiva. *Gabas-Yamma* don Yuli, A shekarar 1942, ta ɗauki wani kasida kan rayuwar Sadasiva.

BABI: 42

Na karshe Kwanaki Tare da Nawa Malami

"Guruji, ina farin cikin samunka kai kadai yau da safe." Na isa gidan sarautar Serampore, ina ɗauke da kayan kanshi na 'ya'yan itace da wardi. Sri Yukteswar ya kalle ni cikin tawali'u.

"Menene shine naka tambaya?" Jagora duba game da Lallai daki kamar yadda duk da haka shi sun kasance neman tserewa.

"Guruji, na zo wurinka a matsayin matashin makarantar sakandare; yanzu ni mutum ne babba, ko da kuwa da furfura ko kuma biyu. Ko da yake kun yi mini soyayya ta shiru tun daga sa'a ta farko har zuwa wannan, shin kun fahimci hakan? sau ɗaya kawai, a kunne Lallai rana na taro, suna da kai har abada ya ce, 'Ni soyayya ka? " Ni duba a shi roko.

Jagora ya runtse idanunsa. "Yogananda, shin zan iya bayyana cikin yanayin sanyi na magana irin ta dumi da zuciya marar magana ta fi kiyayewa?"

"Guruji, Ni sani kai soyayya ni, amma nawa mai mutuwa kunnuwa ciwo zuwa ji kai faɗi haka."

"Ya kasance kamar yadda kike so. A lokacin rayuwar aurena sau da yawa ina sha'awar ɗa, don ya horar da shi a cikin hanyar yoga. Amma lokacin da kika shigo rayuwata, na gamsu; a cikinki na sami ɗana." Hawaye biyu bayyanannu ya tsaya a idanun Sri Yukteswar. "Yogananda, ina son ki koyaushe."

"Amsarki ita ce fasfo dina zuwa sama." Na ji wani abu ya ɗaga min hankali, har abada saboda kalamansa. Sau da yawa nakan yi mamakin shirunsa. Da na fahimci cewa ba shi da motsin rai kuma yana da son kai. a cikinsa, duk da haka wani lokacin ina jin tsoron ban yi nasarar gamsar da shi gaba ɗaya ba. Nasa yanayi ne mai ban mamaki, wanda ba za a taɓa saninsa ba gaba ɗaya; yanayi mai zurfi kuma har yanzu, wanda ba za a iya fahimta ba ga duniyar waje, wanda dabi'unsu suka dade suna wucewa.

Bayan 'yan kwanaki, lokacin da na yi magana a gaban dimbin masu sauraro a Albert Hall da ke Calcutta, Sri Yukteswar ya yarda ya zauna kusa da ni a kan dandamali, tare da Maharaja na Santosh da Magajin Garin Calcutta. Duk da cewa Jagora bai yi mini wani jawabi ba, na kalle shi lokaci zuwa lokaci a lokacin da nake jawabi, kuma na yi tunanin na ga wani farin ciki a idanunsa.

Sai aka yi jawabi a gaban tsofaffin ɗaliban Kwalejin Serampore. Yayin da nake kallon tsoffin abokan karatuna, kuma yayin da suke kallon "Mahaukacin Sufaye," hawayen farin ciki suka bayyana ba tare da kunya ba. Farfesana mai harshen azurfa a fannin falsafa, Dakta Ghoshal, ya zo ya gaishe ni, duk rashin fahimtar da muka yi a baya ta hanyar masanin kimiyyar lissafi na Time.

An yi bikin Ranar Hutu ta Lokacin Sanyi a karshen Disamba a gidan Sarampore. Kamar kullum, almajiran Sri Yukteswar sun taru daga nesa da kusa. *Sankirtans na ibada* , waƙoƙin solo a cikin muryar Kristo-da mai daɗi, wani biki da matasa almajiran suka yi, jawabin Jagora mai ratsa zuciya a farkashin taurari a cikin farfajiyar da ke cike da jama'a na ashram - tunawa, abubuwan tunawa! Bukukuwa

masu dafi na shekaru da suka gabata! Duk da haka, a daren yau, akwai wani sabon abu.

"Yogananda, don Allah a yi magana da taron - da Turanci." Idanun Jagora suna walkiya yayin da yake yin wannan bukatar da ba a saba gani ba; shin yana tunanin yanayin jirgin ruwan da ya gabaci lacca ta farko da na yi a Turanci? Na ba da labarin ga masu saurarona almajiran 'yan'uwana, na kare da girmamawa mai karfi ga malaminmu.

"Jagorarsa a ko'ina ba ni kadai ba ce a cikin jirgin ruwa mai saukar ungulu," na kammala, "amma kowace rana a tsawon shekaru goma sha biyar da na yi a kasar Amurka mai dafi da karimci."

Bayan baki sun tafi, Sri Yukteswar ya kira ni zuwa ɗakin kwanan nan inda - sau ɗaya kawai, bayan wani biki na farkon shekaruna - an bar ni in kwanta a kan gadon katakonsa. A daren yau malamina yana zaune a wurin a hankali, rabin da'ira na almajiransa a kafafunsa. Ya yi murmushi yayin da na shiga ɗakin da sauri.

"Yogananda, yanzu za ka tafi Calcutta? Don Allah ka dawo nan gobe. Ina da wasu abubuwa da zan gaya maka."

Washegari da rana, da 'yan kalmomi masu sauƙi na albarka, Sri Yukteswar ya ba ni karin lakabin sufanci na *Paramhansa* . **42-1**

"Yanzu ya maye gurbin tsohon laƙabinka na *swami* ," in ji shi yayin da na durkusa a gabansa. Da dariya mai shiru na yi tunanin gwagwarmayar da ɗaliban Amurka za su sha kan yadda ake furta *Paramhansaji* . **42-2**

"Aikina a duniya ya ƙare yanzu; dole ne ka ci gaba." Malam ya yi magana a hankali, idanunsa a sanyaye da taushi. Zuciyata tana bugawa cikin tsoro.

"Don Allah a aika wani ya kula da ashram ɗinmu a Puri," Sri Yukteswar ya ci gaba. "Na bar komai a hannunka. Za ka iya yin nasarar tuka jirgin ruwan rayuwarka da na ƙungiyar zuwa gaɓar teku mai tsarki."

A cikin hawaye, Ni ya kasance runguma nasa ƙafafu; shi fure kuma albarka ni cikin ƙauna.

Washegari na kira wani almajiri daga Ranchi, Swami Sebananda, na aike shi zuwa Puri don ya ɗauki nauyin ayyukan gidan dabbobi . Daga baya malamina ya tattauna da ni dalla-dalla game da shari'ar da ta shafi batun mallakar kadarorinsa; yana da sha'awar hana yiwuwar shari'a daga dangi, bayan mutuwar, don mallakar gonakinsa guda biyu da sauran kadarorinsa, waɗanda yake son a yi masa rijista kawai. don ayyukan sadaka.

"An shirya kwanan nan don Master ya ziyarci Kidderpore, **42-4** amma ya kasa tafiya." Amulaya Babu, wani ɗan'uwa almajiri, ya yi mini wannan magana wata rana da rana; Na ji sanyin motsin rai. Ga tambayoyina masu tsanani, Sri Yukteswar ya amsa kawai, "Ba zan sake zuwa Kidderpore ba." Na ɗan lokaci, Jagora ya yi rawar jiki kamar yaro mai tsoro.

("Haɗin kai da zama a jiki, wanda ke fitowa daga yanayinsa [watau, yana tasowa daga tushen da ya gabata, abubuwan da suka faru a baya na mutuwa]," in ji Patanjali, **42-5**. "yana nan a ɗan lokaci ko da a cikin manyan waliyyai." A cikin wasu jawabansa game da mutuwa, malamina ya saba ƙara da cewa: "Kamar yadda tsuntsu mai dogon gida ke jinkirin barin gidansa na yau da kullun idan an buɗe ƙofar.")

"Guruji" Ni an roki shi tare da wani kuka, "kada ki fadī hakan! Ba a taɓa cikakken bayani waɗancan kalmomi zuwa ni!"

Fuskar Sri Yukteswar ta yi sanyi cikin murmushi mai natsuwa. Duk da cewa ya kusa cika shekaru tamanin da ɗaya, ya yi kyau da karfi.

Ina jin daɗin kowace rana a cikin hasken kaunar malamina, ba tare da an faɗi ba amma ina jin daɗi sosai, na kawar da duk wata alama da ya bayar game da kusantowar mutuwar da tunanina.

"Yallaɓai, *Kumbha Mela* za ta yi taro a wannan watan a Allahabad." Na nuna wa Master kwanakin *bikin* a cikin almanac na Bengali. **42-6**

"Yi kai da gaske so zuwa tafi?"

Ban ji yadda Sri Yukteswar ya ki yarda na bar shi ba, sai na ci gaba, "Da zarar ka ga Babaji mai albarka a wani wuri mai suna Allahabad *kumbha* . Wataƙila a wannan karon zan yi sa'ar ganinsa."

"Ba na tsammanin za ka haɗu da shi a can ba." Sai malamina ya yi shiru, bai so ya kawo cikas ga shirye-shiryena ba.

Lokacin da na tashi zuwa Allahabad washegari tare da ƙaramin rukuni, Jagora ya albarkace ni a hankali kamar yadda ya saba. Da alama ban san abubuwan da ke cikin halin Sri Yukteswar ba domin Ubangiji yana son ya cece ni daga wahalar da na sha, ba tare da taimako ba, don in shaida rasuwar malamina. Kullum yana faruwa a rayuwata cewa, a lokacin mutuwar waɗanda nake ƙauna ƙwarai, Allah ya shirya ni da tausayi don in kasance nesa da wurin. **42-7**

Kungiyarmu ta isa *Kumbha Mela* a ranar 23 ga Janairu, 1936. Taro mai yawan jama'a kusan biyu Mutane miliyan sun kasance abin birgewa, har ma da abin mamaki. Hazakar mutanen Indiya ta musamman ita ce girmamawa da aka samu a cikin manoma mafi ƙasƙanci don darajar Ruhu, da kuma ga sufaye da sadhus waɗanda suka bar alaƙar duniya don neman mai duba. Akwai mayaudara da munafukai, amma Indiya tana girmama kowa saboda 'yan kaɗan waɗanda ke haskaka ƙasar da albarkar sama. Mutanen Yamma waɗanda ke kallon babban abin kallo suna da dama ta musamman don jin bugun ƙasar, ƙwazon ruhaniya wanda Indiya ke bin ta ba tare da kashe wutar lantarki ba kafin lokacin.



The mace yogi, Shankari Mai Jiew, kawai rayuwa almajiri na Lallai mai girma Trailanga Swami.

Mutumin da ke zaune kai tsaye kusa da ita shine Swami Benoyananda, darektan makarantar yoga ta Ranchi ta yara maza a Bihar. An ɗauki hoton a Hardwar *Kumbha Mela* a shekarar 1938; matar mai tsarki a lokacin tana da shekaru 112.



Krishnananda, a Lallai 1936 Allahabad *Kumbha Mela* , tare da nasa gurgunta masu cin ganyayyaki zaki.



Baranda mai hawa biyu ta gidan ibada na Serampore na Sri Yukteswar. Ina zaune (a tsakiya) a kafafun malamina.

Ranar farko kungiyarmu ta yi ta kallon mutane sosai. Ga masu wanka marasa adadi, suna nutsewa cikin kogin mai tsarki don gafarar zunubai; a can mun ga bukukuwan

ibada masu tsarki; a can ga hadayu na ibada da aka watsa a kafafun tsarkaka masu kura; juyawar kawunanmu, da layin giwaye, dawakai masu kyalli da rakuman Rajputana masu tafiya a hankali da aka kawo, ko kuma wani faretin addini mai ban sha'awa na

tsirara sadus, kafa hannu sandunan sarauta na zinariya kuma azurfa, ko tutoci kuma masu watsa shirye-shirye na mai laushi karammiski.

Masu anchorite sanye da mayafin ciki kawai suna zaune a hankali cikin kananan kungiyoyi, jikinsu ya shafa tokar da ke kare su daga zafi da sanyi. Idon ruhaniya ya bayyana a goshinsu da wani wuri guda na man sandal. Dubban mutane masu aski sun bayyana, sanye da rigunan ocher kuma suna d'auke da sandar gora da kwano na roko. Fuskokinsu sun yi haske da Lallai sake yin watsi da zaman lafiya kamar yadda su yi tafiya game da ko an gudanar falsafa tattaunawa tare da almajiransa.

A karkashin bishiyoyi, a kusa da manyan tarin katako masu konewa, akwai kyawawan sadhus, **42-8** gashinsu a kitse kuma a nade a saman kawunansu. Wasu suna da gemu tsawon kafafu da yawa, a nade su a daure su. Suna yin bimbini a hankali, ko kuma su mika hannayensu don albarka ga Masu bara da ke wucewa, maharajas a kan giwaye, mata sanye da *saris masu launuka daban-daban* - munduwa da safansu suna kara, *fakirs* masu siririn hannu suna rife da abin mamaki a sama, *brahmacharis* suna d'auke da kayan aikin tunani, masu tawali'u wafanda suka boye farin ciki na ciki. Sama da karar mun ji kiran kararrawa na haikalin ba tare da tsayawa ba.

A rana ta biyu ta bikinmu, *ni* da abokan aikina muka shiga ashrams daban-daban da bukkoki na wucin gadi, muna ba da *kyaututtuka* ga mutane masu tsarki. Mun sami albarkar shugaban reshen *Giri* na Swami Order - wani siririn malamin addini mai son zaman lafiya tare da idanunsa masu murmushi. Ziyararmu ta gaba ta kai mu wani gidan ibada wanda malaminsa ya cika alkawarin shiru da cin abinci mai tsauri na 'ya'yan itace tsawon shekaru tara da suka gabata. A kan babban daki a zauren ashram, wani makaho mai suna Pragla Chakshu ya zauna, wanda ya koyi abubuwa da yawa a cikin *shastras* kuma dukkan kungiyoyi suna girmama shi sosai.

Bayan na yi dan gajeren jawabi a cikin harshen Hindi game da *Vedanta*, kungiyarmu ta bar wurin ibada mai natsuwa don gaishe da wata swami da ke kusa da ita, Krishnananda, wata kyakkyawar sufi mai kunci mai launin shuɗi da kafadu masu ban sha'awa. Zakiyar da ke zaune kusa da shi ta kasance mai ladabi. Ta yarda da kyawun ruhin sufi - ba haka ba ne, na tabbata, ga karfin jikinsa! - dabbar daji ta ki duk nama don son shinkafa da madara. Swami ya koya wa dabbar mai gashi mai laushi furta " *Aum* " cikin wani babban gunaguni mai ban sha'awa - mai bautar kyanwa!

Gamuwarmu ta gaba, wata hira da wani matashi mai ilimi, an yi cikakken bayani a cikin littafin tarihin tafiye-tafiyen Mr. Wright mai kayatarwa.

"Mun hau kan babbar hanyar Ford ta ratsa kananan kogin Ganges a kan wata gadar pontoon mai kara, muna rarrafe kamar macizai a cikin taron jama'a da kuma kan hanyoyi masu kunkuntar da ke karkace, muna wucewa a gefen kogin wanda Yoganandaji ya nuna mini a matsayin wurin taron Babaji da Sri Yukteswarji."

Bayan mun sauka daga motar, mun yi tafiya mai nisa ta cikin hayakin wutar sadhus mai kauri da kuma ratsa yashi mai santsi har muka isa ga tarin kananan gidaje masu laka da bambaro. Mun tsaya a gaban daya daga cikin wadannan gidaje marasa mahimmanci na dan lokaci, tare da kofar shiga mara kofa, mafakar Kara Patri, wani matashi mai yawo wanda aka san shi da hazakarsa ta musamman. A can ya zauna, yana kan tarin bambaro, abin rufe kansa kawai - kuma abin da kawai ya mallaka shi ne zane mai kama da na fata da aka lullube a kafafunsa.

"Hakika fuskar allahntaka ta yi mana murmushi bayan mun rarrafe a kan dukkan huɗu cikin gidan kuma *aka yi mana suna* a kafafun wannan ruhu mai haske, yayin da fitilar kananzir da ke bakin kofar ta yi walkiya mai ban mamaki,"

Inuwa mai rawa a bangon da aka yi da ciyawa. Fuskarsa, musamman idanunsa da hakoransa cikakke, sun yi haske kuma suna sheki. Duk da cewa na yi mamakin Hindu, yanayinsa yana bayyana sosai; yana cike da sha'awa, kauna, da daukaka ta ruhaniya. Babu wanda za a iya kuskure game da girmansa.

"Ka yi tunanin rayuwar farin ciki ta wanda ba shi da alaƙa da duniyar abin duniya; ba shi da matsalar tufafi; ba shi da sha'awar abinci, ba ya roko, ba ya taɓa abincin da aka dafa sai a wasu ranaku, ba shi da taɓawa ɗauke da kwano na roko; babu duk wani rikici na kuɗi, ba a taɓa sarrafa kuɗi ba, ba a taɓa adana abubuwa ba, koyausha ina dogara ga Allah; ba a damuwa da sufuri, ba a taɓa hawa motoci ba, amma koyausha ina tafiya a gefen kogunan alfarma; ba a taɓa zama a wuri ɗaya fiye da mako guda don guje wa duk wani ci gaban haɗin kai ba.

"Wannan rai mai tawali'u! Na koyi abubuwa da yawa a *Vedas*, kuma ina da digiri na MA da kuma taken *shastri* (master of scriptures) daga Jami'ar Benares. Wani babban ji ya mamaye ni yayin da nake zaune a kafafunsa; duk ya zama kamar amsa ga sha'awar da nake da ita ta ganin ainihin, tsohuwar Indiya, domin shi wakili ne na gaske na wannan kasar ta manyan ruhohi."

Na tambayi Kara Patri game da rayuwarsa ta yawo. "Ba ki da wani karin tufafi don hunturu?" "A'a, wannan ya isa."

"Yi kai kawo kowane littattafai?"

"A'a, ina koya wa mutane waɗanda suke son su ji ni tun

daga farko." "Me kuma kake yi?"

"Ni yawo ta hanyar Lallai Ganges."

Da na ji waɗannan kalmomi masu natsuwa, sai na ji sha'awar sauƙin rayuwarsa. Na tuna da Amurka, da duk nauyin da ke kan kafadata.

"A'a, Yogananda," na yi tunani, cikin bakin ciki na ɗan lokaci, "a wannan rayuwar da kake yawo a kusa da Ganges ba ta dace da kai ba."

Bayan da sadhu ya gaya mini wasu abubuwa na ruhaniya da ya fahimta, sai

na yi tambaya a bazata. "Shin kana ba da waɗannan bayanai ne daga labarin

Littafi Mai Tsarki, ko kuma daga abin da ya faru a ciki?"

"Rabi daga littafi ilimi," shi ya amsa tare da wani kai tsaye murmushi, "kuma rabi daga kwarewa.

Mun zauna cikin farin ciki na ɗan lokaci cikin shiru na tunani. Bayan mun bar wurinsa mai tsarki, na ce wa Mr. Wright, "Sarki ne yana zaune a kan karagar zinare."

Mun ci abincin dare a wannan daren a filin *mela* a farkashin taurari, muna cin abinci daga faranti masu ganye da aka manne tare da sanduna. An rage yawan wanke-wanke a Indiya!

Kwanaki biyu na *kumbha mai ban sha'awa* ; sannan na sake kallon Taj Mahal a arewa maso yamma tare da gabar Jumna zuwa Agra. Na sake kallon Taj Mahal; a cikin tunawa, Jitendra ya tsaya a gefena, yana mamakin mafarkin da aka yi da marmara. Sannan na nufi ashram na Brindaban na Swami Keshabananda.

Manufar neman Keshabananda tana da alaƙa da wannan littafin. Ban taɓa mantawa da buƙatar Sri Yukteswar na rubuta rayuwar Lahiri Mahasaya ba. A lokacin da nake Indiya ina amfani da kowace dama ta tuntuɓar almajiran Yogavatar kai tsaye. Na yi rikodin tattaunawarsu a cikin bayanai masu yawa, na tabbatar da gaskiya da kwanan wata, na kuma tattara hotuna, tsoffin wasiku, da takardu. Fayil dɪn Lahiri Mahasaya na ya fara karuwa; Na fahimci da damuwa cewa a gabana akwai ayyuka masu wahala a cikin rubutun. Na yi addu'a cewa zan iya zama daidai da matsayina na mai rubuta tarihin rayuwar babban malamin. Da yawa daga cikin almajiransa suna jin tsoron cewa a cikin wani rubutu za a iya raina maigidansu ko a yi masa ba daidai ba.

"Da kyar mutum zai iya yin adalci cikin kalmomin sanyi ga rayuwar halittar Allah," in ji Panchanon Bhattacharya a wani lokaci.

Sauran almajiran da ke kusa sun gamsu da boye Yogavatar a cikin zukatansu a matsayin jagora marar mutuwa. Duk da haka, ina tunawa da hasashen Lahiri Mahasaya game da tarihin rayuwarsa, ban yi kasa a gwiwa ba wajen tabbatar da gaskiyar rayuwarsa ta waje.

Swami Keshabananda ya tarbi liyafarmu da kyau a Brindaban a cikin katafaren gininsa na Katayani Peith Ashram, wani babban gini na tubali mai manyan ginshikai baki, wanda aka gina a cikin wani kyakkyawan lambu. Ya jagorance mu a Sau ɗaya a cikin ɗakin zama an ƙawata shi da babban hoton Lahiri Mahasaya. yana gab da cika shekaru casa'in, amma jikinsa mai tsoka yana haskaka ƙarfi da lafiya. Da dogon gashi da gemu mai launin duser ƙanƙara, idanunsa suna walƙiya da farin ciki, ya kasance kamar uba. Na sanar da shi cewa ina son in ambaci sunansa a cikin littafina game da masters na Indiya.

"Don Allah ka gaya min game da rayuwarka ta farko." Na yi murmushi ina roko; manyan yogis galibi ba sa sadarwa.

Keshabananda ya yi wata alama ta tawali'u. "Babu wani lokaci na waje. Kusan rayuwata ta kasance a cikin keɓantattun wurare na Himalayas, ina tafiya da kafa daga kogo mai natsuwa zuwa wani. Na ɗan lokaci ina kula da ƙaramin ashram a wajen Hardwar, kewaye da bishiyoyi masu tsayi a kowane gefe. Wuri ne mai natsuwa da matafiya ba su ziyarta ba, saboda kasancewar macizai a ko'ina." Keshabananda ya yi dariya. "Daga baya ambaliyar ruwa ta Ganges ta share wurin da macizai da macizai suka yi. Almajiraina suka taimaka mini wajen gina wannan ashram na Brindaban."

Wani daga cikin ƙungiyarmu ya tambayi swami yadda ya kare kansa daga damisar

Keshabananda ya girgiza kansa. "A wadannan tsaunukan ruhaniya masu girma," in ji shi, "dabbobin daji ba sa cin zarafin yogis. Da zarar na shiga daji na haɗu da damisa fuska da fuska. Da fitar maniyyi na kwatsam, dabbar ta yi ta juyawa kamar ta koma dutse." Swami ya sake yin dariya game da tunaninsa.

"Lokaci-lokaci Ni hagu nawa keɓewa zuwa ziyarci nawa guru a cikin Benares. Shi an yi amfani da shi zuwa barkwanci tare da ni sama nawa

ba tare da karewa ba tafiye-tafiye a cikin Lallai Himalaya daji.

"Kana da alamar sha'awar yawo a kafafunka,' ya gaya mini sau ɗaya. 'Ina farin ciki cewa tsaunukan Himalaya masu tsarki suna da faɗi sosai don su mamaye ka.'

"Sau da yawa," Keshabananda ya ci gaba, "kafin da kuma bayan rasuwarsa, Lahiri Mahasaya ya bayyana a gabana a zahiri. A gare shi babu wani tsayin Himalayan da ba za a iya isa gare shi ba!"

Bayan awanni biyu, ya jagorance mu zuwa baranda mai cin abinci. Na yi ajiyar zuciya cikin rashin jin daɗi. Wani abincin kwano goma sha biyar! Kasa da shekara guda na karimcin Indiya, kuma na kara fam hamsin! Duk da haka, da an ɗauke shi a matsayin babban rashin kunya a ki duk wani abincin, wanda aka shirya da kyau don liyafa mara iyaka don girmamawa ta. A Indiya (babu wani wuri, kai!) Ana ɗaukar swami mai kyau a matsayin abin sha'awa. **42-10**



Mr. Wright, kaina, Miss Bletch -- a cikin Misira



Rabindranath Tagore, wahayi mawaki na Bengal, kuma Nobel Mai Kyauta a cikin adabi



Ni da Mr. Wright mun dauki hoto tare da Swami Keshabananda mai daraja da kuma wani almajiri a gidan ibada mai daraja da ke Brindaban.

Bayan abincin dare, Keshabananda jagora ni zuwa wani keɓancewa kusurwa.

"Naku isowa shine ba wanda ba a zata ba," shi in ji shi. "Ni

suna da wani saƙo don kai." Na yi mamaki; babu wanda ya

san shirina na ziyartar Keshabananda.

"A lokacin da nake yawo a bara a arewacin Himalayas kusa da Badrinarayan," in ji swami, "Na rasa hanyata. Mafaka ta bayyana a cikin wani babban kogo, wanda babu kowa a ciki, kodayake garwashin wuta yana haskakawa a cikin wani rami a cikin kasa mai duwatsu. Ina mamakin wanda ke cikin wannan wurin hutawa na kadaici, na zauna kusa da wutar, ina kallon kofar shiga kogon da hasken rana ke haskakawa.

"Keshabananda, ina farin ciki da ka zo nan." Waɗannan kalmomin sun fito daga bayana. Na juya, na firgita, kuma na yi mamakin ganin Babaji! Babban malamin ya bayyana kansa a cikin wani kogo. Ina matuƙar farin ciki da sake ganinsa bayan shekaru da yawa, na yi sujada a kafafunsa masu tsarki.

"Na kira ka nan,' Babaji ya ci gaba da cewa. 'Shi ya sa ka rasa hanyarka aka kai ka gidana na wucin gadi a cikin wannan kogo. Lokaci ya yi da muka haɗu da shi na karshe; ina farin cikin sake gaishe ka.'

"Babban malamin da ba shi da rai ya albarkace ni da wasu kalmomi na taimako na

ruhaniya, sannan ya kara da cewa: 'Ina ba ku saƙo ga Yogananda. Zai ziyarce ku idan ya dawo Indiya. Abubuwa da yawa da suka shafi malaminsa da kuma almajiran Lahiri da suka tsira za su ci gaba da mamaye Yogananda gaba ɗaya. To, ku gaya masa cewa ba zan gan shi a wannan karon ba, kamar yadda yake fatan alheri; amma zan gan shi a wani lokaci.'"

Ni ya kasance zurfi taɓa zuwa karɓa daga Keshabananda's lebe wannan ta'aziyya alkawari daga Babaji. A

wani ciwo a zuciyata ya face; Ban sake yin bakin ciki ba cewa, kamar yadda Sri Yukteswar ya nuna, Babaji bai bayyana a *Kumbha Mela* ba.

Kashe kudfi daya dare kamar yadda baki na Lallai ashram, namu biki saita fita Lallai masu biyo baya rana zuwa Calcutta. Muna hawa kan gadar Kogin Jumna, mun ji daɗin kallon sararin samaniyar Brindaban kamar yadda rana ta kunna wuta a sararin samaniya - wata tanderu ta gaske ta Vulcan mai launi, wadda take bayyana a karkashinmu a cikin ruwan da ke shiru.

Bakin tekun Jumna yana cike da tunawa da yaron Sri Krishna. A nan ya yi mu'amala da shi. Zaki mara laifi a cikin *lilas dīnsa* (wasan kwaikwayo) tare da *gopis* (kuyangi), yana misalta kaunar sama wanda har abada akwai tsakanin wani allahntaka shiga jiki kuma nasa masu bauta. The rayuwa na Ubangiji Krishna Masu sharhi da yawa na Yamma sun yi kuskuren fahimtarsa. Misalin Littaifi Mai Tsarki yana da ban mamaki ga tunanin zahiri. Kuskuren ban dariya da wani mai fassara ya yi zai bayyana wannan batu. Labarin ya shafi wani waliyyi mai wahayi na zamanin da, Ravidas mai yin kwali, wanda ya rera waka cikin sauki na cinikin ɗaukakar ruhaniya da aka boye a cikin dukkan bil'adama:

A karkashin Lallai babba rumbun ajiya na shudi
Rayuwa Lallai allahntaka sanye da kaya a cikin boye.

Mutum ya juya gefe don boye murmushinsa bayan jin fassarar mai tafiya a kasa da aka bai wa waƙar Ravidas ta wani marubuci na Yamma:

"Daga baya ya gina bukka, ya kafa gunki a cikinta wanda ya yi da fatarsa, sannan ya yi ibada a cikinta."

Ravidas ɗan'uwa ne ga babban Kabir. Daya daga cikin manyan chelas na Ravidas shine Rani na Chitor. Ta gayyaci ɗimbin Brahmins zuwa wani biki don girmama malaminta, amma sun ƙi cin abinci tare da mai yin kwalaba mai tawali'u. Yayin da suke zaune cikin girmamawa don cin nasu. abincin da ba shi da gurbata, ga shi! kowanne Brahmin ya sami siffar Ravidas a gefensa. Wannan hangen nesa na taro ya cimma farfadowar ruhaniya mai yawa a Chitor.

Cikin 'yan kwanaki ƙaramin rukuninmu ya isa Calcutta. Ina sha'awar ganin Sri Yukteswar, na yi takaici da jin cewa ya bar Serampore kuma yanzu yana Puri, kimanin mil ɗari uku zuwa kudu.

"Ku zo Puri ashram nan take." An aika wannan sakon waya a ranar 8 ga Maris ta hannun wani ɗan'uwa almajiri zuwa ga Atul Chandra. Roy Chowdhry, ɗaya na Digiri

na biyu Chelas a cikin Calcutta. Labarai na Lallai saƙo isa kunnuwana; cikin baƙin ciki a nasa abubuwan da suka faru, Ni an jefar zuwa nawa gwiwoyi kuma roƙo Allah wancan nawa na malaman addini a ceci rai. Yayin da nake shirin barin gidan Baba zuwa jirgin kasa, wata murya mai tsarki ta yi magana a ciki.

"Yi ba je zuwa Puri yau da dare. Naku addu'a ba za a iya ba shi an bayar."

"Ya Ubangiji," na ce, cikin bakin ciki, "Ba ka son yin faɗa da ni a cikin 'ja-ja-da-mamaki' a Puri, inda za ka ki addu'o'ina na ci gaba da yi wa Ubangiji addu'a. To, dole ne ya tafi don manyan ayyuka bisa ga umarninka?"

Domin bin umarnin da ke cikin zuciyata, ban bar wannan daren zuwa Puri ba. Da yamma na biyo baya tashi zuwa jirgin kasa; a kan hanya, da karfe bakwai, wani gajimare baki na taurari ya rufe sararin samaniya ba zato ba tsammani . **11** Daga baya, yayin da jirgin ke kara zuwa Puri, sai ga wahayin Sri Yukteswar ya bayyana a gabana. Yana zaune, fuskarsa cike da haske, da haske a kowane gefe.

"Shin komai ya kare?" Na daga

hannuwana ina rokon Allah. Ya gyada

kai, sannan ya bace a hankali.

Yayin da nake tsaye a kan dandamalin jirgin Puri washegari da safe, ina fatan ba zan sake samun bege ba, sai wani mutum da ba a san ko waye ba ya zo kusa da ni.

"Ka ji cewa Malaminka ya tafi?" Ya bar ni ba tare da wata kalma ba; Ban taɓa gano ko wanene shi ba kuma ban taɓa sanin inda zai same ni ba.

Cikin mamaki, na yi girgiza a kan bangon dandamali, na fahimci cewa ta hanyoyi daban-daban malamina yana kokarin isar mini da mummunan labarin. Ina cikin tashin hankali, raina ya yi kama da dutsen mai aman wuta. Lokacin da na isa gidan zuri'ar Puri, na kusa rugujewa. Muryar ciki tana maimaitawa a hankali: "Ka tattara kanka. Ka kwantar da hankalinka."

Na shiga dakin ashram inda jikin Jagora, wanda ba za a iya tunaninsa ba, yake zaune a cikin yanayin lotus - hoton lafiya da kyau. Jim kafan kafin rasuwarsa, malamina ya dan yi rashin lafiya da zazzabi, amma kafin ranar da ya hau zuwa ga Infinite, jikinsa ya warke gaba daya. Ko da sau nawa na kalli siffarsa mai kyau ban san cewa rayuwarsa ta bace ba. Fatarsa tana da santsi da laushi; a fuskarsa akwai kyakkyawan bayyanar natsuwa. Ya saki jikinsa da gangan a lokacin da aka kira shi da asiri.

"The Zaki na Bengal shine tafi!" Ni yi kuka a cikin wani daze.

Na gudanar da bukukuwan addini a ranar 10 ga Maris. An binne Sri Yukteswar a **ranar 42-12** tare da tsoffin al'adun swamis a cikin lambun ashram dinsa na Puri. Daga baya almajiransa suka zo daga nesa da kusa don girmama malaminsu a wani bikin tunawa da vernal equinox. *Amrita Bazar Patrika* , babbar jaridar Calcutta, ta dauki hotonsa da rahoton mai zuwa:

bikin mutuwar Srimat Swami Sri Yukteswar Giri Maharaj, mai shekaru 81, a Puri a ranar 21 ga Maris. Almajirai da yawa sun zo Puri don bikin.

Daya daga cikin manyan masu ba da labarin *Bhagavad Gita* , Swami Maharaj babban almajiri ne na Yogiraj Sri Shyama Charan Lahiri Mahasaya na Benares. Swami Maharaj shi ne wanda ya kafa cibiyoyin Yogoda Sat-Sanga (Self-Realization Fellowship) da dama a Indiya, kuma shi ne babban abin da ya ba da kwarin gwiwa a bayan kungiyar yoga wadda Swami Yogananda, d'ansa, ya kai zuwa Yamma.

babban almajiri. Ikon annabci na Sri Yukteswarji da zurfin fahimtarsa ne suka zaburar da Swami Yogananda ya ketare tekuna ya kuma yafa sakon malaman Indiya a Amurka.

Fassararsa ta *Bhagavad Gita* da sauran littattafai sun tabbatar da zurfin jagorancin Sri Yukteswarji na falsafa, na Gabas da Yamma, kuma ya ci gaba da zama abin buɗe ido ga haɗin kai tsakanin Gabas da Yamma. Kamar yadda ya yi imani da haɗin kan dukkan addinai, Sri Yukteswar Maharaj ya kafa *Sadhu Sabha* (Kungiyar Waliyyai) tare da haɗin gwiwar shugabannin kungiyoyi da addinai daban-daban, don kera ruhin kimiyya a cikin addini. A lokacin rasuwarsa, ya zaɓi Swami Yogananda wanda zai gaje shi a matsayin shugaban *Sadhu Sabha*.

Indiya ta fi talauci a yau saboda rasuwar irin wannan babban mutum. Allah ya sa duk wanda ya yi sa'a ya kusance shi ya koya wa kansa ainihin ruhin al'adun Indiya da kuma *sadhana* wanda aka siffanta shi a cikinsa.

Na koma Calcutta. Ban amince da kaina ba tukuna don zuwa gidan ibada na Serampore tare da abubuwan tunawa masu tsarki, sai na kira Prafulla, karamin almajirin Sri Yukteswar a Serampore, na kuma yi masa shiri don shiga makarantar Ranchi.

"Da safe da ka tafi Allahabad *mela* ," Prafulla ya gaya mini, "Master ya yi kasa sosai a tashar jiragen ruwa ta davenport. "

"'Yogananda ya tafi!' ya yi kuka. 'Yogananda ya tafi!' Ya kara a boye, 'Dole ne in gaya masa wata hanya.' Sai ya zauna na tsawon sa'o'i yana shiru."

Kwanakina sun cika da laccoci, darussa, hirarraki, da kuma sake haɗuwa da tsofaffin abokaina. A karkashin murmushin da ba a iya misaltawa da rayuwa ta aiki ba tare da wani jinkiri ba, wani kwararowar bakin ciki ya gurbata kogin farin ciki na ciki wanda tsawon shekaru da yawa ya mamaye karkashin yashi na dukkan fahimtata.

"Ina wannan baiwar Allah ta tafi?" Na yi kuka a hankali daga cikin zurfin

ruhun da ke shan azaba. Babu amsa da aka bayar.

"Ya fi kyau Malam ya kammala haɗinsa da kaunataccen Cosmic," in ji zuciyata ta tabbatar min. "Yana haskakawa har abada a cikin mulkin rashin mutuwa."

"Ba za ki sake ganinsa a tsohon gidan Serampore ba," zuciyata ta yi kuka. "Ba za ki sake kawo abokanki su tarye shi ba, ko kuma ki yi alfahari da cewa: 'Ga shi, *Jnanavatar na Indiya yana nan* !'"

Mista Wright ya shirya wa tawagarmu ta jirgin ruwa daga Bombay zuwa Yamma a farkon watan Yuni. Bayan makonni biyu a watan Mayu na liyafar bankwana da

jawabai a Calcutta, ni da Miss Bletch muka tafi a jirgin Ford zuwa Bombay. Da isowarmu, hukumomin jirgin ruwan sun nemi mu soke tafiyarmu, domin ba a sami wurin da za a yi wa Ford ba, wanda za mu sake bukata a Turai.

"Ba za a taɓa yin irin wannan ba hankali," Ni ya ce cikin bakin ciki zuwa Mr. Wright.
"Ni so zuwa dawo sau ɗaya Kara zuwa Puri. Ni a hankali

an kara, "Bari mu gani nawa hawaye sau ɗaya kuma ruwa Lallai kabari na nawa guru."

42-1 : A zahiri, *param* , mafi girma; *hansa* , swan. An wakilta *hansa* a cikin labarin littafi mai tsarki a matsayin abin hawa na Brahma, Mafi girma Ruhu; kamar yadda Lallai alama na nuna wariya, Lallai fari *hansa* swan shine tunani na kamar yadda iya zuwa daban Lallai gaskiya ne *Soma* nectar daga cakuda madara da ruwa. *Ham-sa* (wanda ake furtawa *hong-sau*) kalmomi ne guda biyu masu tsarki na Sanskrit waɗanda ke da alaƙa da numfashi mai shigowa da mai fita. *Aham-Sa* a zahiri yana nufin "Ni ne Shi."

42-2 : Su suna da gabaɗaya kauce wa Lallai wahala ta hanyar magance matsalar ni kamar yadda *Yallaɓai* .

42-3 : A Lallai Puri ashram, Swami Sebananda shine har yanzu mai gudanarwa wani karami, yana bunƙasa yoga makaranta don samari, kuma Kungiyoyin bimbini na manya. Taro na waliyyai da masana suna taruwa a can lokaci-lokaci.

42-4 : A sashe na Calcutta.

42-5: *Karin Magana* : II:9.

42-6 : Addini *melas* su ne an ambata a cikin Lallai na da *Mahabharata* . The 'Yan China matafiyi Hieuen Tsiang yana da hagu wani Labarin wani babban *Mela na Kumbha da aka gudanar a shekara ta 644 AD a Allahabad*. Ana gudanar da babban *Mela a kowace shekara ta 12; na biyu mafi girma (Ardha ko rabi) Kumbha* yana faruwa a kowace shekara ta shida. Kananan *mela* suna taruwa kowace shekara ta uku, suna jawo hankalin kusan masu ibada miliyan ɗaya. Birane huɗu masu tsarki *na mela* sune Allahabad, Hardwar, Nasik, da Ujjain.

Matafiya na farko na ƙasar Sin sun bar mana hotuna masu ban sha'awa game da al'ummar Indiya. Firist ɗin ƙasar Sin, Fa-Hsien, ya rubuta wani labari na nasa goma sha ɗaya shekaru a cikin Indiya a lokacin Lallai mulki na Chandragupta II (da wuri Na huɗu karni). The 'Yan China marubuci ya ce: "A duk faɗin ƙasar babu wanda ya kashe wani abu mai rai, ko Ba sa kiwon aladu ko tsuntsaye; babu wani..... ya sha ruwan inabi.

mu'amala a cikin shanu, a'a mahauta shaguna ko masu sayar da abinci. Dakuna tare da gadaje kuma katifu, abinci kuma tufafi, su ne an bayar ga firistoci mazauna da kuma masu tafiya ba tare da wata shakka ba, kuma wannan iri ɗaya ne a kowane wuri. Firistoci suna shagaltuwa da kyautatawa hidima kuma tare da yin waƙa ibada; ko su zauna a cikin tunani. Fa-Hsien yana gaya mu Lallai 'Yan Indiya mutane sun kasance masu farin ciki da gaskiya; hukuncin kisa ba a san .shi ba

42-7 : Ni ya kasance ba yanzu a Lallai mace-mace na nawa uwa, dattijo ɗan'uwa Ananta, mafi tsufa 'yar'uwa Romawa, Jagora, Uba, ko na wasu almajirai na kud da kud.

(.Baba an wuce a kunne a Calcutta a cikin 1942, a Lallai shekaru na tamanin da tara)

42-8 Kwamitin zartarwa mai shugabanni bakwai, wanda ke wakiltar dubban daruruwan 'yan kabilar Sadhus na Indiya, yana karkashin jagorancin kwamitin zartarwa bakwai babba sassa na Indiya. The yanzu *mahamandaleswar* ko shugaban kasa shine Joyendra Puri. Wannan waliyyai Mutum yana da matuƙar kamewa, sau da yawa yana takaita maganarsa ga kalmomi uku - Gaskiya, Soyayya, da Aiki. Tattaunawa mai kyau!

42-9 : Akwai hanyoyi da yawa, kamar yadda ya bayyana, don yin wayo fiye da damisa. Wani mai bincike ɗan ƙasar Ostiraliya, Francis Birtles, ya ba da labarin cewa ya sami dazuzzukan Indiya "masu bambanci, kyawawa, kuma masu aminci." Abin sha'awa na tsaronsa shine takardar tashi. "Kowace dare ina yaɗa adadi mai yawa na zanen gado a kusa nawa sansani kuma ya kasance ba za a taɓa yi ba damuwa," shi an bayyana. "The dalili shine ilimin halin dan Adam. The damisa shine dabba mai mutunci mai girma. Yana yawo yana ƙalubalantar mutum har sai ya zo wurin takardar tashi; sannan ya yi baya. Babu wani damisa mai mutunci da zai yi ƙarfin halin fuskantar ɗan adam bayan ya durkusa a kan takardar tashi mai manne!

42-10 : Bayan Ni an dawo zuwa Amurka Ni ya ɗauki kashe sittin da biyar fam.

42-11 : Sri Yukteswar an wuce a wannan awa-7:00 PM, Maris 9, 1936.

42-12 : Al'adun jana'iza a Indiya suna buƙatar a ƙona gawawwakin masu gida; ba a ƙona gawawwakin ruwa da sauran sufaye, amma binne. (Akwai su ne lokaci-lokaci banbance-banbance.) The gawawwaki na sufaye su ne a alamance an yi la'akari da zuwa an ƙona su a cikin wutar hikima a lokacin ɗaukar alkawarin sufaye.

BABI: 43

The Tashin Matattu Na Sri Yukteswar

"Ya Ubangiji Krishna!" Kyakkyawan siffar hoton ya bayyana a cikin wani haske mai walkiya yayin da nake zaune a dakina a Regent Hotel da ke Bombay. Ina haskakawa a kan rufin wani babban gini a gefen titi, wahayin da ba a iya fadɓi ba ya bayyana a idona ba zato ba tsammani yayin da na kalli tagar bene na uku da ke buɗe.

Mutumin allahntaka ya yi mini hannu, yana murmushi yana gyada kai yana gaishe ni. Lokacin da ban fahimci ainihin sakon Ubangiji Krishna ba, sai ya tafi da alamar albarka. Cikin farin ciki, na ji cewa an tsara wani abu na ruhaniya.

An soke tafiyar da na yi ta Yamma a yanzu. An tsara min yin jawabai da dama a Bombay kafin in tafi ziyarar komawa Bengal.

Ina zaune a kan gadona a otal din Bombay da karfe uku na rana na ranar 19 ga Yuni, 1936 - mako guda bayan wahayin Krishna - sai na farka daga tunani na da haske mai kyau. Kafin na buɗe da idanu masu mamaki, duk dakin ya canza zuwa wata duniya mai ban mamaki, hasken rana ya canza zuwa ga kyawun sama.

Rakuman farin ciki sun mamaye ni yayin da na ga siffar Sri Yukteswar da

jini! "Dana!" Malam ya yi magana cikin taushi, a fuskarsa murmushi mai

ban mamaki na mala'ika.

A karon farko a rayuwata ban durkusa a kafafunsa ina gaishe shi ba, amma nan take na ci gaba da tafiya don tattara shi cikin jin yunwa a hannuna. Lokaci na lokaci! Bakin cikin watanni da suka gabata ya yi min nauyi, na kirga shi da nauyi a kan farin cikin da ke saukowa yanzu.

"Malam nawa, kaunataccen zuciyata, me ya sa ka bar ni?" Na kasance cikin rashin jituwa cikin farin ciki mai yawa. "Me yasa?" ya yi kai bari ni je zuwa Lallai *Kumbha Mela* ? Yaya da daci suna da Ni zargi kaina don tafiya kai!"



"by B. K. Mitra a cikin "Kalyana- Kalpatur-

KRISHNA, TSOHO ANNABI NA INDIA

Ra'ayin wani mai zane na zamani game da malamin allahntaka wanda shawararsa ta ruhaniya a cikin *Bhagavad Gita* ta zama Littafi Mai Tsarki na Hindu. An nuna Krishna a cikin zane-zanen Hindu tare da gashin tsuntsu mai siffar dawaki a cikin gashinsa (alamar *lila ta Ubangiji* , wasa ko wasan kwaikwayo), kuma yana ɗauke da sarewa, wanda bayanansa masu ban sha'awa ke farkar da masu bauta, ɗaya bayan ɗaya, daga barcinsu na *maya* ko ruɗin sararin samaniya.

"Ban so in tsoma baki cikin farin cikin da kake yi na ganin wurin aikin hajji inda na fara Na haɗu da Babaji. Na bar ka na ɗan lokaci kaɗan; shin ba na tare da kai kuma?

"Amma *kai ne* , Malam, wannan Zakin Allah? Kana sanye da gawa kamar wadda na binne a farkashin mummunan yashi na Puri?"

"Eh, ɗana, ni ɗaya ne. Wannan jiki ne na jiki da jini. Ko da yake ina ganinsa a matsayin na zahiri, a ganinka yana da jiki. Daga kwayoyin halittar sararin samaniya na kirkiri sabon jiki gaba ɗaya, kamar jikin mafarkin sararin samaniya wanda ka sanya a farkashin yashi na mafarki a Puri a duniyar mafarkinka. A gaskiya an tashe ni daga matattu - ba a duniya ba amma a duniyar taurari. Mazauna cikinta sun fi ɗan adam na duniya iya cika ka'idodi na masu girma. A can kai da kaunattunka masu ɗaukaka za ku kasance tare da ni wata rana."

"Ba ya mutuwa guru, gaya ni Kara!"

Malam ya yi dariya mai sauri da fara'a. "Don Allah, masoyiyata," in ji shi, "ba za ka sassauta min ba ?"

"Kafan kafan!" Na rungume shi da rikon dorinar ruwa. Na iya gane irin wannan kamshi mai laushi, mai kamshi, na halitta wanda ya kasance siffa ta jikinsa a da. Tabawarsa mai ban sha'awa

Naman allahntaka yana ci gaba da kasancewa a cikin gefen hannuna da kuma a tafukan hannuwa duk lokacin da na tuna waƙannan lokutan masu ɗaukaka.

"Kamar yadda ake aiko annabawa a duniya don taimaka wa mutane su fahimci karmarsu ta zahiri, haka ni ma na sami umarni daga gare su." Allah zuwa yi hidima a kunne wani astral duniya kamar yadda wani mai ceto," Sri Yukteswar an bayyana. "Yana shine Ana kiran *Hiranyaloka* ko 'Duniyar Hasken Astral.' A can ina taimaka wa halittu masu ci gaba su kawar da karma ta astral don haka su sami 'yanci daga sake haihuwar taurari. Mazauna Hiranyaloka suna da ci gaba sosai a ruhaniya; dukkansu sun sami, a cikin halittarsu ta ƙarshe ta duniya, ikon tunani da aka ba su na barin jikinsu na zahiri a lokacin mutuwa. Babu wanda zai iya shiga Hiranyaloka sai dai idan ya wuce duniya fiye da yanayin *sabikalpa samadhi* zuwa mafi girman yanayin *nirbikalpa samadhi* . **43-1**

"Mazauna Hiranyaloka sun riga sun ratsa ta cikin sararin samaniya na yau da kullun, inda kusan dukkan halittu daga duniya dole ne su tafi bayan sun mutu; a can sun gano iri da yawa na ayyukansu na baya a cikin duniyar taurari. Babu wani sai halittu masu ci gaba da zai iya yin irin wannan aikin fansa a cikin duniyar taurari. Sannan, domin 'yantar da rayukansu gaba ɗaya daga cikin alamun karmic da ke cikin jikin taurarinsu, an jawo waƙannan halittu masu girma ta hanyar dokar sararin samaniya don a sake haifar su da sabbin jikin taurari a Hiranyaloka, rana ko sama, inda na tashi daga matattu don taimaka musu. Akwai kuma halittu masu ci gaba sosai a Hiranyaloka waƙanda suka fito daga duniyar sama, mai zurfi, mai dalili."

Yanzu hankalina ya kwanta sosai da na malamina har yana isar min da hotunansa wani ɓangare ta hanyar magana, wani ɓangare kuma ta hanyar canja tunani. Don haka na fara karɓar littattafansa da sauri.

"Kun karanta a cikin littattafai," in ji Jagora, "cewa Allah ya lullube ran ɗan adam a cikin jiki uku a jere - ra'ayin, ko jiki mai dalili; jikin taurari mai zurfi, wurin tunanin mutum da kuma yanayin motsin rai; da kuma jikin jiki mai tsanani. A duniya mutum yana da nasabarsa ta zahiri. Halittar taurari tana aiki da saninsa da motsinsa da kuma jikin da aka yi da lifetrans.

43-2 Mutum mai jiki mai dalili yana nan a cikin duniyar ra'ayoyi masu farin ciki. Aikina yana tare da waƙannan halittun taurari waƙanda ke shirin shiga duniyar dalili.

"Malam mai kyau, don Allah ka yi min ƙarin bayani game da sararin samaniyar taurari." Duk da cewa na ɗan sassauta rungumar da na yi bisa buƙatar Sri Yukteswar, hannuna har yanzu suna tare da shi. Taska ta fi komai. taska, malamina wanda ya yi dariya da mutuwa don ya isa gare ni!

"Akwai duniyoyi da yawa na taurari, waƙanda ke cike da halittun taurari," in ji Jagora. "Mazauna suna amfani da jiragen sama na taurari, ko tarin haske, don tafiya

daga wata duniya zuwa wata, fiye da wutar lantarki da makamashin rediyoaktif.

"Sararin sararin samaniya, wanda aka yi shi da raurawar haske da launi iri-iri, ya fi sararin samaniya girma sau ɗari. Duk halittar zahiri tana rataye kamar karamin kwando mai karfi a farkashin babban balan-balan mai haske na duniyar taurari. Kamar yadda rana da taurari da yawa na zahiri ke yawo a sararin samaniya, haka nan akwai tsarin taurari da taurari marasa adadi. Duniyoyinsu suna da rana da wata na taurari, wadanda suka fi na zahiri kyau. Hasken taurari suna kama da taurarin taurari.

borealis- astral aurora mai hasken rana yana da ban sha'awa fiye da wata mai haske-aurora. Dare da rana na astral sun fi na duniya tsayi.

"Duniyar taurari tana da kyau sosai, tsafta, tsafta, kuma tana da tsari. Babu taurari matattu ko fasa mara hayaniya. Tabo na duniya - ciyayi, kwayoyin cuta, kwari, macizai - ba su nan. Ba kamar yanayi da yanayi masu canzawa na duniya ba, taurarin taurari suna kiyaye yanayin zafi daidai na bazara mai dorewa, tare da dusar fankara mai haske lokaci-lokaci da ruwan sama na haske masu launuka iri-iri. Duniyoyin taurari suna da yawa a cikin tafkunan opal da tekuna masu haske da kogunan bakan gizo.

"Sararin taurari na yau da kullun - ba aljannar taurari mai zurfi ta Hiranyaloka ba - yana cike da mutane da ita miliyoyin halittun taurari waɗanda suka fito, ko da kwanan nan, daga duniya, da kuma tarin aljanu, tsuntsayen teku, kifaye, dabbobi, goblins, gnomes, demigots da ruhohi, duk suna zaune a kan duniyoyi daban-daban na taurari bisa ga cancantar karmic. Ana samar da gidaje daban-daban na sararin samaniya ko yankuna masu girgiza don ruhohin kirki da na mugunta. Nagartattu na iya tafiya cikin 'yanci, amma mugayen ruhohi an takaita su a yankuna masu iyaka. Kamar yadda mutane ke rayuwa a saman duniya, tsutsotsi a cikin fasa, kifi a cikin ruwa, da tsuntsaye a cikin iska, don haka halittun taurari masu matsayi daban-daban ana sanya su a wuraren da suka dace na girgiza.

"Daga cikin mala'ikun duhu da suka faɗi waɗanda aka kora daga wasu duniyoyi, gogayya da yaƙi suna faruwa da bama-bamai masu rai ko kuma *bugun zuciya* **43-3** Haskoki masu girgiza. Waɗannan halittu suna zaune a yankunan da suka cika da duhu na kananan sararin samaniyar taurari, suna yin aikin mugun Karmarsu.

"A cikin manyan wurare sama da gidan yarin taurari masu duhu, komai yana da haske da kyau. Sararin samaniyar taurari ya fi dacewa da duniya da nufin Allah da tsarin kamala. Kowane abu na taurari yana bayyana ne ta hanyar nufin Allah, kuma wani ɓangare ta hanyar kiran nufin halittun taurari. Suna da ikon gyara ko haɓaka alheri da siffar duk wani abu da aka riga aka kirƙira ta hanyar Ubangiji. Ya bai wa 'ya'yansa na taurari 'yanci da gata na canzawa ko inganta sararin samaniyar taurari gwargwadon iyawarsu. A duniya dole ne a canza dattin zuwa ruwa ko wani siffa ta hanyar hanyoyin halitta ko na sinadarai, amma dattin astral ana canza shi zuwa ruwa, iskar gas, ko makamashi kawai nan take ta hanyar nufin mazauna.

"Duniya ta yi duhu da yake-yake da kisan kai a cikin teku, fasa, da iska," malamina ya ci gaba, "amma taurarin taurarin sun ci gaba, "amma taurarin taurarin sun yi duhu sosai." dauloli sani wani mai farin ciki jituwa kuma daidaito. Tauraron Astral halittu rushewar abu ko suna bayyana siffarsu yadda suka ga dama. Furanni ko kifi ko dabbobi na iya canzawa, na ɗan lokaci, zuwa cikin Mazan taurari. Duk halittun taurari suna da 'yancin ɗaukar kowace siffa, kuma suna iya yin mu'amala cikin sauki. Babu wata doka ta halitta da ta kafe, tabbatacciya, da ta kewaye su - kowace

bishiyar taurari, misali, za a iya samun nasara an nemi a samar da mangwaro mai siffar astral ko wani 'ya'yan itace, fure, ko kuma wani abu da ake so.

Akwai wasu ka'idodi na karmic, amma babu wani bambanci a duniyar taurari game da sha'awar siffofi daban-daban. Komai yana da haske tare da hasken halittar Allah.

"Babu wanda aka haifa daga mace; 'ya'yan taurari suna samuwa ta hanyar taimakon ikon sararin samaniyarsu zuwa siffofi na musamman, wadanda aka hada da taurari. Wannan halitta da ba ta da jiki kwanan nan ta zo cikin dangin taurari ta hanyar gayyata, wanda irin wadannan halaye na tunani da ruhaniya suka jawo.

"Jikin taurari ba ya fuskantar sanyi ko zafi ko wasu yanayi na halitta. Tsarin halittar jiki ya haɗa da kwakwalwar taurari, ko kuma hasken lotus mai siffar furanni dubu-dubu, da kuma cibiyoyi shida da aka farka a cikin *sushumna*, ko kuma astral cerebro-spinal axis. Zuciya tana jawo kuzarin sararin samaniya da haske daga kwakwalwar astral, sannan ta tura ta zuwa ga jijiyoyin astral da kwayoyin jiki, ko kuma lifetrans. Halittun astral na iya shafar jikinsu ta hanyar karfin rayuwa ko kuma girgizar *mantric*.

"Jikin taurari daidai yake da siffar jiki ta karshe. Halittun taurari suna riƙe da kamannin da suka kasance a lokacin kuruciya a zamaninsu na baya a duniya; wani lokacin wani halitta mai taurari yana zaɓar, kamar ni, don ci gaba da bayyanar tsufarsa." Jagora, wanda ya fito daga ainihin kuruciya, ya yi dariya cikin farin ciki.

"Ba kamar duniyar zahiri mai girma uku da ke kewaye da sararin samaniya da ma'anoni biyar kawai suka sani ba, duniyar taurari suna bayyane ga fahimtar ji ta shida mai cike da dukkan abubuwan da suka haɗa," in ji Sri Yukteswar. "Ta hanyar jin daɗin fahimta, duk halittun taurari suna gani, ji, kamshi, daɗɗana, da taɓawa. Suna da idanu uku, biyu daga cikinsu an rufe su kaɗan. Ido na uku kuma babban ido na taurari, wanda aka sanya a tsaye a goshinsa, shine a buɗe. Halittun taurari suna da dukkan gabobin ji na waje - kunnuwa, idanu, hanci, harshe, da fata - amma suna amfani da fahimtar fahimta don jin ji ta kowace sashe na jiki; suna iya gani ta kunne, ko hanci, ko fata. Suna iya ji ta idanu ko harshe, kuma suna iya daɗɗana ta kunne ko fata, da sauransu. **43-4**

"Jikin mutum yana fuskantar haɗari marasa adadi, kuma yana iya ji rauni ko rauni cikin sauki; jikin astral na ethereal na iya yankewa ko rauni a wasu lokutan amma yana warkewa nan take ta hanyar son rai kawai."

"Gurudeva, su ne duk astral mutane kyau?"

"Kyawun duniyar taurari an san shi da cewa hali ne na ruhaniya, ba siffar waje ba," Sri Yukteswar ya amsa. "Saboda haka halittun taurari ba sa ba da muhimmanci ga fuskokinsu. Duk da haka, suna da damar yin ado da kansu yadda suka ga dama da sabbin jikuna masu launi, masu kama da taurari. Kamar yadda mutanen duniya ke sanya sabbin abubuwa don abubuwan da suka faru na gala, haka nan halittun taurari ke samun lokutan da za su yi ado da kansu a cikin siffofi na musamman.

"Bikin taurari masu farin ciki a kan manyan taurari kamar Hiranyaloka yana faruwa ne lokacin da aka 'yantar da wani halitta daga duniyar taurari ta hanyar ci gaban ruhaniya, saboda haka yana shirye ya shiga sama ta duniyar dalili. A irin waɗannan lokutan Uban Sama Mai Ganuwa, da tsarkaka waɗanda aka haɗa su cikinsa, suna bayyana kansu cikin jikunan da suka zaɓa kuma suna shiga bikin taurari. Domin faranta wa mai bauta masa kaunatacce rai, Ubangiji yana ɗaukar kowace siffa da

ake so. Idan Mai bauta wa Allah ta hanyar ibada, yana ganin Allah a matsayin Uwar Allahntaka. Ga Yesu, siffar Uba ta Wanda Ba Shi da Iyaka ta kasance abin sha'awa fiye da sauran ra'ayoyi. Kebancewar da Mahalicci ya bai wa kowanne daga cikin halittunsa ya sa kowane abu da za a iya tunani da shi ba zai yiwu ba. bukatar Ubangiji ya yi amfani da damarsa!" Ni da malamina muka yi dariya cikin farin ciki tare.

"Abokan wasu rayuwa suna gane juna cikin sauƙi a duniyar taurari," Sri Yukteswar ya ci gaba da muryarsa mai kyau da kama da sarewa. "Suna farin ciki da rashin mutuwa na abota, suna fahimtar rashin halakar soyayya, sau da yawa ana shakkarta a lokacin rabuwar rayuwa ta duniya mai ban tausayi da ruɗani.

"The fahimta na astral halittu huda ta hanyar Lallai mayafi kuma yana lura ɗan adam ayyuka a kunne duniya, amma mutum ba zai iya kallon duniyar taurari ba sai dai idan hankalinsa na shida ya ɗan bunkasa. Dubban mazauna duniya sun hango wani abu na taurari ko duniyar taurari na ɗan lokaci.

"Halittun da ke kan Hiranyaloka galibi suna farkawa cikin farin ciki a cikin dogon taurarin dare da rana, suna taimakawa wajen magance matsalolin da suka shafi mulkin sararin samaniya da kuma fansar 'ya'yan banza, rayuka masu rai a duniya. Lokacin da halittun Hiranyaloka ke barci, suna da wahayi kamar mafarkin taurari lokaci-lokaci. Hankalinsu yawanci yana cikin yanayin sanin cewa ni'imar *nirbikalpa ta fi girma*."

"Mazauna a duk sassan duniyar taurari har yanzu suna fuskantar azabar tunani. Hankalin halittu masu hankali a cikin duniyoyi kamar Hiranyaloka suna jin zafi sosai idan aka yi kuskure a cikin ɗabi'a ko fahimtar gaskiya. Waɗannan halittu masu ci gaba suna ƙoƙarin daidaita kowane aiki da tunani tare da cikakkiyar dokar ruhaniya."

"Sadarwa tsakanin mazauna taurari gaba ɗaya tana da alaƙa da fasahar telepathy ta astral da talabijin; babu wani rudani da rashin fahimtar kalmar da aka rubuta da magana da mazauna duniya dole ne su jure. Kamar yadda mutane a allon sinima ke motsawa da aiki ta hanyar jerin hotuna masu haske, kuma ba sa numfashi a zahiri, haka nan halittun taurari ke tafiya da aiki a matsayin hotunan haske masu jagora da daidaitawa, ba tare da bukatar ɗaukar iko daga iskar oxygen ba. Mutum ya dogara da abubuwa masu ƙarfi, ruwa, iskar gas, da makamashi don rayuwa; halittun taurari galibi suna rayuwa ne ta hanyar hasken sararin samaniya."

"Ya shugabana, shin halittun taurari suna cin wani abu?" Ina shan abin da ya yi mini bayani mai ban mamaki tare da ƙarɓar dukkan basirata - hankalina, zuciyata, da raina. Ra'ayoyin gaskiya masu zurfi game da gaskiya gaskiya ne kuma ba sa canzawa, yayin da abubuwan da suka faru da kuma ra'ayoyin da ba su daɗe ba ba su wuce na ɗan lokaci ko kuma gaskiya ba, kuma nan da nan na rasa duk wani haske da suke da shi. Kalmomin malamina sun yi tasiri sosai a kan takardar rayuwata ta yadda a kowane lokaci, ta hanyar mayar da hankalina zuwa yanayin da ba shi da tabbas, zan iya sake rayuwa da abin da ya faru a cikin allahntaka.

"Mai haske kama da ray kayan lambu yalwa a cikin Lallai astral ƙasa," shi ya amsa. "The astral halittu suna cin kayan lambu, kuma suna shan ruwan tsami mai gudana daga mabubɓugan haske masu daraja da kuma daga rafukan astral da koguna. Kamar yadda hotunan mutane marasa ganuwa a duniya za a iya tono su daga ether kuma a bayyana su ta hanyar na'urar talabijin, daga baya a sake jefa su cikin sararin samaniya, haka nan zane-zanen taurari da Allah ya halitta, waɗanda ba a gani ba na kayan lambu da tsire-tsire da ke iyo a cikin ether suna zubewa a kan duniyar taurari. ta hanyar Lallai nufin na nasa mazauna. A cikin Lallai iri ɗaya hanya, daga Lallai mafi kyawun daji mai ban sha'awa na waɗannan halittu, dukkan lambunan furanni

masu kamshi an yi su ne da kayan halitta, suna komawa daga baya ga rashin ganuwa ta etheric.

Duk da cewa mazaunan taurarin sama kamar Hiranyaloka kusan sun 'yantu daga duk wani bukatar cin abinci, har yanzu akwai wanzuwar rayuka kusan gaba daya da aka 'yantar a cikin duniyar dalili, waɗanda ba sa cin komai sai manna na ni'ima.

"Halittar taurarin da aka 'yantar da ita a duniya tana haɗuwa da ɗimbin dangi, ubaye, uwaye, mata, mazaje, da abokai, waɗanda aka samu a lokacin halittu daban-daban a duniya, **43-5** kamar yadda suke bayyana lokaci zuwa lokaci a sassa daban-daban na duniyar taurari. Saboda haka, ya rasa fahimtar wanda zai so musamman; yana koyo ta wannan hanyar don ba da kauna ta allahntaka da daidai ga kowa, a matsayin yara da

bayyanannun siffofi na Allah. Ko da yake bayyanar kaunatattunmu ta canza, ko da kuwa ta canza bisa ga ci gaban sabbin halaye a cikin sabuwar rayuwar kowace irin rai, halittar taurari tana amfani da fahimtarsa mara kuskure don gane duk waɗanda a da suke kauna a gare shi a wasu tsare-tsaren rayuwa, da kuma maraba da su zuwa sabon gidansu na taurari. Domin kowace kwayar halitta a cikin halitta an kawata ta da halaye na musamman, **43-6** Za a gane abokin taurari komai irin suturar da zai iya sakawa, kamar yadda a duniya ake gano asalin ɗan wasan kwaikwayo ta hanyar lura sosai duk da ɓoye sirrinsa.

"Tsawon rayuwa a duniyar taurari ya fi tsayi fiye da na duniya." Tauraron taurari na yau da kullun mai ci gaba Matsakaicin tsawon rayuwar mutum yana daga shekaru ɗari biyar zuwa dubu ɗaya, wanda aka auna daidai da ma'aunin lokaci na duniya. Kamar yadda wasu bishiyoyin ja suka fi yawancin bishiyoyi tsawon shekaru aru-aru, ko kuma kamar yadda wasu yogis ke rayuwa shekaru ɗaruruwa duk da cewa yawancin maza suna mutuwa kafin su kai shekaru sittin, haka nan wasu halittun astral ke rayuwa fiye da yadda aka saba a rayuwar astral. Baki zuwa duniyar astral suna zama a can na tsawon lokaci ko gajere daidai da nauyin karma na zahiri, wanda ke jawo su zuwa duniya cikin takamaiman lokaci.

"Halittar taurari ba dole ba ne ta fuskanci mutuwa cikin azaba a lokacin da take zubar da jikinsa mai haske. Duk da haka, da yawa daga cikin waɗannan halittu suna jin ɗan tsoro idan suka yi tunanin barin siffar taurarinsu don wani abu mai zurfi. Duniyar taurari ba ta da mutuwa da son rai, cuta, da tsufa. Waɗannan tsoro guda uku la'anar duniya ce, inda mutum ya bar saninsa. zuwa gano kanta kusan gaba ɗaya tare da wani mai rauni jiki jiki bukata mai dorewa taimako daga iska, abinci, da barci domin ya wanzu kwata-kwata.

"Mutuwa ta jiki tana faruwa ne sakamakon ɓacewar numfashi da kuma wargajewar kwayoyin halitta na jiki. Mutuwar astral ta kunshi watsawar kwayoyin halitta masu rai, waɗannan sassan kuzari da suka kunshi rayuwar halittun astral. A mutuwar jiki, wani abu yana rasa saninsa game da jiki kuma yana sanin jikinsa mai zurfi a duniyar astral. Yin fama da mutuwar astral a kan lokaci, a haka ne yake wucewa daga sanin haihuwar taurari da mutuwa zuwa haihuwar zahiri da mutuwa. Waɗannan zagayowar abubuwan da ke sake faruwa na astral da na zahiri sune kaddarar da ba za a iya kawar da ita ba ga dukkan halittu marasa wayewa. Ma'anonin Littafi Mai Tsarki na sama da jahannama wani lokacin suna motsa zurfin tunanin mutum fiye da tunaninsa. tunanin na nasa dogo jerin na abubuwan da suka faru a cikin Lallai mai farin ciki astral da kuma duniyoyin duniya masu ban haushi."

"Mai kaunataccen Malami," na tambaya, "don Allah za ka yi bayani dalla-dalla game da bambanci tsakanin sake haihuwa a duniya da kuma a cikin sararin samaniya da kuma abubuwan da suka faru?"

"Mutum a matsayin rai na musamman yana da alaƙa da dalilai," in ji malamina.

"Wannan jiki matrix ne." na Lallai talatin da biyar *ra'ayoyi* ake bukata ta hanyar Allah kamar yadda Lallai na asali ko dalili tunani karfi daga wanda daga baya ya samar da jikin taurari mai zurfi na abubuwa goma sha tara da kuma jikin zahiri na abubuwa goma sha shida.

"Abubuwa goma sha tara na jikin taurari sune tunani, motsin rai, da kuma rayuwa mai karfi. Abubuwa goma sha tara sune hankali; girman kai; ji; hankali (hankali-sani); kayan aiki guda biyar na *ilimi* , da kuma waɗanda suka dace da jin daɗɗin gani, ji, kamshi, dandani, taɓawa; kayan aiki guda biyar na *aiki* , da kuma yadda kwakwalwa ke da ikon yin haihuwa, fitar da maniyyi,

Kwarewar magana, tafiya, da motsa jiki da hannu; da kayan aiki guda biyar na *karfin rai*, waɗanda aka ba su ikon yin ayyukan lu'ulu'u, haɗa su, kawar da su, narkewar su, da kuma zagayawa cikin jiki. Wannan boyewar taurarin abubuwa goma sha tara yana tsira daga mutuwar jiki na zahiri, wanda aka yi shi da abubuwa goma sha shida na karfe da waɗanda ba na karfe ba.

"Allah ya yi tunanin ra'ayoyi daban-daban a cikin kansa kuma ya haɓɓaka su zuwa mafarkai. Ta haka ne Mafarkin Lady Cosmic ya fito da ado da dukkan kayan adonta marasa iyaka na dangantaka.

"A cikin nau'ikan tunani talatin da biyar na jikin dalili, Allah ya fayyace dukkan sarkakiyar rayuwar ɗan adam ta goma sha tara." astral kuma goma sha shida jiki takwarorinsu. Ta hanyar danshi na rawar jiki karfi, Da farko, mai zurfi, sannan kuma mai tsanani, Ya samar da jikin mutum na taurari kuma a karshe siffarsa ta zahiri. Bisa ga dokar dangantaka, wanda Prime Simplicity ya zama mai rikitarwa, sararin samaniya da jikin dalili sun bambanta da sararin samaniya da jikin taurari; sararin samaniya da jikin zahiri suma suna da bambanci da sauran nau'ikan halitta.

"Jikin jiki an yi shi ne da mafarkai masu tsari da aka tsara na Mahalicci. Abubuwa biyu suna nan a duniya koyausha: cuta da lafiya, zafi da jin daɗi, asara da riba. Mutane suna samun iyaka da juriya a cikin abubuwa masu girma uku. Lokacin da sha'awar mutum ta rayuwa ta girgiza sosai ta hanyar cuta ko wasu dalilai, mutuwa ta zo; babban rufin jiki yana zubar da na ɗan lokaci. Duk da haka, rai yana nan a cikin jikin taurari da na dalili. **43-7** Karfin mannewa da ake haɗa dukkan gawawwakin uku shine sha'awa. Karfin sha'awa da ba a cika ba shine tushen dukkan bauta ga ɗan adam.

"Sha'awar jiki ta samo asali ne daga girman kai da jin daɗin ji. Tilasta ko jarabar kwarewar ji ta fi karfi fiye da karfin sha'awa da ke da alaƙa da abubuwan da suka shafi taurari ko fahimtar dalili."

"Sha'awar taurari tana da alaƙa da jin daɗi dangane da rawar jiki. Halittun taurari suna jin daɗin kiɗan sararin samaniya na sararin samaniya kuma suna sha'awar ganin dukkan halittu a matsayin bayyanar haske mara karewa. Halittun taurari kuma suna jin kamshi, ɗanɗani, da taɓa haske. Don haka sha'awar taurari suna da alaƙa da ikon halittar taurari na haifar da dukkan abubuwa da gogewa a matsayin nau'ikan haske ko tunani ko mafarki masu rikitarwa.

"Dalili sha'awa su ne cika ta hanyar fahimta kawai. The kusan babu kuɗi halittu Hukumar Lafiya ta Duniya su ne a cikin akwati kawai a cikin jikin dalili suna ganin dukkan duniya a matsayin abubuwan da suka faru na ra'ayoyin mafarki na Allah; suna iya bayyana komai da komai a cikin tunani mai zurfi. Saboda haka, halittun dalili suna ɗaukar jin daɗin abubuwan da ke faruwa a zahiri ko jin daɗin taurari a matsayin mummunan abu da ke shakewa ga kyawawan motsin rai. Halittun dalili

suna aiwatar da sha'awarsu ta hanyar sanya su cikin jiki nan take. **43-8** Wadanda suka ga kansu a rufe da labulen jikin dalili ne kawai za su iya kawo sararin samaniya cikin bayyanawa koda a matsayin Mahalicci. Domin dukkan halitta an yi ta ne da yanayin mafarki na sararin samaniya, rai da ke sanye da sirara a cikin dalili yana da fa'idodi masu yawa na iko.

"Rayuwa, kasancewar ba a iya ganinta ta yanayi, ana iya bambanta ta ne kawai ta hanyar kasancewar jikinta ko jikinta." kawai kasancewar na wani jiki yana nuna wancan nasa wanzuwa shine yi mai yiwuwa ta hanyar rashin cikawa sha'awa. **43-**

"Muddin ran mutum yana cikin akwati ɗaya, biyu, ko uku, wanda aka rufe shi da karfi da jahilci da sha'awa, ba zai iya haɗuwa da teku na Ruhu ba." Idan babban An lalata wurin ajiyar kayan jiki ta hanyar guduma ta mutuwa, sauran murfin guda biyu - astral da dalili - har yanzu yana nan don hana rai shiga Rayuwar Komai da saninsa. Lokacin da rashin sha'awa ya samu ta hanyar hikima, ikonsa yana wargaza tasoshin biyu da suka rage. Karamin ran ɗan adam ya fito, a karshe ya 'yantu; ya zama ɗaya da Girman da Ba a Ma'auni ba."

Ni ya tambaya nawa allahntaka guru zuwa rumfa ƙarin haske a kunne Lallai mai girma kuma abin mamaki dalili duniya.

"Duniyar da ta haifar da matsala ba ta da wani bayani," ya amsa. "Domin a fahimce ta, mutum zai yi don ya mallaki irin wannan ƙarfin tattarawa mai girma wanda zai iya rufe idanunsa ya hango sararin samaniyar taurari da sararin samaniyar zahiri a cikin dukkan faɗinsu - balan-balan mai haske tare da kwandon ƙarfi - kamar yadda yake a cikin ra'ayoyi kawai. Idan ta wannan ƙarfin da ya fi ƙarfin ɗan adam mutum ya yi nasarar canza ko warwarewa Lallai biyu kosmos tare da duk nasu rikitarwa cikin a bayyane ra'ayoyi, shi zai to isa ga duniyar dalili kuma ya tsaya a kan iyakar haɗin kai tsakanin hankali da abu. A can mutum yana fahimtar dukkan abubuwan da aka halitta - abubuwa masu tauri, ruwa, iskar gas, wutar lantarki, makamashi, dukkan halittu, alloli, mutane, dabbobi, tsirrai, ƙwayoyin cuta - a matsayin nau'ikan sani, kamar yadda mutum zai iya rufe idanunsa ya gane cewa yana wanzuwa, duk da cewa jikinsa ba a iya gani ga idanunsa na zahiri kuma yana nan ne kawai a matsayin ra'ayi.

"Duk abin da ɗan adam zai iya yi cikin zato, wani abu mai dalili zai iya yi a zahiri. Babban tunanin ɗan adam mai tunani yana iya, a zuciya kawai, daga wani mummunan tunani zuwa wani, ya tsallake tunani daga duniya zuwa duniya, ko ya faɗi cikin ramin har abada, ko ya tashi kamar roka cikin rufin galaxie, ko ya yi walkiya kamar hasken bincike akan hanyoyin madara da sararin samaniya. Amma halittu a cikin duniyar dalili suna da 'yanci mafi girma, kuma suna iya bayyana tunaninsu cikin sahihanci nan take, ba tare da wani toshewar abu ko ta taurari ko iyakancewar karmic ba.

"Halittun da ke haifar da sanadi sun fahimci cewa sararin samaniyar zahiri ba a gina shi da electrons ba, kuma ba a gina shi da electrons ba." Tsarin sararin samaniyar taurari wanda aka gina shi da lifetrans - a zahiri an halicce su ne daga ƙananan ƙwayoyin halittar tunanin Allah, an yanka su kuma an raba su da *maya*, dokar dangantaka wadda ke shiga tsakani don raba Noumenon daga abubuwan da Ya halitta.

"Ruhu a duniyar dalili suna gane juna a matsayin wurare na musamman na Ruhu mai farin ciki; tunaninsu su ne kawai abubuwan da ke kewaye da su. Halittun dalili

sunan ganin bambanci tsakanin jikinsu da tunaninsu a matsayin ra'ayoyi kawai. Kamar yadda mutum, yana rufe idanunsa, zai iya hango wani farin haske mai haske ko ɗan duhun shuɗi, don haka halittu masu dalili ta hanyar tunani kaɗai suna iya gani, ji, ji, dandana, da taɓawa; suna kirƙirar komai, ko kuma suna narkar da shi, ta hanyar ikon tunanin sararin samaniya."

"Mutuwa da sake haihuwa a duniyar dalili duka suna cikin tunani." Halittu masu rai suna cin abinci ne kawai a kan dalili. Suna shan ruwa daga maɓuɓɓugan salama, suna yawo a kan kasa mara hanya ta fahimta, suna iyo cikin ni'ima marar iyaka ta teku. Ga shi! suna ganin tunaninsu mai haske - jikinsu yana zagayawa ta hanyar taurari da Ruhu ya halitta, sabbin kumfa na sararin samaniya, taurari masu hikima, mafarkai masu ban mamaki na nebulae na zinariya, a ko'ina cikin kirjin Infinity mai shuɗi!

"Mutane da yawa suna wanzuwa tsawon dubban shekaru a cikin sararin samaniyar dalili. Ta hanyar zurfafan farin ciki, rai mai 'yanci zai janye kansa daga karamin jikin dalili kuma ya sanya faɗin sararin samaniyar dalili. Duk ra'ayoyi daban-daban, rakuman iko na musamman, kauna, nufin, farin ciki, zaman lafiya, fahimta, natsuwa, kame kai, da hankali suna narkewa cikin Tekun Ni'ima mai cike da farin ciki. Ba dole ba ne rai ya sake jin daɗinsa a matsayin rakuman sani na musamman, amma an haɗa shi cikin Tekun Duniya ɗaya, tare da dukkan rakumansa - dariya ta har abada, abubuwan farin ciki, da kuma abubuwan da ke motsa shi.

"Idan rai ya fito daga cikin gawarwakin uku, yana tserewa har abada daga dokar dangantaka kuma ya zama wanda ba a iya faɗi ba har abada." **43-10** Ga malam buɗe ido na ko'ina, fikafikansa cike da taurari da wata da rana! Rai ya faɗaɗa zuwa Ruhu shi kaɗai a cikin yankin haske mara haske, duhu mara duhu, tunani mara tunani, cike da farin ciki a cikin mafarkin Allah na halittar sararin samaniya."

"A kyauta rai!" Ni fitar maniyyi a cikin mamaki.

"Lokacin da rai ya fito daga cikin tuluna uku na ruɗin jiki," in ji Jagora, "ya zama ɗaya da Marar iyaka ba tare da wani asarar kebancewa ba. Kristi ya sami wannan 'yanci na karshe tun kafin a haife shi a matsayin Yesu. A mata kai uku na abin da ya gabata, wanda aka kwatanta a rayuwarsa ta duniya a matsayin kwanaki uku na abin da ya fuskanta na mutuwa da tashinsa daga matattu, ya sami ikon tashi gaba ɗaya cikin Ruhu.

"Mutumin da ba shi da ci gaba dole ne ya fuskanci nau'ikan halittu marasa adadi na duniya da na taurari da kuma na dalili domin ya fito daga jikinsa uku. Ubangiji wanda ya sami wannan 'yanci na karshe zai iya zaɓar komawa duniya a matsayin annabi don dawo da wasu mutane ga Allah, ko kuma kamar ni, zai iya zaɓar zama a cikin sararin samaniyar taurari. A can, mai ceto yana ɗaukar nauyin karma na mazauna **43-11**. kuma ta haka ne yake taimaka musu su kawo karshen zagayowar sake haihuwa a cikin sararin samaniyar taurari su ci gaba har abada zuwa ga yanayin dalili. Ko kuma rai mai 'yanci zai iya shiga duniyar dalili don taimaka wa halittunsa su rage tsawon lokacin da suke a cikin jikin dalili don haka su sami cikakken 'yanci."

"Wanda Ya Tashi Daga Matattu, ina so in kara sani game da karma wanda ke tilasta rayuka su koma cikin duniyoyi uku." Na yi tunani, har abada, game da Ubangijina mai sanin komai. A rayuwarsa ta duniya, ban taɓa samun damar haɗa hikmarsa da yawa a lokaci guda ba. Yanzu a karon farko na sami fahimta mai haske game da ma'anonin da ke cikin allunan duba rai da mutuwa.

"Dole ne a kammala karma ko sha'awar mutum gaba ɗaya kafin zamansa na dindindin a duniyar taurari ya zama mai yiwuwa," in ji malamina cikin muryarsa mai ban sha'awa. "Irin halittu biyu suna rayuwa. a cikin Lallai astral kwalla. Waɗannan

Hukumar Lafiya ta Duniya har yanzu suna da na duniya karma zuwa zubar na kuma Hukumar Lafiya ta Duniya Saboda haka dole ne a sake rayuwa a cikin jiki mai tsanani domin biyan basussukan karmic dɪnsu, bayan mutuwar jiki, za a iya rarraba su a matsayin baki na wucin gadi zuwa duniyar taurari maimakon zama na dindindin.

"Ba a yarda da halittu masu karma na duniya ba bayan mutuwar taurari su je babban yanayin ra'ayoyin sararin samaniya, amma dole ne su yi tafiya zuwa da dawowa daga duniyar zahiri da ta taurari kawai, suna sane da jikinsu na zahiri na abubuwa goma sha shida, da kuma jikinsu na taurari na abubuwa goma sha tara masu rauni. Bayan kowace asarar jikinsa na zahiri, duk da haka, wani abu da ba a ci gaba da ci gaba ba.

Kasancewa daga duniya ya kasance mafi yawan lokuta a cikin mummunan barcin mutuwa kuma ba ya san kyawawan yanayin taurari ba. Bayan hutawar taurari, irin wannan mutumin yana komawa ga yanayin zahiri don karin darussa, a hankali yana saba wa kansa, ta hanyar tafiye-tafiye akai-akai, zuwa ga duniyoyin da ke da laushi a cikin yanayin taurari.

"Mazauna na yau da kullun ko wadanda suka dade suna zaune a duniyar taurari, a gefe guda, su ne wadanda, wadanda suka 'yantu daga dukkan sha'awar duniya, ba sa bukatar komawa ga girgizar kasa." Irin wadannan halittu suna da karma ta astral da kuma sanadin da za su iya aiki ne kawai. A lokacin mutuwar astral, wadannan halittu suna wucewa zuwa ga duniyar da ta fi kyau da kuma taushi. Bayan sun zubar da tunanin jikin da ya haifar da sanadi a karshen wani lokaci, wanda dokar sararin samaniya ta kaddara, wadannan halittu masu ci gaba sai su koma Hiranyaloka ko wata duniyar taurari mai tsayi makamanciyar haka, suka sake haifuwa a cikin sabuwar jikin taurari don su aiwatar da karma na taurarinsu da ba a fanshe ba.

"Dana, yanzu za ka iya fahimtar cewa an tashe ni ta hanyar umarnin Allah," Sri Yukteswar ya ci gaba, "a matsayin mai ceton rayukan da suka sake rayuwa a cikin taurari da ke dawowa daga yanayin dalili, musamman, maimakon wadannan halittun taurari da ke fitowa daga duniya. Wadanda suka fito daga duniya, idan har yanzu suna riƙe da ragowar karma na zahiri, ba sa tashi zuwa ga taurarin taurari masu tsayi kamar Hiranyaloka.

"Kamar yadda yawancin mutane a duniya ba su koyi ta hanyar tunani ba - sun sami hangen nesa don fahimtar hakan ta hanyar tunani." mafi kyau farin ciki kuma fa'idodi na astral rayuwa kuma haka, bayan mutuwa, sha'awa zuwa dawo zuwa jin dadin duniya mai iyaka, mara cikawa, da yawa daga cikin halittun taurari, a lokacin wargajewar jikinsu na taurari, sun kasa hango yanayin ci gaba na farin ciki na ruhaniya a cikin duniyar dalili, kuma, suna tunani game da farin cikin taurari mafi muni da ban sha'awa, suna sha'awar sake ziyartar aljannar taurari. Irin wadannan halittu dole ne su fanshi Karma mai nauyi ta taurari kafin su cimma nasara bayan sun kai ga karshe. mutuwar taurari zama na dindindin a cikin duniyar tunani mai dalili, wanda aka raba shi kafan da Mahalicci.

"Sai lokacin da wani halitta ba shi da wani sha'awar gogewa a cikin sararin samaniyar taurari masu dadi, kuma ba za a iya jarabtar sa ya koma can ba, shin zai ci gaba da kasancewa a duniyar dalili. Bayan kammala aikin fansar duk karma na dalili ko tsaba na sha'awar da ta gabata, rai mai daurewa yana fitar da karshen uku na jahilci kuma, yana fitowa daga kwalbar karshe na jikin dalili, yana haɗuwa da Madawwami."

"Yanzu yi kai fahimta?" Jagora murmushi haka abin mamaki!

"Haka ne, ta hanyar naka alheri. Ni am ba shi da magana tare da farin ciki kuma

godiya."

Ban taɓa samun irin wannan ilimin daga waka ko labari ba. Duk da cewa nassoshin Hindu suna magana ne game da duniyar da ke haifar da dalili da taurari da kuma jikin mutum uku, waɗannan shafukan suna da nisa da ma'ana idan aka kwatanta da sahihancin Ubangijina da ya tashi daga matattu! A gare shi, babu wata "ƙasar da ba a gano ba wadda babu wani matafiyi da ya dawo daga ƙasarsa"!

"Hadɓa jikin mutum uku yana bayyana ta hanyoyi da yawa ta hanyar yanayinsa mai kama da uku," nawa mai girma guru ya tafi a kan. "A cikin Lallai mai farkawa jiha a kunne ƙasa wani ɗan adam kasancewa shine sani fiye da ko ƙasa da haka daga cikin motocinsa guda uku. Idan yana da niyyar ɗandana, kamshi, taɓawa, ko sauraro,

ko kuma yana gani, yana aiki ne ta jikinsa na zahiri. Idan yana tunanin ko yana son yin hakan, galibi yana aiki ne ta jikin taurarinsa. Maganinsa na haifar da matsala yana bayyana ne lokacin da mutum yake tunani ko zurfafa cikin zurfin tunani ko tunani; tunanin sararin samaniya na baiwa yana zuwa ga mutumin da ya saba hulɗa da jikinsa na haifar da matsala. A wannan ma'anar, ana iya rarraba mutum a matsayin 'mutum na zahiri,' 'mutum mai kuzari,' ko 'mutum mai hankali.'

"Mutum yana bayyana kansa kimanin sa'o'i goma sha shida a kowace rana tare da abin hawansa na zahiri. Sannan yana barci; idan ya yi mafarki, yana zama a cikin jikinsa na astral, yana kirƙirar kowane abu cikin sauƙi kamar yadda halittun astral suke yi. Idan barcin mutum ya kasance mai zurfi kuma ba shi da mafarki, na tsawon sa'o'i da yawa zai iya canja wurin saninsa, ko jin dadinsa, zuwa ga jikin dalili; irin wannan barcin yana farfadowa. Mai mafarkin yana tuntubar astral dinsa ba jikinsa dalili ba; barcinsa ba shi da cikakken wartsakewa."

Ni yana da kasance cikin ƙauna lura Sri Yukteswar yayin da shi bayar nasa abin mamaki bayani.

"Mala'iku," na ce, "jikinka yayi kama da yadda yake a lokacin da na yi kuka a kansa a cikin ashram na Puri."

"Eh, sabon jikina cikakken kwafi ne na tsohon. Ina canza ko kuma in canza wannan siffar a kowane lokaci da na ga dama, fiye da yadda na saba yi a duniya. Ta hanyar cire kayan jiki cikin sauri, yanzu ina tafiya nan take ta hanyar haske daga duniya zuwa duniya ko, hakika, daga taurari zuwa ga dalilai ko kuma zuwa sararin samaniya na zahiri." Malamina mai tsarki ya yi murmushi. "Ko da yake kana tafiya da sauri haka a kwanakin nan, ban sami matsala wajen samunka a Bombay ba!"

"O Jagora, Ni ya kasance bakin ciki haka zurfi game da naka mutuwa!

"Ah, a ina na mutu? Shin babu wani sabani?" Idanun Sri Yukteswar suna walkiya da ƙauna da nishaɗi.

"Kai dai mafarki kake yi a duniya; a wannan duniya ka ga mafarkina," ya ci gaba. "Daga baya ka binne wannan hoton mafarkin. Yanzu jikina mai kyau - wanda kake gani kuma yanzu kake runguma da shi sosai! - an tashe shi a wata kyakkyawar duniyar mafarkin Allah. Wata rana hakan mafi kyawun jiki da kuma mafi kyawun duniya mafarki za su shuɗe; su ma ba za su kasance har abada ba. Duk kumfa na mafarki dole ne a ƙarshe su fashe a lokacin taɓawa ta ƙarshe. Ka bambanta, ɗana Yogananda, tsakanin mafarkai da Gaskiya!

Wannan ra'ayin *Vedantic* **43-12** tashin matattu ya burge ni da mamaki. Na ji kunyar jin tausayin Malam lokacin da na ga gawarsa a Puri. Daga ƙarshe na fahimci cewa malamina koyaushe yana cikin farke cikin Allah, yana fahimtar rayuwarsa da kuma wucewar duniya, da kuma tashinsa na yanzu, ba komai ba ne illa alaƙar ra'ayoyin

allahntaka a cikin mafarkin sararin samaniya.

"Yanzu na gaya muku, Yogananda, gaskiyar rayuwata, mutuwata, da tashina. Kada ku yi bakin ciki a gare ni; a maimakon haka ku yafa labarin tashina daga duniya ta mutane da Allah ya yi mafarkin su zuwa wata duniyar da Allah ya yi mafarkin ta na rayuka masu ado da taurari! Za a saka sabon bege a cikin zukatan masu mafarkin duniya masu bakin ciki, masu tsoron mutuwa."

"Haka ne, Malam!" Yaya da son rai zai Ni raba tare da wasu nawa farin ciki a nasa tashin matattu!

"A duniya, mizanina sun yi yawa sosai, ba su dace da yanayin yawancin mutane ba. Sau da yawa nakan tsawata maka fiye da yadda ya kamata. Kin ci jarabawata; kaunarki ta haskaka cikin gajimare na duk wani tsawatarwa." Ya kara da taushi, "Na zo yau don in gaya maka: Ba zan sake kallon tsangwama ba. Ba zan kara tsawata maka ba."

Na rasa horon babban malamina! Kowannensu mala'ika ne mai tsaro na kariya.

"Mafi soyuwa Jagora! Tsautawa ni wani miliyan lokaci-yi yi wa juna ba'a ni yanzu!"

"Ba zan kara tsawata muku ba." Muryarsa ta allahntaka ta kasance mai ban tsoro, amma da dariya a karkashinta. "Ni da kai za mu yi murmushi tare, matuƙar siffofinmu biyu sun bayyana daban-daban a cikin mafarkin Allah na *Maya* . A karshe za mu haɗu a matsayin ɗaya a cikin kaunataccen Cosmic; murmushinmu zai zama murmushinsa, waƙar farin ciki mai haɗin kai da ke rawa har abada don a watsa ta ga rayukan da Allah ya daidaita!"

Sri Yukteswar ya ba ni haske kan wasu batutuwa waɗanda ba zan iya bayyana su a nan ba. A cikin sa'o'i biyu da ya yi tare da ni a ɗakin otal ɗin Bombay ya amsa kowace tambayata. Annabce-annabce da dama na duniya da ya faɗa a ranar Yunin 1936 sun riga sun cika.

"Na bar ka yanzu, kaunatacce!" Da waɗannan kalmomin na ji Jagora yana narkewa a cikin hannuna da ke kewaye.

"Yarona," muryarsa ta yi kara, tana rawa a cikin sararin raina, "duk lokacin da ka shiga kofar *nirbikalpa samadhi* ka kira ni, zan zo wurinka da nama da jini, kamar yadda yake a yau."

Da wannan alƙawarin sama, Sri Yukteswar ya ɓace daga ganina. Muryar gajimare ta maimaita a cikin tsawa mai daɗi: "Ku faɗa wa kowa! Duk wanda ya san ta hanyar *nirbikalpa* cewa kasarku mafarki ce ta Allah, zai iya zuwa ga duniyar Hiranyaloka mafi kyau da aka ƙirƙira da mafarki, kuma a can zan same ni a cikin jiki kamar na duniya. Yogananda, ku gaya wa kowa!"

Baƙin cikin rabuwa ya tafi. Tausayi da baƙin cikin mutuwar, wanda ya daɗe yana satar salamata, yanzu ya gudu cikin kunya. Farin ciki ya zuba kamar maɓuɓɓuga ta cikin ramukan rai marasa iyaka, waɗanda aka buɗe. Da daɗewa sun toshe da rashin amfani, yanzu sun faɗaɗa cikin tsarki sakamakon ambaliyar farin ciki. Tunani da ji na rashin sani game da abubuwan da na gani a baya sun kawar da munanan halayensu na karmic, wanda ya sabunta shi da kyakkyawar ziyarar Sri Yukteswar.

A cikin wannan babi na tarihin rayuwata, na yi biyayya ga umarnin malamina kuma na yadda bishara mai dafi, kodayake yana rikitar da tsararraki marasa tunani. Mutum yana jin haushi sosai; rashin bege ba kasafai yake faruwa ba; duk da haka waɗannan munanan halaye ne, ba wani ɓangare na ainihin halin mutum ba. Ranar da ya so, ya hau kan hanyar 'yanci. Ya dade yana sauraron mummunan fata na masu ba shi shawara "masu fasahar kura", ba tare da kula da rai mara nasara ba.

Ni ya kasance ba Lallai kawai ɗaya mai gata zuwa gani Lallai An Tayar da Shi Malami.

Daya daga cikin chelas din Sri Yukteswar wata tsohuwa ce, wacce aka fi sani da *Ma* (Uwa), wacce gidanta yana kusa da gidan ibadar Puri. Master sau da yawa yakan tsaya yana hira da ita yayin tafiyarsa ta safe. Da yammacin ranar 16 ga Maris, 1936, Ma ta isa ashram ta nemi ganin malaminta .

"Me ya sa, Malam ya mutu mako guda da ya wuce!" Swami Sebananda, wanda yanzu yake kula da gidan ibada na Puri, ya dube ta cikin bakin ciki.

"Wannan ba zai yiwu ba!" Ta yi murmushi kafan. "Watakila kawai kana kofarin kare malamin ne daga baki masu nacewa?"

"A'a." Sebananda ya ba da labarin cikakken bayani game da binnewar. "Zo," in ji shi, "Zan kai ka zuwa lambun gaba zuwa kabarin Sri Yukteswarji."

Ma ta girgiza kai. "Babu kabari a gare shi! Da safe da karfe goma ya wuce a cikin tafiyarsa ta yau da kullun a gaban kofar gidana! Na yi magana da shi na tsawon mintuna da yawa a waje mai haske.

"Zo wannan maraice zuwa Lallai ashram,' shi in ji shi.

"Ina nan! Albarka ta zubo wa wannan tsohon kai mai launin toka! Malamin da ba ya mutuwa yana so in fahimci irin jikin da ya ziyarce ni da safe!"

The mamaki Sebananda durkusa kafin ta.

"Mama," shi ya ce, "mene ne wani nauyi na bakin ciki kai lif daga nawa zuciya! Shi shine tashi!

.....
43-1 : A cikin *sabikalpa samadhi* Lallai mai ibada yana da ruhaniya ci gaba zuwa wani jiha na ciki allahntaka kungiyar haɗin gwiwa, amma ba za a iya ba kula da nasa sararin samaniya sani sai dai a cikin Lallai ba ya motsi yanayin trance. Ta hanyar mai ci gaba tunani, shi kai Lallai mafi kyau jiha na *nirbikalpa samadhi* , inda yake tafiya cikin 'yanci a duniya kuma yana gudanar da ayyukansa na waje ba tare da rasa fahimtar Allah ba.

43-2 : Sri Yukteswar an yi amfani da shi Lallai kalma *prana* ; Ni suna da fassara shi kamar yadda masu rai. The Hindu nassosi duba ba kawai zuwa Lallai *anu* , "atom," kuma zuwa Lallai *paramanu* , "bayan Lallai atom," mafi kyau lantarki kuzari; amma kuma zuwa *prana* , "kyakkyawa lifetronic karfi. "Atoms kuma electrons su ne makaho karfi; *prana* shine halitta mai hankali. The pranic masu raitrons a cikin Lallai maniyi kuma kwai, Misali, shiryar da ci gaban tayin bisa ga tsarin karmic.

43-3 : Siffa ta *mantra* , sautunan iri-iri da aka fitar daga bindigar hankali ta hankali. *Puranas* (tsoffin *shastras* ko rubuce-rubuce) bayyana waɗannan *mantric* yake-yake tsakanin *devas* kuma *asura* (alloli kuma aljanu). An *asura* sau ɗaya an gwada don kashe wani *deva* da wata waka mai karfi. Amma saboda kuskuren furtawa, bam ɗin tunani ya yi aiki a matsayin boomerang kuma ya kashe aljani.

43-4 : Misalai na irin wannan iko su ne ba so har ma a kunne kasa, kamar yadda a cikin Lallai shari'a na Helen Keller kuma wani wanda ba kasafai ake samu ba halittu.

43-5 : Ubangiji Buddha ya kasance sau ɗaya ya tambaya me yasa wani mutum ya kamata soyayya duk mutane daidai gwargwado. "Saboda," Lallai mai girma malami ya amsa, "a cikin sosai da yawa kuma bambance-bambance rayuwa na kowanne mutum, kowace wani kasancewa yana da a ɗaya lokaci ko wani kuma kasance masoyiyata zuwa shi."

43-6 : The takwas na asali halaye wanda shiga cikin duk an kirkiya rayuwa, daga zarra zuwa mutum, su ne kasa, ruwa,

wuta, iska, ether, motsi, hankali, da kuma keɓancewar mutum. (*Bhagavad Gita* : VII:4.)

43-7 : Jiki yana nuna kowane rufin ruhi, ko babban laifi ko da tauri. The uku gawawwaki su ne keji don Lallai Tsuntsaye na Aljanna.

43-8 : Har ma kamar yadda Babaji an taimaka Lahiri Mahasaya zuwa kawar da kansa na wani sume-sume sha'awa daga wasu abin da ya gabata rayuwa don wani fada, kamar yadda aka bayyana a [babi na 34](#).

43-9 : "Ya ce musu, Duk inda gawar take, a nan gaggafa za su taru." - *Luka* 17:37. Duk inda Lallai rai shine a cikin akwati a cikin Lallai jiki jiki ko a cikin Lallai astral jiki ko a cikin Lallai dalili jiki, a can Lallai gaggafa na sha'awa - waƙanda ke cin zarafin raunin hankalin ɗan adam, ko kuma a kan abubuwan da suka shafi taurari da dalilai - suma za su taru don riƙe rai a matsayin fursuna.

43-10 "Wanda ya yi nasara, zan yi shi ginshiƙi a cikin Haikalin Allahna, ba zai sake fita ba (watau, zai sake rayuwa cikin jiki)" a'a fiye da haka)..... shi wancan cin nasara nufin Ni tallafi zuwa zauna tare da ni a cikin nawa kursiyyi, har ma kamar yadda Ni kuma ya shawo kan, kuma

.am saita kasa tare da nawa Uba a cikin nasa kursiyyi." - *Ru'ya ta Yohanna* 3:12, 21

43-11 Sri Yukteswar yana nuna cewa, kamar yadda yake a cikin halittarsa ta duniya, wani lokacin yakan ɗauki nauyin cuta zuwa sauƙaƙa nasa almajiran karma, haka a cikin Lallai astral duniya nasa manufa kamar yadda wani mai ceto an kunna shi zuwa ɗauka a kunne tabbatacce Karmar taurari na mazauna Hiranyaloka, don haka yana hanzarta juyin halittarsu zuwa duniyar da ta fi girma.

43-12 : Rayuwa kuma mutuwa kamar yadda dangantaka na tunani kawai. *Vedanta* maki fita wancan Allah shine Lallai kawai Gaskiya; duk kirƙira ko kuma daban wanzuwa shine *Maya* ko mafarki. Wannan falsafa na monism an karɓa nasa mafi girma bayyanawa a cikin Lallai Sharhin *Upanishad* na Shankara.

BABI: 44

Tare da Mahatma Gandhi A Wardha

"Barka da zuwa Wardha!" Mahadev Desai, sakataren Mahatma Gandhi, ya gaishe da Miss Bletch, Mr. Wright, da ni da waɗannan kalmomi masu daɗi da kuma kyautar furanni na *khaddar* (auduga ta gida). Karamar ƙungiyarmu ta sauka daga tashar Wardha a safiyar ranar Agusta, muna farin cikin barin ƙurar jirgin kasa da zafinta. Mun saka kayanmu a cikin keken shanu, muka shiga wata mota mai buɗewa tare da Mr. Desai da abokansa, Babasaheb Deshmukh da Dr. Pingale. Mun yi tafiya ta ɗan gajeren lokaci a kan titunan kasar da ke cike da laka, muka kai mu *Maganvadi* , ashram na waliyyin siyasa na Indiya.

Mista Desai ya jagorance mu nan take zuwa ɗakin rubutu inda Mahatma Gandhi, mai kafafu biyu, ya zauna. Alkalami a hannu ɗaya da ɗan takarda a ɗayan, a fuskarsa akwai murmushi mai cike da nasara da ɗumi!

"Maraba!" shi an rubuta a cikin Hindi; shi ya kasance wani Litinin, nasa mako-mako rana na shiru.

Ko da yake wannan shine karo na farko da muka haɗu, mun yi wa juna murna da ƙauna. A shekarar 1925, Mahatma Gandhi ya girmama makarantar Ranchi ta hanyar ziyara, kuma ya rubuta a cikin littafin baƙon da ya rubuta wani yabo mai kyau.

Karamin waliyyin mai nauyin fam 100 ya haskaka lafiyar jiki, ta hankali, da ta ruhi. Idanunsa masu laushi launin ruwan kasa sun haskaka da hankali, gaskiya, da wariya; wannan ɗan siyasa ya yi daidai da wayo kuma ya zama mai nasara a cikin yake-yake dubu na shari'a, zamantakewa, da siyasa. Babu wani shugaba a duniya da ya sami kwanciyar hankali a zukatan mutanensa kamar yadda Gandhi ke rife da shi ga Indiya. miliyoyin marasa karatu. Yabon da suka yi ba zato ba tsammani shine sanannen laƙabinsa - *Mahatma* , "babban rai." **44-1** Ga su kaɗai Gandhi ya takaita tufafinsa ga rigar da aka yi wa zane mai ban sha'awa, alamar haɗin kai da talakawan da ba su da kuɗi.



Mahatma Gandhi

Ina jin daɗin cin abincin rana mai natsuwa tare da waliyin siyasa na Indiya a wurin ibadarsa da ke Wardha, a watan Agusta, 1935.

"Mazauna ashram suna nan a hannunku gaba ɗaya; don Allah ku kira su don duk wani hidima." Da ladabi, Mahatma ya ba ni wannan rubutu da sauri yayin da Mr. Desai ya jagoranci tawagarmu daga ɗakin rubutu zuwa gidan baki.

Jagorarmu ta jagorance mu ta gonakin 'ya'yan itatuwa da filayen fure zuwa wani gini mai rufin tayal mai tagogi masu lattice. An yi amfani da rijiya a gaba, kafa ashirin da biyar a faɗin, don shayar da abinci; kusa da wurin akwai wata dabarar siminti mai juyawa don nika shinkafa. Kowanne daga cikin kananan ɗakunan kwananmu ya kunshi karamin gado, wanda aka yi da igiya da aka yi da farin girki. Dakin girkin Mun yi alfahari da famfo a kusurwa ɗaya da kuma wurin dafa abinci a wani. Sautin Arcadian mai sauƙi ya isa kunnenmu - kukan hankaka da tsuntsaye, kukan shanu, da

kuma amfani da rap na guntu don guntu duwatsu.

Lura Mr. Wright's tafiya littafin tarihi, Mr. Desai bude wani shafi kuma ya rubuta a kunne shi wani jerin na *Satyagraha*

"Rashin Tashin Hankali; Gaskiya; Rashin Sata; Rashin Aure; Rashin Mallaka; Jiki-Nauyi; Ikon Fadafa; Rashin Tsoro; Girmamawa Daidaito ga Duk Addinai; *Swadeshi* (amfani da masana'antun gida); 'Yanci daga Rashin Taɓawa. Ya kamata a kiyaye waɗannan goma sha d'aya a matsayin alkawari cikin tawali'u."

(Gandhi kansa sanya hannu wannan shafi a kunne Lallai masu biyo baya rana, bayarwa Lallai kwanan wata kuma-Agusta 27, 1935.)

Bayan awanni biyu da isowarmu, an kira ni da abokan aikina don cin abincin rana. Mahatma ya riga ya zauna a karkashin baranda ta ashram, a gaban farfajiyar dakin karatunsa. Kimanin *satyagrahis masu kafafu ashirin da biyar* suna tsugunne a gaban kofuna da faranti na tagulla. Addu'ar jama'a; sannan a ci abinci daga manyan tukwane na tagulla waɗanda ke d'auke da *chapatis* (burodi mara yisti) da aka yayyafa da *man shanu* ; *talsari* (kayan lambu da aka dafa da aka yanka), da kuma jam d'in lemun tsami.

Mahatma ya ci *chapatis* , beets da aka dafa, wasu kayan lambu danye, da lemu. A gefen farantinsa akwai babban d'igon ganyen *neem mai d'aci* , wani sanannen maganin tsarkake jini. Da cokalinsa ya raba wani yanki ya sanya a kan farantina. Na dafa shi da ruwa, ina tuna lokacin yarinta lokacin da mahaifiyata ta tilasta min in haɗiye abin da bai dace ba. Duk da haka, Gandhi kaɗan-ɗan kaɗan yana cin man *neem d'in* da daɗi kamar dai naman zaki ne mai daɗi.

A cikin wannan karamin lamari na lura da ikon Mahatma na cire hankalinsa daga gabobinsa yadda ya ga dama. Na tuna da sanannen tiyatar cire kashin ciki da aka yi masa shekaru da suka gabata. Da yake fin maganin sa barci, waliyyin ya yi hira da almajiransa cikin farin ciki a duk lokacin aikin, murmushinsa mai yaɗuwa yana bayyana rashin sanin ciwon da yake ji.

Rana ta ba da damar yin hira da almajirin Gandhi mai suna, 'yar wani babban jami'in sojan Ingila, Miss Madeleine Slade, wacce yanzu ake kira Mirabai. ⁴⁴⁻³ Fuskarta mai karfi da natsuwa ta haskaka da sha'awa yayin da take gaya min, cikin harshen Hindi, game da ayyukanta na yau da kullun.

"Aikin sake gina karkara yana da lada! Wata kungiyarmu tana zuwa kowace safiya da karfe biyar don yi wa mutanen kauyen hidima kuma mu koya musu tsafta mai sauƙi. Muna mai da hankali kan tsaftace bandakunansu da bukkokinsu masu katanga da laka. Mutanen kauyen ba su da ilimi; ba za a iya ilmantar da su ba sai ta hanyar misali!" Ta yi dariya cikin fara'a.

Na yi matukar sha'awar wannan 'yar Ingila mai girman kai wadda tawali'u na Kiristanci ya ba ta damar yin aikin tono-tono wanda galibi "marasa taɓawa" ne

kawai ke yi.

"Na zo Indiya a shekarar 1925," ta gaya mini. "A wannan ƙasar ina jin kamar na 'dawo gida.' Yanzu ba zan taɓa son komawa ga tsohon rayuwata da kuma tsofaffin abubuwan da nake sha'awa ba."

Mun tattauna batun Amurka na ɗan lokaci. "Ina farin ciki da mamaki koyaushe," in ji ta, "ganin sha'awar ruhaniya da Amurkawa da yawa da ke ziyartar Indiya ke nunawa." **44-4**

Ba da daɗewa ba hannun Mirabai suka yi aiki a *charka* (tayar juyawa), tana ko'ina a cikin dukkan ɗakunan ashram, kuma, hakika, saboda Mahatma, tana ko'ina a cikin yankunan karkara na Indiya.

Gandhi yana da dalilai masu kyau na tattalin arziki da al'adu don karfafa farfado da gida masana'antu, amma bai yi shawara da a yi watsi da duk wani ci gaba na zamani ba. Injina, jiragen kasa, motoci, da talabijin sun taka muhimmiyar rawa a rayuwarsa mai girma! Shekaru hamsin na hidimar jama'a, a kurkuku da waje, suna kokawa kowace rana da cikakkun bayanai masu amfani da kuma abubuwan da ke faruwa a duniyar siyasa, sun kara masa daidaito, buɗe ido, hankali, da kuma godiya ga abubuwan ban dariya na ɗan adam.

Mu uku sun ji ɗaɗin cin abincin dare na karfe shida a matsayin baki na Babasaheb Deshmukh. Sallar karfe 7:00 na yamma awa ɗaya muka sake haɗuwa a ashram ɗin *Maganjvadi*, muna hawa kan rufin inda aka tara *satyagrahis* talatin a cikin wani rabin da'ira a kusa Gandhi. Shi ya kasance tsugunnawa a kunne wani bambaro tabarma, wani na da Agogon aljihu ya tsaya a gabansa. Rana mai shudewa ta haskaka tafi hannu da barewa; hayaniyar dare kuma kurket ta fara. Yanayin yana da natsuwa; na yi matukar farin ciki.

Waka mai tsarki wacce Mr. Desai ya jagoranta, tare da amsoshi daga kungiyar; sannan kuma karatun *Gita*. Mahatma ya yi mini alama da in yi addu'ar karshe. Irin wannan haɗin kai na tunani da buri! Abin tunawa har abada: zurfin tunani a karkashin taurarin farko na Wardha.

Da karfe takwas na dare Gandhi ya gama shirunsa. Ayyukansa masu wahala sun tilasta masa ya raba lokacinsa kaɗan.

"Barka da zuwa, Swamiji!" Gaisuwar Mahatma a wannan karon ba ta hanyar takarda ba ce. Mun sauko daga rufin zuwa ɗakin rubutunsa, kawai an yi masa kayan ɗaki mai murabba'i (babu kujeru), tebur mai littattafai, takardu, kuma wani kaɗan na yau da kullun alkalami (ba marmaro alkalami); wani ba a bayyana ba agogo an yi alama a cikin kusurwa. Wani yanayi mai cike da zaman lafiya da ibada. Gandhi yana yi wa ɗaya daga cikin murmushinsa mai ban sha'awa, mai kama da na rami, kuma kusan babu haƙori.

"Shekaru da suka wuce," ya bayyana, "Na fara bikin yin shiru na mako-mako a matsayin hanyar samun lokaci don kula da wasikunaina. Amma yanzu waɗannan sa'o'i ashirin da huɗu sun zama muhimmin bukata ta ruhaniya. Dokar shiru ba azabtarwa ba ce amma albarka ce."

Na yarda da hakan da zuciya ɗaya. **44-5** Mahatma sun yi min tambayoyi game da Amurka da Turai; mun tattauna Indiya da yanayin duniya.

"Mahadev," Gandhi ya ce yayin da Mista Desai ya shiga ɗakin, "don Allah a yi shiri a Zauren Gari domin Swamiji ya yi magana a can kan yoga gobe da daddare."

Yayin da nake yi wa Mahatma barka da dare, ya ba ni kwalban man citronella cikin

kulawa. "Sauron Wardha ba su san komai game da *ahimsa ba* , **44-6** Swamiji!" ya ce,
yana dariya.

Washegari da safe karamin rukuninmu ya ci abincin safe da wuri tare da miyar
alkama da madara. Da farfe goma da rabi aka kira mu zuwa baranda ta ashram don
cin abincin rana tare da Gandhi da *satyagrahis* . A yau jerin abincin ya hada da
shinkafar launin ruwan kasa, sabbin kayan lambu, da tsaba na cardamom.

Rana ta gan ni ina yawo a cikin filin ashram, zuwa wurin kiwo na wasu shanu marasa motsi. Kare shanu abin sha'awa ne ga Gandhi.

"A gare ni, saniya tana nufin dukkan duniyar da ke karkashin ɗan adam, tana nuna tausayin mutum fiye da nau'insa," in ji Mahatma. "An umurci mutum ta hanyar saniya ya gane asalinsa. da duk waɗannan halittu. Dalilin da yasa tsoffin rishis suka zaɓi saniya don neman gafara a bayyane yake a gare ni. Saniya a Indiya ita ce mafi kyawun kwatancen; ita ce mai ba da yalwa. Ba wai kawai ta ba da madara ba, har ma ta sa noma ya yiwu. Saniya waƙar tausayi ce; ana karanta tausayi a cikin dabba mai tausayi. Ita ce uwa ta biyu ga miliyoyin mutane. Kare saniya yana nufin kare dukkan halittar Allah mara wayo. Jan hankalin ƙananan halittu ya fi ƙarfi domin ba ta da magana.

An wajabta wa mabiya addinin Hindu na gargajiya ayyuka uku a kowace rana. Daya daga cikinsu ita ce *Bhuta Yajna*, wato miƙa abinci ga dabba mulki. Wannan biki yana nuna alama na mutum fahimta na nasa wajibai zuwa siffofin halitta marasa ci gaba, waɗanda aka haɗa su da asalin jiki waɗanda kuma ke lalata ɗan adam rayuwa, amma ba ta da wannan ingancin 'yantar da hankali wanda ke da alaƙa da ɗan adam. *Bhuta Yajna* Don haka yana ƙarfafa shirin mutum na taimaka wa marasa ƙarfi, kamar yadda shi ma yake samun kwanciyar hankali daga roƙon da ba a iya gani ba daga halittu mafi girma. Mutum kuma yana ƙarƙashin ɗaure don sake farfado da baiwar yanayi, masu ɓarna a cikin ƙasa, teku, da sararin sama. Don haka, shingen juyin halitta na rashin sadarwa tsakanin yanayi, dabbobi, mutane, da mala'ikun taurari ya sha kan su ta hanyar ofisoshin ƙauna mara shiru.

Sauran *yajnas guda biyu na yau da kullun* sune *Pitri* da *Nri*. *Pitri Yajna* hadaya ce ta hadaya ga kakanninmu, a matsayin alamar amincewa da bashin da mutum ya yi wa baya, ainihin hikimarsa tana haskaka ɗan adam a yau. *Nri Yajna* sadaka ce ta abinci ga baƙi ko talakawa, alama ce ta nauyin da ke kan mutum a yanzu, da kuma ayyukansa ga mutanen zamani.

Da yammacin rana na yi wa wani maƙwabci *Nri Yajna* ziyara a kan ashram ɗin Gandhi ga ƙananan 'yan mata. Mista Wright ya raka ni a cikin mota na mintuna goma. Kananan fuskokin furanni a saman *saris masu launin dogon tushe* ! A ƙarshen ɗan gajeren jawabi a cikin harshen Hindi, 44-7. wanda nake bayarwa a waje, sararin samaniya ya yi ruwan sama ba zato ba tsammani. Da dariya, ni da Mr. Wright muka hau motar muka koma *Maganvadi* cikin ruwan azurfa mai ƙarfi. Wannan ƙarfin yanayi da kuma walkiya!

Da na sake shiga gidan baƙi, sai na sake jin ɗaɗin sauƙin kai da kuma shaidar sadaukarwa da ke ko'ina. Alƙawarin Gandhi na rashin mallakar gida ya zo ne tun farkon rayuwarsa ta aure. Bayan ya bar wata babbar hanyar shari'a wadda ta ba shi kuɗin shiga sama da dala 20,000 a shekara, Mahatma ya rarraba duk dukiyarsa ga talakawa.

Sri Yukteswar an yi amfani da shi zuwa yi wa tsokana mai laushi nishaɗi a Lallai yawanci rashin isasshen ra'ayoyi na watsi da shi.

"Mabaraci ba zai iya yin watsi da dukiya ba," in ji Malam. "Idan mutum ya yi gunaguni: 'Kasuwanci na ya lalace ya gaza; matata ta bar ni; zan yi watsi da komai in shiga gidan sufi,' ga wane sadaukarwa ta duniya yake nufi? Bai yi watsi da dukiya da fauna ba; sun yi watsi da shi!

A gefe guda kuma, tsarkaka kamar Gandhi ba wai kawai sun yi sadaukarwa ta zahiri ba, har ma sun yi watsi da manufar son kai da kuma burin kansu, suna haɗar da ainihin zuciyarsu a cikin

Lallai rafi na ɗan adam kamar yadda wani duka.

Matar Mahatma mai ban mamaki, Kasturabai, ba ta yi jayayya ba lokacin da ya kasa ware wani ɓangare na dukiyarsa don amfanin kanta da 'ya'yansu. Gandhi da matarsa sun yi aure tun suna kanana, sun ɗauki alkawarin rashin aure bayan sun haifi 'ya'ya maza da yawa. **44-8** Jaruma mai natsuwa a cikin tsananin abin da ya zama rayuwarsu tare, Kasturabai ta bi mijinta zuwa gidan yari, ta raba labarin rayuwarsa ta mako uku. azumi, kuma cikakken haifaffe ta raba na nasa marar iyaka nauyin da ke wuyansu. Ita ce yana da an biya Ga abin da Gandhi ya faɗa:

Ina gode miki da kika samu damar zama abokiyar zama da kuma mataimakiyarki ta tsawon rai. Ina gode miki da auren da ya fi dacewa a duniya, bisa ga *brahmacharya* (kame kai) ba bisa jima'i ba. Ina gode miki da kika dauke ni a matsayinki na daidai a rayuwarki a Indiya. Ina gode miki da kin kasa zama daya daga cikin mazajen da ke amfani da lokacinsu wajen yin caca, tsere, mata, giya, da waƙa, suna gajiyar da matansu da 'ya'yansu yayin da karamin yaron nan ya gaji da kayan wasansa na yara. Ina matukar godiya da ke ba ke daya daga cikin mazajen da ke sadaukar da lokacinsu wajen zama masu arziki wajen cin zarafin wasu.

Ina godiya kwarai da kika sanya Allah da kasa a gaban cin hanci, da kika sami karfin gwiwar imaninki da kuma cikakken imani da Allah. Ina godiya kwarai da mijinki wanda ya sanya Allah da kasarsa a gabana. Ina godiya gare ki saboda haƙurinki da kuma gazawara na ƙuruciya, lokacin da na yi gunaguni da tayar da zaune tsaye kan canjin da kika yi a salon rayuwarmu, daga abubuwa da yawa zuwa kaɗan.

Tun ina karami, na zauna a gidan iyayenki; mahaifiyarki mace ce mai kyau da kirki; ta horar da ni, ta koya min yadda zan zama mace mai karfin hali da kuma yadda zan kiyaye ƙauna da girmamawar ɗanta, mijina na gaba. Yayin da shekaru suka shuɗe kuma kika zama shugaba mafi soyuwa a Indiya, na yi babu na Lallai tsoro wancan daure Lallai matar aure Hukumar Lafiya ta Duniya watan Mayu zama 'yan wasan kwaikwayo a gefe yausha ta miji yana da Na hau matakin nasara, kamar yadda yake faruwa a wasu ƙasashe. Na san cewa mutuwa za ta ci gaba da samun mu miji da mata.

Tsawon shekaru Kasturabai yana yin ayyukan ma'aji na asusun gwamnati wanda Mahatma mai bautawa ke iya tara miliyoyin kuɗi. Akwai labarai masu ban dariya da yawa a gidajen Indiya don tasirin da mazaje ke yi game da sanya kayan ado na matansu a taron Gandhi; harshen sihiri na Mahatma, yana roƙon waɗanda aka zalunta, yana jan hankalin mundaye na zinariya da sarkokin lu'u-lu'u daga hannaye da wuyan masu kuɗi cikin kwandon tattarawa!

Wata rana ma'ajin gwamnati, Kasturabai, bai iya bayar da bayanin yadda aka kashe rupees huɗu ba. Gandhi ya buga wani bincike da ya nuna rashin daidaiton rupees huɗu na matarsa ba tare da wata shakka ba .

Na sha faɗin wannan labarin kafin azuzuwan ɗaliban Amurka. Wata rana da yamma wata mata a zauren ta yi ajiyar zuciya.

"Mahatma ko babu Mahatma," ta yi kuka, "da ace mijina ne da na yi masa kallon bakar fata saboda irin wannan cin mutuncin jama'a da ba dole ba!"

Bayan da muka yi wata magana mai dadi game da matan Amurkawa da matan Hindu, sai na ci gaba da yin cikakken bayani.

"Misis Gandhi ta dauki Mahatma ba a matsayin mijinta ba, a matsayin guru, wanda ke da hakkin mallaka." "Na nuna mata cewa zan yi mata horo kan kurakurai marasa mahimmanci." "Wani lokaci bayan an tsawata wa Kasturabai a bainar jama'a, an yanke wa Gandhi hukuncin daurin kurkuku bisa zargin siyasa. Yayin da yake bankwana da matarsa cikin nutsuwa, sai ta fadi a kafafunsa. 'Malam,' ta ce cikin tawali'u, 'idan na taɓa bata maka rai, don Allah ka yafe min.'" **44-9**

Da farfe uku na rana a Wardha, na kai kaina, bisa ga alkawarin da na yi a baya, zuwa dakin rubutu na waliyyin da ya sami damar yin almajiri mai ban tsoro daga matarsa - mu'ujiza mai ban mamaki! Gandhi ya daga kai da murmushinsa da ba za a manta da shi ba.

"Mahatmaji," na ce yayin da na tsugunna kusa da shi a kan tabarma mara sutura, "don Allah ka gaya mini ma'anar *ahimsa* ."

"The kauce wa na cutarwa zuwa kowane rayuwa halitta a cikin tunani ko aikatau."

"Kyakkyawan manufa! Amma duniya za ta yi tambaya koyaushe: Shin mutum ba zai iya kashe maciji don kare yaro ba, ko kansa ?"

"Ba zan iya kashe maciji ba tare da karya alkawarin da na yi ba guda biyu - rashin tsoro, da rashin kisa. Zan fi son in yi kokarin kwantar da hankalin macijin ta hanyar rawar soyayya. Ba zan iya rage mizanina don dacewa da yanayina ba." Da gaskiya mai ban mamaki, Gandhi ya kara da cewa, "Dole ne in yarda cewa ba zan iya ci gaba da wannan tattaunawar ba idan na fuskanci maciji!"

Ni an lura a kunne da yawa sosai na baya-bayan nan Yamma littattafai a kunne abinci mai gina jiki wanda kwanciya a kunne nasa tebur.

"Eh, abinci yana da mahimmanci a cikin motsin *Satyagraha* - kamar ko'ina," in ji shi yana dariya. "Domin ina ba da shawarar cikakken hana cin abinci ga *satyagrahis* , koyaushe ina kokarin nemo mafi kyawun abinci ga mara aure. Dole ne mutum ya shawo kan bakinsa kafin ya iya sarrafa yanayin haihuwa. Rashin yunwa ko rashin daidaiton abinci ba shine mafita ba. Bayan shawo kan kwadayin ciki *na* abinci, *satyagrahi* dole ne ya ci gaba da bin tsarin cin ganyayyaki mai ma'ana tare da duk bitamin, ma'adanai, adadin kuzari, da sauransu. Ta hanyar hikimar ciki da waje game da cin abinci, ruwan jima'i na SATYAGRAHI yana saukin canzawa zuwa makamashi mai mahimmanci ga jiki gaba daya."

Ni da Mahatma mun kwatanta iliminmu game da nama mai kyau. "Avocado yana da kyau sosai," na ce. "Akwai gonakin avocado da yawa kusa da cibiyara

a California."

Fuskar Gandhi ta yi haske da sha'awa. "Ina mamakin ko za su yi girma a Wardha? *Satyagrahis* za su yaba da sabon abinci."

"Zan tabbatar da aika wasu tsire-tsire na avocado daga Los Angeles zuwa Wardha."

44-10 Na kara da cewa, "Kwai abinci ne mai yawan furotin; shin an haramta *satyagrahis* ?"

"Ba kwai marasa taki ba ne." Mahatma ta yi dariya kamar ba ta da amfani. "Tsawon shekaru ban yarda da amfani da su ba; har ma yanzu da kaina ban ci su ba. Daya daga cikin surukaina ta taɓa mutuwa saboda rashin abinci mai gina jiki; likitanta ya dage kan kwai. Ban yarda ba, kuma na shawarce shi ya ba ta wasu. madadin kwai.

"'Gandhiji,'" Lallai likita ya ce, 'ba a taɓa yin taki ba kwai ya kunshi a'a rayuwa maniyyi; a'a kisa shine da hannu.

"Sai na yi farin ciki na ba surukata izinin cin kwai; ba da daɗewa ba ta warke cikin koshin lafiya."

A daren da ya gabata, Gandhi ya nuna sha'awarsa ta karɓar *Kriya Yoga* na Lahiri Mahasaya. Zuciyar Mahatma da ruhin bincike sun taɓa ni. Yana kama da yaro a cikin nemansa na allahntaka, yana bayyana wannan tsarkakakkiyar karɓuwa da Yesu ya yaba wa yara, "... na irin wannan shine mulkin sama."

Lokacin da aka yi mini alkawarin umarni ya yi; yanzu haka wasu *satyaghrhis* sun shiga ɗakin - Mr. Desai, Dr. Pingale, da wasu kaɗan waɗanda suka nemi dabarar *Kriya* .

Na fara koyar da karamin aji motsa jiki *na Yoga* . Ana iya ganin jikin a matsayin wanda aka raba zuwa sassa ashirin; nufin yana jagorantar kuzari zuwa kowane sashe. Ba da daɗewa ba kowa yana rawar jiki a gabana kamar injin ɗan adam. Yana da sauƙi a lura da tasirin da ke kan sassan jikin Gandhi ashirin, a kowane lokaci a bayyane yake ga gani! Ko da yake siriri ne, ba shi da daɗi; fatar jikinsa tana da santsi kuma ba ta da wrinkles.

Daga baya Ni an fara Lallai rukuni cikin Lallai mai 'yantar da dabara na *Kriya Yoga* .

Mahatma ya yi nazarin dukkan addinan duniya cikin girmamawa. Littattafan Jain, Sabon Alkawari na Littafi Mai Tsarki, da rubuce-rubucen zamantakewa na Tolstoy **44-11** su ne manyan tushe guda uku na zargin Gandhi da rashin tausayi. Ya bayyana imaninsa kamar haka:

Ina imani da Littafi Mai Tsarki, *Kur'ani* , da *Zend-Avesta* **44-12** a yi wahayi zuwa ga Allah kamar *Vedas* . Ina imani da tsarin Gurus, amma a wannan zamani miliyoyin mutane dole ne su tafi ba tare da Guru ba, domin abu ne mai wuya a yi abu zuwa nemo wani haɗuwa na cikakke tsarki kuma cikakke koyo. Amma ɗaya buƙata ba yanke kauna game da sanin gaskiyar addinin mutum, saboda tushen addinin Hindu kamar kowane manyan addinai ba sa canzawa, kuma ana iya fahimta su cikin sauƙi.

Ni yi imani so kowace Hindu a cikin Allah kuma Nasa kaɗaitaka, a cikin sake haihuwa kuma ceto. Ni gwangwani a'a Kara

bayyana yadda nake ji game da addinin Hindu fiye da matata. Tana motsa ni kamar

yadda babu wata mace a duniya da za ta iya yi. Ba wai ba ta da kurakurai ba; ina iya cewa tana da abubuwa da yawa fiye da yadda nake gani kaina. Amma jin cewa akwai alaƙa mai ƙarfi. Duk da haka ina ji game da addinin Hindu tare da duk kurakuran da iyakokinsa. Babu abin da ke faranta mini rai kamar waƙar *Gita* , ko *Ramayana* ta Tulsidas. Lokacin da na yi tsammanin zan yi numfashi na ƙarshe, *Gita* ita ce ta'aziyyata.

Addinin Hindu ba addini ne na musamman ba. A cikinsa akwai sarari ga dukkan annabawan duniya su bauta masa. **44-13** Ba addinin mishan ba ne a ma'anar kalmar ta yau da kullun. Babu shakka ba shi da wata shakka.

Ya mamaye kabilu da yawa a cikin rukuninsa, amma wannan sha'awar ta kasance ta juyin halitta, kuma ba a iya fahimtarta. Hindu tana gaya wa kowane mutum ya bauta wa Allah bisa ga imaninsa ko *dharma* , **44-14** don haka rayuwa cikin aminci da dukkan addinai.

Ga Kristi, Gandhi ya rubuta: "Na tabbata cewa da yana zaune a nan a tsakanin mutane yanzu, da zai albarkaci rayuwar mutane da yawa waɗanda wataƙila ba su taɓa jin sunansa ba ... kamar yadda aka rubuta: 'Ba duk wanda ya ce mini, Ubangiji, Ubangiji ba ne, sai dai wanda yake aikata nufin Ubana.' **44-15** A cikin darasin rayuwarsa, Yesu ya bai wa ɗan adam babban manufa da kuma manufa ɗaya tilo da ya kamata mu yi burin cimmawa. Ina yi imani cewa ba wai kawai na Kiristanci ba ne, har ma na dukan duniya, na dukkan ƙasashe da ƙabilu.

A daren ƙarshe da na yi a Wardha, na yi jawabi a taron da Mista Desai ya kira a zauren taron. Dakin ya cika da mutane kusan 400 da suka taru don jin jawabin yoga. Na fara magana da Hindi, sannan na Turanci. Karamin ƙungiyarmu ta koma wurin ashram a kan lokaci don ganin Gandhi, cikin kwanciyar hankali da wasiku.

Dare yana nan har lokacin da na tashi da ƙarfe 5:00 na safe Rayuwar ƙauye ta riga ta yi tsami; da farko keken shanu a bakin kofar ashram, sai wani manomi da nauyinsa mai yawa ya daidaita a kansa. Bayan karin kumallo, sai mu uku suka nemi Gandhi don yin bukukuwan *bankwana* . Waliyin ya tashi da ƙarfe huɗu na yamma don yin sallarsa ta safe.

"Mahatmaji, sai anjima!" Ni durkusa zuwa taɓawa nasa ƙafafu. "Indiya shine aminci a cikin naka kiyayewa!"

Shekaru sun shude tun lokacin da aka yi yaƙi a Wardha; duniya, tekuna, da sararin sama sun yi duhu da duniya a yaƙi. Shi kaɗai a cikin manyan shugabanni, Gandhi ya bayar da madadin rashin zaman lafiya ga ƙarfin makamai. Don gyara koke-koke da kawar da rashin adalci, Mahatma ya yi amfani da shi wajen magance koke-koke da kuma kawar da rashin adalci. yana nufin rashin zaman lafiya wanda akai-akai ya tabbatar da ingancinsa. Ya faɗi koyarwarsa a cikin waɗannan kalmomin:

Na gano cewa rayuwa tana ci gaba da wanzuwa a tsakiyar halaka. Saboda haka dole ne a sami doka mafi girma fiye da ta halaka. Sai a ƙarƙashin wannan dokar ne al'umma mai tsari za ta fahimta kuma rayuwa ta cancanci rayuwa.

Idan wannan ita ce dokar rayuwa dole ne mu aiwatar da ita a rayuwar yau da kullun. Duk inda ake yaƙe-yaƙe, duk inda muka fuskanci abokin hamayya, za mu ci nasara ta hanyar soyayya. Na gano cewa wannan ita ce dokar soyayya. ya amsa a rayuwata kamar yadda dokar halaka ba ta taɓa yi ba.

A Indiya mun yi wani gagarumin bita na yadda wannan doka ta shafi dukkan fannoni. Ban yi iƙirarin cewa rashin tashin hankali ya ratsa mutane miliyan 360 a

Indiya ba, amma ina iƙirarin cewa ya ratsa fiye da kowace irin koyarwa a cikin ɗan gajeren lokaci.

Yana buƙatar horo mai wahala kafin a sami yanayin rashin tashin hankali. Rayuwa ce mai tsari, kamar rayuwar soja. Cikakkiyar yanayi tana samuwa ne kawai lokacin da hankali, jiki, da magana suka kasance cikin daidaito. Kowace matsala za ta iya zama mafita idan muka kuduri aniyar yin dokar gaskiya da rashin tashin hankali dokar rayuwa.

Kamar yadda masanin kimiyya zai yi abubuwan al'ajabi ta hanyar amfani da dokokin yanayi daban-daban, mutumin da ya yi amfani da dokokin soyayya daidai gwargwado na kimiyya zai iya yin manyan abubuwan al'ajabi. ya fi karfin yanayi ban mamaki da kuma dabara fiye da karfin yanayi kamar, misali, wutar lantarki. Dokar kauna kimiyya ce mafi girma fiye da kowace kimiyyar zamani.

Idan aka yi la'akari da tarihi, mutum zai iya cewa ba a warware matsalolin dan adam ta hanyar amfani da karfi mai karfi ba. Yaƙin Duniya na Daya ya haifar da karma mai sanyi a duniya wanda ya mamaye Yaƙin Duniya na Biyu. Zafin 'yan'uwanci ne kawai zai iya narke babban karma na yaƙi na yanzu wanda zai iya girma zuwa Yaƙin Duniya na Uku. Wannan ukun mara tsarki zai kore yiwuwar Yaƙin Duniya na IV har abada ta hanyar bama-bamai na atomic. Amfani da dabaru na daji maimakon hankali na dan adam wajen warware takaddama zai mayar da duniya zuwa daji. Idan 'yan'uwa ba sa rayuwa, to 'yan'uwa suna cikin mutuwa mai tsanani.

Yaƙi da laifuka ba sa taɓa biyan kuɗi. Biliyoyin daloli da suka tashi a cikin hayakin abubuwan fashewa sun isa su samar da sabuwar duniya, wacce kusan ba ta da cututtuka kuma ba ta da talauci gaba ɗaya. Ba duniya ta tsoro, hargitsi, yunwa, annoba, danse *macabre ba* , amma kasa ɗaya mai faɗi ta zaman lafiya, wadata, da faɗaɗa ilimi.

Muryar Gandhi mai rashin tausayi tana jan hankalin lamiri mafi girma na dan adam. Bari kasashe su daina haɗa kansu da mutuwa, amma da rai; ba da halaka ba, amma da gini; ba da Mai halaka ba, amma da Mahalicci.

"Ya kamata mutum ya gafarta, a karkashin kowace irin rauni," in ji *Mahabharata* . "An ce ci gaba da nau'ikan halittu ya faru ne saboda mutum yana gafartawa. Yafewa tsarki ne; ta hanyar gafara ana haɗa duniya tare. Yafewa karfin masu iko ne; yafewa hadaya ce; yafewa nutsuwa ce ta hankali. Yafewa da tawali'u su ne halayen masu mallakar kai. Su wakiltar har abada nagarta."

Rashin tashin hankali shine asalin halittar dokar gafara da kauna. "Idan asarar rai ta zama dole a yaƙin adalci," Gandhi ya yi shelar, "ya kamata mutum ya shirya, kamar Yesu, don zubar da jininsa, ba na wasu ba. Daga karshe za a sami karancin zubar da jini a duniya."

Za a rubuta littattafai wata rana a kan *satyagrahis na Indiya* waɗanda suka jure kiyayya da kauna, tashin hankali da rashin tashin hankali, waɗanda suka bar kansu a kashe su ba tare da tausayi ba maimakon ɗaukar fansa. Sakamakon a kunne tabbatacce tarihi lokutan ya kasance wancan Lallai dauke da makamai abokan hamayya jefa kasa nasu bindigogi kuma ya gudu, kunya, girgiza zuwa nasu zurfi ta hanyar Lallai gani na maza Hukumar Lafiya ta Duniya mai daraja Lallai rayuwa na wani kuma sama da nasu.

"Zan jira, idan akwai bukata na tsawon lokaci," in ji Gandhi, "maimakon neman 'yancin kasata ta hanyar zubar da jini." Mahatma ba ya taɓa mantawa da gargadin mai girma: "Duk waɗanda suka ɗauki takobi za su mutu da takobi." **44-16** Gandhi ya rubuta:

Ina kiran kaina ɗan kishin kasa, amma kishin kasata yana da faɗi kamar sararin samaniya. Ya haɗa da duk abin da ke cikinsa. Lallai al'ummai na Lallai kasa. **44-17** Nawa kishin kasa ya haɗa da Lallai walwala na Lallai duka duniya. Ni yi

Ba na son Indiya ta hau kan tokar wasu kasashe. Ba na son Indiya ta ci zarafin wani mutum ɗaya. Ina so Indiya ta kasance mai karfi domin ta iya cutar da sauran kasashe da karfinta. Ba haka lamarin yake da kasa ɗaya a Turai a yau ba; ba sa ba wa sauran karfi.

Shugaba Wilson ya ambaci kyawawan abubuwan guda goma sha huɗu, amma ya ce: "Bayan haka, idan wannan kokarinmu na cimma zaman lafiya ya gaza, to muna da makamanmu da za mu koma baya." Ina so in juya wannan matsayin, kuma na ce: "Makamanmu sun riga sun gaza. Bari mu nemi sabon abu; bari mu gwada karfin kauna da Allah wanda shine gaskiya." Idan muka sami hakan, ba za mu buƙaci wani abu ba.

Ta hanyar horar da Mahatma ga dubban *satyagrahis na gaske* (waɗanda suka ɗauki alƙawari goma sha ɗaya masu tsauri da aka ambata a farkon wannan babi), waɗanda kuma suka yaɗa sakon; ta hanyar ilmantar da talakawan Indiya cikin haƙuri don fahimtar ruhaniya da kuma abin duniya. fa'idodin rashin tashin hankali; ta hanyar ba wa mutanensa makamai marasa karfi - rashin haɗin kai da rashin adalci, son jure wa wulafanci, kurkuku, mutuwa da kanta maimakon amfani da makamai; ta hanyar nuna tausayi ga duniya ta hanyar misalan jarumtaka marasa adadi na shahada a tsakanin *satyagrahis*, Gandhi ya nuna yanayin rashin tashin hankali a aikace, ikonsa na warware takaddama ba tare da yaƙi ba.

Gandhi ya riga ya sami nasarar cin gajiyar siyasa mai yawa ga kasarsa ta hanyar amfani da hanyoyin tashin hankali fiye da yadda wani shugaban kowace kasa ya taɓa cin gajiyar sa sai dai ta hanyar harsasai. An yi amfani da hanyoyin da ba na tashin hankali ba don kawar da duk wani laifi da mugunta ba kawai a cikin kasar ba. fagen siyasa amma a fagen sassaucin ra'ayi da sarkakiya na gyaran zamantakewa na Indiya. Gandhi da mabiyansa sun kawar da dadadden rikici tsakanin Hindu da Musulmai; daruruwan dubban Musulmai suna kallon Mahatma a matsayin shugabansu. An gano waɗanda ba a taɓa su ba a cikin "Idan akwai sake haihuwa a shirye nake," Gandhi ya rubuta, "Ni fata zuwa zama an haife shi wani pariah a cikin Lallai tsakiya na masu laifi, saboda saboda haka Ni zai zama iya zuwa samar musu da ingantaccen aiki.

Mahatma hakika "babban rai ne," amma miliyoyin marasa ilimi ne suka sami basirar da za su ba shi wannan lakabin. An girmama wannan annabi mai tawali'u a kasarsa. Manomin talaka ya sami damar fuskantar babban kalubalen Gandhi. Mahatma ya yi imani da girman ɗan adam da ke tattare da shi. Rashin nasarar da ba makawa ba ta taɓa fata masa rai ba. "Ko da abokin hamayya ya yi masa wasa da shi." "ƙarya sau ashirin," ya rubuta, " *satyagrahi* a shirye yake ya amince da shi a karo na ashirin da ɗaya, domin amincewa da yanayin ɗan adam a zahiri shine ainihin tushen akidar." **44-18**

"Mahatmaji, kai mutum ne mai ban mamaki. Bai kamata ka yi tsammanin duniya za ta yi kamar yadda kake yi ba." Wani mai suka ya taɓa yin wannan lura.

"Abin mamaki ne yadda muke yaudarar kanmu, muna tunanin cewa jiki zai iya inganta, amma ba zai yiwu a fallasa boyayyun ikon rai ba," Gandhi ya amsa. "Ina kofarin nuna cewa idan ina da ɗaya daga cikin waɗannan iko, ni mutum ne mai rauni kamar kowannenmu kuma ban taɓa samun wani abu na musamman game da ni ba kuma yanzu. Ni mutum ne mai sauƙin kai wanda zai iya yin kuskure kamar kowane ɗan adam. Duk da haka, ina da isasshen tawali'u don in furta kurakuraina kuma in koma ga bin diddigin mataƙai na. Ina da cewa ina da imani mara motsi ga Allah da nagartarsa, kuma

Sha'awar gaskiya da kauna mara iyaka ba ta karewa. Amma ba haka ba ne abin da kowane mutum yake boye a cikinsa? Idan za mu ci gaba, ba dole ba ne mu maimaita tarihi amma mu yi sabon tarihi. Dole ne mu kara wa gadon da kakanninmu suka bari. Idan za mu iya yin sabbin abubuwan bincike da kirkira a cikin duniyar ban mamaki, dole ne mu bayyana fatararmu a cikin fannin ruhaniya? Shin ba zai yiwu ba a ninka keɓancewar don a sanya su doka? Shin dole ne mutum ya zama mai hankali koyaushe kuma mutum bayan haka, idan ma haka ne? **44-19**

Amurkawa za su iya tunawa da nasarar gwajin rashin zaman lafiya na William Penn wajen kafa mulkin mallaka na karni na 17 a Pennsylvania da alfahari. Babu "sansanin soja, babu sojoji, babu sojoji, ko da makamai." A tsakanin yake-yaken kan iyaka da kuma kisan gillar da aka yi tsakanin sabbin mazauna da 'yan asalin kasar Red Indians, Quakers na Pennsylvania kadai ba a ci zarafinsu ba. "An kashe wasu; an kashe wasu; amma sun tsira. Babu wata mace 'yar Quaker da ta fuskanci hari; ba An kashe wani yaro ɗan Quaker, ba a azabtar da wani mutum ɗan Quaker ba." Lokacin da aka tilasta wa Quakers su mika wuya ga gwamnatin jihar, "yaki ya farke, kuma an kashe wasu 'yan Pennsylvania. Amma Quakers uku ne kawai aka kashe, uku waɗanda suka riga suka faɗi daga addininsu har suka ɗauki makaman kariya."

"Mafaka ta karfi a Babban Yaƙin (I) ta gaza kawo kwanciyar hankali," in ji Franklin D. Roosevelt. "Nasara da shan kashi duk ba su da amfani. Wannan darasin da ya kamata duniya ta koya."

"Gwargwadon yawan makaman tashin hankali, haka nan ma wahala ga ɗan adam," in ji Lao-tzu. "Nasarar tashin hankali ta kare da bikin makoki."

"Ina fafutukar neman zaman lafiya a duniya," Gandhi ya bayyana. "Idan aka kai ga nasarar kungiyar Indiya bisa tsarin *Satyagraha mai zaman kanta*, zai ba da sabuwar ma'ana ga kishin kasa, kuma, idan na faɗi haka cikin tawali'u, ga rayuwa kanta."

Kafin kasashen yamma su yi watsi da shirin Gandhi a matsayin ɗaya daga cikin masu mafarkin da ba su da amfani, bari ya fara yin tunani a kan ma'anar *Satyagraha* ta Malamin Galilee:

"Kun ji an faɗa, Ido maimakon ido, haƙori kuma maimakon haƙori: amma ina gaya muku, kada ku yi tsayayya da mugunta: **44-20** amma duk wanda ya mare ka a kuncin dama, juya masa ɗayan kuma."

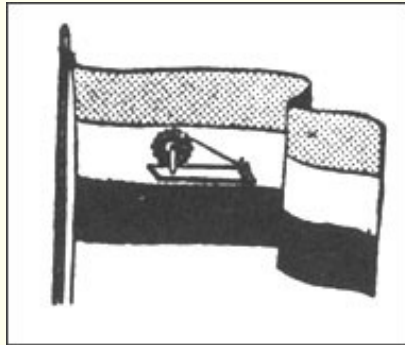
Zamanin Gandhi ya faɗaɗa, tare da kyakkyawan daidaiton lokacin sararin samaniya, zuwa karni da Yaƙin Duniya guda biyu ya riga ya zama halaka kuma ya lalata. An bayyana rubutun hannu na allahntaka a bangon rayuwarsa: gargadi game da ƙarin zubar da jini tsakanin 'yan'uwa.

इस सत्योधी में सर्वप्रकार से उभरिया हुआ है इस संस्था
का मेरे मन पर अच्छा पड़ा है. चारों ओर प्रवृत्ति में मैं आता हूँ।
गान्धी और आत्मा की आशा रखता हूँ।
आ. ५६ २० मोहनदासजी

Mahatma Gandhi ya ziyarci makarantar sakandare ta da koyon yoga a Ranchi. Ya rubuta layukan da ke sama cikin ladabi a cikin littafin baki na Ranchi. Fassarar ita ce: "Wannan cibiyar ta burge ni sosai. Ina fatan wannan makarantar za ta karfafa karin amfani da keken juyawa."

MOHANDAS GANDHI (*An sanya hannu*)

Satumba 17, 1925



Gandhi ne ya tsara tutar kasa ta Indiya a shekarar 1921. Layukan su ne saffron, fari da kore; *charka* (tayar juyawa) a tsakiya shudfi ne mai duhu. " *Charka* tana wakiltar kuzari," ya rubuta, "kuma yana tunatarwa mu wancan a lokacin Lallai abin da ya gabata zamanin da na wadata a cikin Indiya tarihi, hannu juyawa da sauran sana'o'in gida sun shahara."

44-1 : Nasa iyali suna shine Mohandas Karamchand Gandhi. Shi ba za a taɓa yi ba yana nufin zuwa kansa kamar yadda "Mahatma."

44-2 : The zahiri fassara daga Sanskrit shine "rikewa zuwa gaskiya. *Satyagraha* shine Lallai shahara rashin tashin hankali motsi jagora ta Gandhi.

44-3 : Karya kuma kaico! mugunta rahotanni sun kasance kwanan nan ya yadda wancan Miss Slade yana da an yanke duk ta d'au're tare da Gandhi kuma ta yi watsi da alkawarinta. Miss Slade, dalibiyar *Satyagraha* ta Mahatma tsawon shekaru ashirin, ta fitar da sanarwa da aka sanya wa hannu ga *Majalisar Dinkin Duniya Latsawa* , wanda aka yi kwanan wata Disamba 29, 1945, a cikin wanda ita an yi bayani wancan wani jerin na marasa tushe jita-jita ya tashi bayan ita yana da Ta tafi, tare da albarkar Gandhi, zuwa wani karamin wuri a arewa maso gabashin Indiya kusa da Himalayas, don kafa ta a can, wacce yanzu take bunkasa. *Kisan Ashram* (tsakiya) don likitanci kuma aikin gona taimako zuwa manomi manoma). Mahatma Gandhi tsare-tsare zuwa ziyarci sabon ashram a lokacin 1946.

44-4 : Miss Slade an tunatar da ni na wani kuma wanda aka fi sani Yamma mace, Miss Margaret Woodrow Wilson, mafi tsufa 'yar Amurka mai girma shugaban kasa. Ni hadu ta a cikin Sabo York; ita ya kasance tsananin sha'awa a cikin Indiya. Daga baya ita ya tafi zuwa Pondicherry, inda ta shafe shekaru biyar na karshe na rayuwarta, tana bin hanyar tarbiyya a kafafun Sri Aurobindo Ghosh cikin farin ciki.

Wannan mai hikima ba za a taɓa yi ba yana magana; shi a hankali gaisuwa nasa almajiransa a kunne uku shekara-shekara .lokutan kawai

44-5 : Domin shekaru a cikin Amurka Ni yana da kasance lura lokutan na shiru, zuwa Lallai firgici na masu kira kuma sakatarorin.

44-6 : Rashin Lafiya; rashin tashin hankali; Lallai tushe dutse na Gandhi's imani. Shi ya kasance an haife shi cikin wani iyali na mai tsauri Jains, waɗanda ke girmama *ahimsa* a matsayin tushen kyawawan halaye. An kafa Jainism, wani ɓangare na Hindu, a karni na 6 kafin haihuwar Annabi Isa ta Mahavira, wani mutum mai suna

na zamani na Buddha. Mahavira hanyar "babban jarumi"; watan Mayu shi duba kasa Lallai karni da yawa a kunne nasa
!jarumtaka da Gandhi

44-7 : Bahindi shine Lallai harshe Faransa don Lallai duka na Indiya. An Indo- Aryan harshe bisa galibi a kunne Sanskrit tushen, Bahindi ita ce babbar harshen arewacin Indiya. Babban yaren Hindi na Yammacin Indiya shine Hindustani, wanda aka rubuta shi da haruffan *Devanagari* (Sanskrit) da kuma haruffan Larabci. Musulmai ne ke magana da karamin yarensa, Urdu.

44-8 : Gandhi yana da an bayyana nasa rayuwa tare da wani barna gaskiya a cikin *The Labari Na Nawa Gwaje-gwaje Tare da Gaskiya* (Ahmedabad: Navajivan Latsawa, 1927- 29, 2 vol.) Wannan tarihin rayuwa yana da kasance an takaita a cikin *Mahatma Gandhi, Nasa Mallaka Labari* , wanda CF Andrews ya gyara, tare da gabatarwar John Haynes Holmes (New York: Macmillan Co., 1930).

Da yawa tarihin rayuwa cike tare da shahara sunaye kuma masu launuka masu kyau abubuwan da suka faru su ne kusan gaba daya shiru a kunne kowane lokaci na nazarin ciki ko ci gaba. Daya shimfidawa kasa kowanne na wafannan littattafai tare da wani tabbatacce rashin gamsuwa, kamar yadda duk da haka yana cewa: "Nan shine mutum ne wanda ya san mutane da yawa masu daraja, amma bai taɓa sanin kansa ba." Wannan martanin ba zai yiwu ba tare da tarihin rayuwar Gandhi; yana fallasa kurakuransa da yaudararsa ta hanyar sadaukarwa ga gaskiya ba tare da wani dalili ba .wanda ba a saba gani ba a cikin tarihin kowane zamani

44-9 : Kasturabai Gandhi ya mutu a gidan yari a Poona a ranar 22 ga Fabrairu, 1944. Gandhi wanda ba shi da motsin rai ya yi kuka a hankali. Ba da daɗewa ba bayan ta masu sha'awa yana da an ba da shawara wani Abin Tunawa Asusun Tallafi a cikin ta girmamawa, 125 lacs na rupees (kusan huɗu dala miliyan) zuba a cikin daga duk sama Indiya. Gandhi yana da an shirya wancan Lallai asusun tallafi zama an yi amfani da shi don kauye jindadin jama'a aiki a tsakanin mata da yara. Yana bayar da rahoton ayyukansa a cikin shirinsa na mako-mako na Turanci, *Harijan* .

44-10 : Ni an aika wani jigilar kaya zuwa Warda, nan ba da jimawa ba bayan nawa dawo zuwa Amurka. The shuke-shuke, kaico! ya mutu a kunne Lallai hanya, ba zai iya ba don jure wa wahalar jigilar dogon teku.

44-11 : Thoreau, Ruskin, kuma Mazzini su ne uku wani Yamma marubuta na wa ilimin zamantakewa ra'ayoyi Gandhi yana da an yi nazari a hankali.

44-12 : The tsarki littafi mai tsarki da aka bayar zuwa Farisa game da 1000 BC ta hanyar Zoroaster.

44-13 : The na musamman fasali na Hindu a tsakanin Lallai duniya addinai shine wancan shi yana haifar da ba daga wani mara aure mai girma wanda ya kafa amma daga Lallai ba na son kai ba Vedic nassosi. Hindu haka yana bayarwa ikon yin aiki don mai ibada kafawa cikin nasa ninka na annabawa na duka shekaru kuma duk filaye. The Vedic nassosi tsara ba kawai ibada ayyuka amma duk muhimanci zamantakewa kwastam, a cikin kofari na daidaita kowane aikin ɗan adam da dokar Allah.

44-14 : Cikakken kalmar Sanskrit don doka; bin doka ko adalci na halitta; wajibi kamar yadda yake a cikin yanayi a cikin wanda wani mutum abubuwan da aka samu kansa a kowane da aka bayar lokaci. The nassosi fayyace *dharma* kamar yadda "da na halitta dokokin duniya waɗanda kiyaye su ke ba wa mutum damar ceton kansa daga kaskanci da wahala."

44-15 : *Matiyu* 7:21.

44-16 : *Matiyu* 26:52.

44-17 : "Bari mu gani ba wani mutum ɗaukaka a cikin wannan, wancan shi soyayya nasa kasa; Bari shi maimakon haka ɗaukaka a cikin wannan, wancan shi soyayya nasa "- Karin maganar *Farisa* .

44-18 "Sai Bitrus ya zo wurinsa ya ce, Ubangiji, sau nawa ɗan'uwana zai yi mini zunubi, in yafe masa? Har sau bakwai?" Yesu ya ce zuwa shi, Ni faɗi ba zuwa kai, Har zuwa bakwai sau: amma, Har zuwa saba'in sau bakwai." - *Matiyu* 18:21-22 .

44-19 : An taɓa tambayar Charles P. Steinmetz, babban injiniyan lantarki, Mista Roger W. Babson: "Wane bincike ne zai ga babban ci gaba a cikin shekaru hamsin masu zuwa?" "Ina tsammanin za a yi babban bincike tare da ruhaniya layukan," Steinmetz ya amsa. "Nan shine wani karfi wanda tarihi a sarari yana koyar yana da kasance Lallai mafi girma iko a cikin ci gaban maza. Duk da haka muna wasa da shi ne kawai kuma ba mu taɓa yin nazari sosai a kansa ba saboda muna da yanayin jiki. Karfi. Wata rana mutane nufin koya wancan abu abubuwa yi ba kawo farin ciki kuma su ne na

karami amfani a cikin yin maza da mata masu kirkire-kirkire da iko. Sannan masana kimiyya na duniya za su mayar da dakunan gwaje-gwajensu zuwa nazarin Allah da addu'a da kuma ikon ruhaniya waɗanda har yanzu ba a taɓa goge su ba. Idan wannan rana ta zo, duniya za ta ga ci gaba a cikin tsara ɗaya fiye da yadda ta gani a cikin huɗun da suka gabata.

44-20 : Wannan shine, tsayayya ba mugunta tare da mugunta. (*Matta* 5:38-39)

BABI: 45

The Bengali "Farin Ciki Mai Tsayi" Uwa

"Yallabai, don Allah kada ka bar Indiya ba tare da ganin Nirmala Devi ba. Tsarkinta yana da karfi; an san ta da ko'ina a matsayin Ananda Moyi Ma (Uwar da ta Rabu da Farin Ciki)." 'Yar uwata, Amiyo Bose, ta kalle ni da gaske.

"Tabbas! Ina matukar son ganin wannan waliyyata." Na kara da cewa, "Na karanta labarin ci gaban da ta samu na fahimtar Allah. Wani karamin labari game da ita ya bayyana shekaru da suka gabata a *Gabas-Yamma* ."

"Na haɗu da ita," Amiyo ta ci gaba da cewa. "Kwanan nan ta ziyarci karamin garinmu na Jamshedpur. Da rokon wani almajiri, Ananda Moyi Ma ta je gidan wani mutum da ke mutuwa. Ta tsaya kusa da gadonsa; yayin da hannunta ya taɓa goshinsa, sai karar mutuwarsa ta tsaya. Cutar ta bace nan take; abin mamaki ga mutumin, ya warke."

Bayan 'yan kwanaki na ji cewa Uwar Blissful tana zaune a gidan wani almajiri a sashen Bhowanipur na Calcutta. Ni da Mr. Wright muka tashi nan da nan daga gidan mahaifina na Calcutta. Yayin da Ford ke kusa da gidan Bhowanipur, ni da abokin tafiyata muka lura da wani yanayi na musamman a titi.

Ananda Moyi Ma tana tsaye a cikin wata mota mai buɗewa, tana yi wa almajirai kusan ɗari albarka. A bayyane take cewa tana kan hanyarta ta tafiya. Mista Wright ya ajiye motar Ford ɗin daga nesa, ya raka ni a kafa zuwa wurin da babu hayaniya. Matar mai tsarki ta kalli inda muke; ta fito daga motarta ta yi tafiya zuwa gare mu.

"Baba, ka zo!" Da waɗannan kalaman ta da karfi ta ɗora hannunta a wuyana ta kuma ɗora kanta a kafadata. Mr. Wright, wanda na faɗa masa cewa ban san waliyyi ba, ya kasance Jin ɗaɗin wannan gagarumin bikin maraba. Idanun Chela ɗari kuma sun kafe da mamaki a kan teburin kauna.

Nan take na ga waliyyiyar tana cikin yanayi mai kyau na *samadhi* . Ba tare da sanin kayanta na waje ba a matsayin mace, ta san kanta a matsayin ruhi mara canzawa; daga wannan jirgin, tana gaishe da wani mai bauta wa Allah cikin farin ciki. Ta jagorance ni da hannu zuwa cikin motarta.

"Ananda Moyi Ma, Ni am jinkirtawa naka tafiya!" Ni sun yi zanga-zanga.

"Baba, na haɗu da kai a karon farko a wannan rayuwar, bayan shekaru da yawa!" ta ce. "Don Allah kada ka tafi tukuna."

Mun zauna tare a kujerun baya na motar. Ba da daɗewa ba Uwar Mai Albarka ta shiga cikin yanayi mai cike da farin ciki. Kyawawan idanunta sun kalli sama, kuma rabin buɗewa suka yi shiru, suna kallon Elysium na ciki da ke kusa. Almajiran suka yi ihu a hankali: "Nasara ga Uwar Allah!"

Na sami maza da yawa da suka fahimci Allah a Indiya, amma ban taɓa haɗuwa da irin wannan babbar mace ba. Fuskarta mai laushi ta yi haske da farin ciki mara misaltuwa wanda ya ba ta suna Uwa Mai Albarka. Dogayen riguna baki suna kwance a bayan kanta da ba a buɗe ba. Wani ɗan karamin digo na man sandal a goshinta yana wakiltar idon ruhaniya, wanda koyaushe yake buɗe a cikinta. Karamin fuska, kananan hannaye, kanan kafafu - bambanci da girman ruhaniyarta!

Ni sanya wasu tambayoyi zuwa wani kusa mace chela yayin da Ananda Moyi Ma ya kasance an yi masa godiya.

"Uwar Mai Albarka tana yawo sosai a Indiya; a sassa da yawa tana da ɗaruruwan almajirai," in ji chela. "Koƙarinta na jarumtaka ya kawo sauye-sauye da dama na zamantakewa da ake so.

Duk da cewa Brahmin ne, waliyyin bai san bambancin kabila ba. **45-1** Kungiyarmu koyaushe muna tafiya tare da ita, muna kula da jin daɗinta. Dole ne mu yi mata uzuri; ba ta kula da jikinta ba. Idan babu wanda ya ba ta abinci, ba za ta ci ba, ko yin wani bincike. Ko da lokacin da aka ajiye mata abinci a gaba, ba ta taɓa su ba. Don hana facewarta daga wannan duniyar, mu almajiranmu ne ke ciyar da ita da hannunmu. Tsawon kwanaki tare tana zama cikin ruhin allahntaka, da kyar take numfashi, idanunta ba sa lumshewa. Daya daga cikin manyan almajiranta shine mijinta. Shekaru da yawa da suka wuce, jim kaɗan bayan aurensu, ya ɗauki alkawarin yin shiru."

Chela ta nuna wani mutum mai faɗi da kyawawan siffofi, mai dogon gashi da gemu mai furfura. Yana tsaye a hankali a tsakiyar taron, hannuwansa na naɗe cikin halin girmamawa na wani almajiri.

Bayan ta samu kwarin gwiwa a cikin fim ɗin Infinite, Ananda Moyi Ma yanzu ta mayar da hankali kan duniyar zahiri.

"Baba, don Allah ka gaya min inda kake zama." Muryarta a

bayyane take kuma mai daɗi. "A halin yanzu, a Calcutta ko Ranchi;

amma nan ba da jimawa ba zan koma Amurka." "Amurka?"

"Eh. Masu neman ruhaniya za su yaba wa wata mace 'yar Indiya a can da gaske. Za

ki so ki je?"

"Idan Uba gwangwani dauka ni, Ni nufin tafi."

Wannan amsa ya haifar ta kusa almajiransa zuwa fara a cikin kararrawa.

"Mu ashirin ko fiye da haka muna tafiya tare da Uwar Albarka," ɗaya daga cikinsu ya gaya mini da ƙarfi. "Ba za mu iya rayuwa ba tare da ita ba. Duk inda ta je, dole ne mu je."

Da rashin son rai na yi watsi da shirin, a matsayina na mai da wata siffa mara amfani ta faɗaɗawa kwatsam!

"Don Allah ku zo Ranchi aƙalla tare da almajiranku," na ce a lokacin da nake barin waliyyi. "A matsayina na yaro mai tsarki, za ku ji daɗin ƙananan yara a makarantara."

"Duk lokacin da Uba yana ɗauka ni, Ni nufin da farin ciki tafi."

Ba da daɗewa ba bayan haka Ranchi *Vidyalaya* ya kasance cikin jerin gwanon bikin don ziyarar da waliyyin Allah ya yi alƙawari. Matasan sun yi fatan ganin kowace rana ta biki - babu darussa, sa'o'i na kiɗa, da kuma biki don ƙarshen taron!

"Nasara! Ananda Moyi Ma, ki jai!" Wannan ya sake maimaita waƙa daga ƙananan makogwaro masu ƙwazo da yawa, waɗanda suka tarbi waliyyin yayin da yake shiga ƙofar makaranta. Ruwan marigolds, ƙarar kuge, busar da harsashin conch da bugun ganga na *mridanga* ! Uwar mai albarka ta yi ta yawo cikin murmushi a kan filin *Vidyalaya mai rana* , tana ɗauke da aljanna mai ɗaukuwa a cikinta.

"A nan yana da kyau," Ananda Moyi Ma ta faɗa cikin ladabi yayin da na kai ta babban ginin. Ta zauna da murmushin yara a gefena. Ta ji kamar abokiyar zama ta kud da kud, amma duk da haka akwai wani yanayi na nesa a kusa da ita - keɓancewar kowa da kowa.

"Don Allah gaya ni wani abu na naka rayuwa.

"Baba ya san komai game da shi; me yasa za a maimaita shi?" A bayyane take cewa tarihin gaskiya na ɗan gajeren lokaci na rayuwa ba a san shi ba.

Ni dariya, a hankali maimaituwa nawa tambaya.

"Baba, babu abin da zan faɗa." Ta shimfiɗa hannuwanta masu kyau cikin wata irin ƙazanta. "Hankalina bai taɓa alaƙanta kansa da wannan jikin na ɗan lokaci ba. Kafin in zo duniya, Baba, 'ni ɗaya ne.' Tun ina ƙarama, 'ni ɗaya ne.' Na girma zuwa mace, amma har yanzu 'ni ɗaya ne.' Lokacin da iyalin da aka haife ni suka yi shiri don a yi wa wannan jikin aure, 'Ni ɗaya ce.' Kuma lokacin da, a matsayin mashayi, mijina ya zo wurina ya yi gunaguni yana magana mai daɗi, yana taɓa jikina kaɗan, sai ya ji wani irin mamaki, kamar walƙiya ta buge shi, domin ko a lokacin 'ni ɗaya ce.'

"Nawa miji durkusa kafin ni, naɗe nasa hannuwa, kuma roko nawa afuwa.

"Uwa,' in ji shi, 'domin na kazantar da haikalin jikinki ta hanyar taɓa shi da tunanin sha'awa - ba tare da sanin cewa a cikinsa ba matata ba ce ke zaune amma Uwar Allahntaka - na ɗauki wannan alkawarin: Zan zama almajirinki, mai binki marar aure, mai kula da ke a shiru a matsayin bawa, ba zan sake magana da kowa ba matukar ina raye. Don haka zan iya gafarta zunubin da na aikata a yau.

a kan kai, nawa guru.'

"Ko da na amince da wannan shawarar mijina a hankali, 'Ni ma haka nake.' Kuma, Baba, a cikin a gabanka yanzu, 'Ni ɗaya ce.' Bayan haka, ko da yake rawar halitta tana canzawa a kusa da ni a zauren har abada, 'Zan kasance iri ɗaya.'"

Ananda Moyi Ma ta nutse cikin zurfin tunani. Siffarta ta mutum-mutumi ce; ta gudu zuwa masarautarta mai ci gaba. Duhun idanunta sun yi kama da marasa rai da gilashi. Wannan yanayin yakan kasance ne lokacin da tsarkaka suka cire saninsu daga jikin zahiri, wanda a lokacin ne Ba fiye da wani yanki na yumbu mara rai ba. Mun zauna tare na tsawon awa ɗaya cikin yanayi mai dadɗi. Ta koma wannan duniyar da ɗan dariya.

"Don Allah, Ananda Moyi Ma," na ce, "tafi tare da ni zuwa lambun. Mr. Wright zai ɗauki wasu hotuna."

"Tabbas, Baba. Nufinka shine nufina." Idanunta masu daraja sun rife hasken allahntaka mara canzawa yayin da take ɗaukar hotuna da yawa.

Lokaci ya yi da za a yi biki! Ananda Moyi Ma ta tsugunna a kan bargonta, almajiri a gefen gwiwarta don ya ciyar da ita. Kamar jariri, waliyyin ya haɗiye abincin bayan chela ta kawo masa lebe. A bayyane yake cewa Uwar Albarka ba ta gane wani bambanci tsakanin curry da zaki ba!

Da magariya ta gabato, sai waliyyar ta tafi tare da tawagarta a tsakiyar ruwan furannin fure, tana ɗaga hannuwanta don albarkaci kananan yaran. Fuskokinsu sun haskaka da ƙaunar da ta farka da sauƙi.

"Ka ƙaunaci Ubangiji Allahnka da dukkan zuciyarka, da dukkan ranka, da dukkan hankalinka, da dukkan ƙarfinka:" Kristi ya yi shelar, "wannan ita ce doka ta farko."

45-2

Tana watsi da kowace irin alaƙa da ba ta da kyau, Ananda Moyi Ma ta mika kanta ga Ubangiji kaɗai. Ba ta hanyar bambancin ra'ayi na malamai ba, amma ta hanyar tabbataccen tunani na imani, waliyyi mai kama da yara ya magance matsalar da ta rage a rayuwar ɗan adam - kafa haɗin kai da Allah. Mutum ya manta da wannan sauƙin kai, wanda yanzu ya mamaye shi da batutuwa miliyan. Al'ummai sun ƙi ƙaunar Allah ta tauhidi, suna boye rashin amincinsu ta hanyar girmamawa a gaban wuraren ibada na sadaka.

Waɗannan agaji motsin zuciyar su ne nagari, saboda don wani lokacin su karkatar da na mutum Hankali daga kansa, amma ba sa 'yantar da shi daga nauyin da ke kansa a rayuwa, wanda Yesu ya kira shi umarni na farko. Ana ɗaukar nauyin ƙaunar Allah da numfashin mutum na farko na iska wanda aka ba shi kyauta ta hannun Mai Taimakonsa kaɗai.

A wani lokaci kuma bayan ziyarar Ranchi, na sami damar ganin Ananda Moyi Ma. Ta tsaya a tsakanin almajiranta bayan watanni a kan dandamalin tashar Serampore, tana jiran jirgin.

"Baba, zan je Himalayas," ta ce mini. "Almajirai masu karimci sun gina mini wurin bauta a Dehra Dun."

Yayin da take shiga jirgin kasa, na yi mamakin ganin cewa ko a tsakanin jama'a, a cikin jirgin kasa, ko tana cin abinci, ko zaune cikin shiru, idanunta ba su taɓa kallon Allah ba. A cikina har yanzu ina jin muryarta, kamar sautin zaki mara misaltuwa:

"Ga shi, yanzu kuma koyaushe ɗaya tare da Lallai Har abada, 'Ni am har abada Lallai haka nan.'"

.....
45-1 : Na sami wasu karin bayanai game da rayuwar Ananda Moyi Ma, waɗanda aka buga a *Gabas-Yamma* . An haifi waliyyin a shekarar 1893 a Dacca da ke tsakiya Bengal. Jahili, ita yana da duk da haka a gigice Lallai masana ta hanyar ta hikima. Ita ayoyi a cikin Sanskrit suna da cike malamai cikin mamaki. Ta kawo ta'aziyya ga waɗanda suka yi makoki, kuma ta yi warkarwa ta mu'ujiza, ta hanyar kasancewarta kawai.

45-2 : *Alamar* 12:30.

BABI: 46

The Mace Yogi Hukumar Lafiya ta Duniya Ba a taɓa Cin abinci

"Yallabai, ina muka makale a safiyar yau?" Mista Wright yana tukin motar Ford; ya ɗauke idanunsa daga kan hanya har ya kalle ni da wata irin kara mai ban mamaki. Kullum ba ya san wani ɓangare na Bengal da zai gano nan gaba ba.

"Insha Allah," na amsa da aminci, "muna kan hanyarmu ta ganin abin mamaki na takwas a duniya - wata waliyya mace wacce abincinta ba shi da iska!"

"Maimaita abubuwan al'ajabi - bayan Therese Neumann." Amma Mista Wright ya yi dariya da himma; har ma ya hanzarta saurin motar. Wani abu mai ban mamaki a cikin littafin tarihin tafiyarsa! Ba ɗaya daga cikin talakawan yawon buɗe ido ba ne!

Makarantar Ranchi ta riga ta rage mana; mun tashi kafin rana ta fito. Banda sakatare na da ni, abokai uku na Bengali sun kasance a cikin liyafar. Mun sha giya mai daɗi, ruwan inabin safe. Direbanmu ya jagoranci motar cikin tsoro a tsakanin manoma na farko da kekunan hawa biyu, waɗanda a hankali aka jawo su da bijimai masu kauri da kafada, waɗanda ke son yin karo da hanya da wani mai faɗa.

"Yallabai, mu zai so zuwa sani Kara na Lallai azumi waliyyi.

"Ita" suna shine Giri Bala," Ni sanar nawa sahabbai. "Ni na farko an ji game da ta shekaru da suka wuce daga wani

Malamin addini, Sthiti Lal Nundy. Sau da yawa yakan zo gida a Titin Gurpar don ya koyar da ɗan'uwana Bishnu."

"Na san Giri Bala sosai," in ji Sthiti Babu. "Tana amfani da wata dabarar yoga wadda ke ba ta damar rayuwa ba tare da cin abinci ba. Ni maƙwabciyarta ce a Nawabganj kusa da Ichapur." **46-1** Na yi ƙoƙarin kula da ita sosai; ban taɓa samun wata shaida da ke nuna tana shan abinci ko abin sha ba. Sha'awata ta ƙaru sosai har na kusanci Maharaja na Burdwan da ci **46-2**, kuma ya roke shi ya gudanar da bincike. Da ya yi mamakin labarin, sai ya gayyace ta zuwa fadarsa. Ta amince da gwajin kuma ta zauna na tsawon watanni biyu a kulle a wani ƙaramin sashe na gidansa. Daga baya ta dawo don ziyarar fada na tsawon kwanaki ashirin; sannan kuma don gwaji na uku na kwanaki goma sha biyar. Maharaja da kansa ya gaya mini cewa waɗannan bincike uku masu tsauri sun shawo kansa ba tare da wata shakka ba game da rashin cin abinci.

"Wannan labarin na Sthiti Babu ya kasance a raina sama da shekaru ashirin da biyar," na kammala. "Wani lokaci a Amurka ina mamakin ko kogin lokaci ba zai haɗiye *yogini* **ba 46-3**, kafin in haɗu da ita. Dole ne ta tsufa sosai yanzu. Ban ma san inda take zaune ba, ko kuma ko tana zaune. Amma nan da 'yan awanni kaɗan za mu isa Purulia; ɗan'uwanta yana da gida a can.

Ta hanyar goma da rabi namu ƙarami rukuni ya kasance tattaunawa tare da Lallai ɗan'uwa, Lambar Dey, wani lauya na Purulia.

"Eh, 'yar'uwata tana zaune. Wani lokaci tana tare da ni a nan, amma a yanzu tana gidan danginmu da ke Biur." Lambar Babu ya kalli Ford cikin shakku. "Ban yi tsammanin, Swamiji, wata mota ta taɓa shiga cikin ciki har zuwa Biur ba. Zai fi kyau idan duk kuka yi watsi da tsohuwar girgizar keken shanu!"

Kamar yadda ɗaya murya namu biki an yi alƙawari aminci zuwa Lallai Alfahari na Detroit.

"Ford ta fito ne daga Amurka," na gaya wa lauyan. "Zai zama abin kunya a hana ta damar sanin zuciyar Bengal!"

"Mayu Ganesh **46-4** Ku tafi tare da ku!" in ji Lambar Babu yana dariya. Ya ƙara da ladabi, "Idan kun isa can, ina da tabbacin Giri Bala za ta yi farin cikin ganinku. Tana gab da cika shekaru saba'in, amma ta ci gaba da kasancewa cikin koshin lafiya."

"Don Allah ka gaya min, yallaɓai, idan gaskiya ne cewa ba ta cin komai ba?" Na kalli idanunsa kai tsaye, waɗannan tagogi na tunani.



GIRI BALA

Wannan babbar mace mai suna Yogi ba ta ci abinci ko abin sha ba tun 1880. An nuna ni tare da ita, a shekarar 1936, a gidanta da ke kauyen Biur da ke Bengal. Maharaja na Burdwan ya yi bincike sosai kan yanayin rashin cin abinci. Ta yi amfani da wata dabarar yoga don sake cika jikinta da kuzarin sararin samaniya daga ether, rana, da iska.

"Gaskiya ne." Kallonsa a bude yake kuma mai daraja. "A cikin sama da shekaru hamsin ban taba ganinta tana cin abinci ba. Idan duniya ta zo karshe ba zato ba tsammani, ba zan iya mamakin ganin 'yar'uwata tana cin abinci ba!"

Mu ya yi dariya tare sama Lallai rashin yiwuwa na wadannan biyu sararin samaniya abubuwan da suka faru.

"Giri Bala ba ta taɓa neman kafaici ba ga ayyukan yoga da take yi," in ji Lambadar Babu. "Ta rayu tsawon rayuwarta tare da iyalinta da abokanta. Duk sun saba da yanayin da take ciki yanzu. Babu daya daga cikinsu da ba zai yi mamaki ba idan Giri Bala ta yanke shawarar cin komai ba zato ba tsammani! Sister ta yi ritaya a zahiri, kamar yadda ya dace da gwauruwa 'yar Hindu, amma karamin da'irarmu a Purulia da Biur duk sun san cewa a zahiri ita mace ce 'mai ban mamaki'."

Gaskiyar ɗan'uwan ta bayyana. Karamin kungiyarmu ta gode masa sosai sannan muka nufi Biur. Mun tsaya a wani shagon sayar da curry da *luchis a kan titi*, inda muka jawo hankalin gungun urchins waɗanda suka taru don kallon Mr. Wright yana cin abinci da yatsunsa cikin sauƙi kamar yadda Hindu ke yi. **46-5** Sha'awar zuciya ta sa muka karfafa kanmu daga fuskantar rana, wadda ba a san ta ba a yanzu, za ta zama mai wahala.

Hanyarmu ta gabas ta gonakin shinkafa da aka gasa da rana zuwa yankin Burdwan na Bengal. Ta hanyoyi masu cike da ciyayi masu yawa; wakokin maynas *da bulbul*s masu ratsi suna fitowa daga bishiyoyi masu manyan rassan laima. Kekunan shanu lokaci-lokaci, *lokacin, lokacin, manju, manju* kara na nasa aksali kuma sandar karfe katako kafafun mai bambantawa kai tsaye

a cikin hankali tare da Lallai *shaka, swish* na mota tayoyi sama Lallai mai mulkin mallaka kwalta na Lallai birane.

"Dick, ka tsaya!" Bukata ta kwatsam ta haifar da zanga-zanga mai karfi daga Ford.
"Wannan bishiyar mangwaro mai nauyin gaske tana ihun gayyata!"

Mu biyar muka yi gudu kamar yara zuwa kasar da aka yayyafa da mangwaro;
bishiyar ta zubar da 'ya'yanta cikin alheri yayin da suka nuna.

"Da yawa ana haihuwar mangwaro don su kanta ba a gani ba," na sake fasalta shi,
"kuma su bata zakinsa a kan kasa mai duwatsu."

"Babu wani abu makamancin haka a Amurka, Swamiji, ko?" Sailesh Mazumdar, daya daga cikin daliban Bengalina ya yi dariya .

"A'a," na yarda, cike da ruwan mangwaro da gamsuwa. "Na yi kwar wannan 'ya'yan itacen a Yamma! Aljannar Hindu ba tare da mangwaro ba ba za a iya tunaninta ba!"

Ni an zaɓa sama wani dutse kuma an faɗi wani alfahari kyau boyayye a kunne Lallai mafi girma gabobi.

"Dick," na tambaya tsakanin cizon ambrosia, dumi da rana mai zafi, "shin duk kyamarorin suna cikin motar?"

"Haka ne, Yallabai; a cikin Lallai kaya sashen.

"Idan Giri Bala ta zama waliyya ta gaske, ina so in rubuta game da ita a Yamma. Bai kamata *mai yin yoga na Hindu* mai irin wannan karfin wahayi ya rayu ya mutu ba tare da saninsa ba - kamar yawancin wadannan mangwaro."

Rabin rabi wani awa daga baya Ni ya kasance har yanzu yawo a cikin Lallai silvan zaman lafiya.

"Yallabai," in ji Mista Wright, "ya kamata mu isa Giri Bala kafin faɗuwar rana, domin mu sami isasshen haske don faukar hoto." Ya kara da murmushi, "Mutanen Yamma suna da shakku sosai; ba za mu iya tsammanin za su yi imani da matar ba tare da wani hoto ba!"

Wannan bit na hikima ya kasance wanda ba za a iya musantawa ba; Ni juya nawa baya a kunne jaraba kuma sake shiga Lallai mota.

"Ka yi gaskiya, Dick," na yi ajiyar zuciya yayin da muke tafiya da sauri, "Ina yin hadaya da aljannar mangwaro a kan bagadin gaskiyar Yamma. Dole ne mu sami hotuna!"

Hanyar ta kara yin muni: kuraje masu kauri, kurajen yumbu masu tauri, da kuma mummunan raunin tsufa! Kungiyarmu ta sauka lokaci-lokaci don ba wa Mista

Wright damar sarrafa Ford cikin sauki, wanda mu hudu muka tura daga baya.

"Lambadar Babu ya yi magana da gaske," Sailesh ya yarda. "Motar ba ta d'auke mu ba; mu ne ke d'auke da motar!"

Namu hawa-hawa, hawa-hawa mota tedium ya kasance rufi har abada kuma anon ta hanyar Lallai bayyanar na wani kauye,

kowanne ɗaya wani wurin na abin ban mamaki sauƙi.

"Hanyarmu ta karkace ta kuma juya ta cikin bishiyoyin dabino a tsakanin tsoffin ƙauyuka marasa lalacewa da ke zaune a cikin inuwar daji," in ji Mista Wright a cikin littafin tarihin tafiyarsa, a ranar 5 ga Mayu, 1936. "Wadannan tarin bukkokin laka masu ciyawa ne, waɗanda aka yi wa ado da ɗaya daga cikin sunayen Allah a kan ƙofar; yara ƙanana da yawa, tsirara suna wasa ba tare da laifi ba, suna tsayawa don kallon ko gudu ba tare da wani dalili ba daga wannan babban karusa mai baƙi, mara shanu, tana yawo a ƙauyensu cikin hauka. Matan suna leken asiri ne kawai daga inuwa, yayin da mazan ke yin rawa a ƙarƙashin bishiyoyin da ke gefen hanya, suna son sani a ƙarƙashin rashin kulawarsu. A wani wuri, duk mutanen ƙauyen suna wanka a cikin babban tankin (cikin tufafinsu, suna canzawa ta hanyar sanya busassun kyallesu a jikinsu, suna zubar da waɗanda suka jike). Mata hali ruwa zuwa nasu gidaje, a cikin babba tagulla kwalba.

"Hanyar ta jagorance mu cikin farin ciki ta bin tsaunuka da tuddai; mun yi tsalle muka jefa, muka nutse cikin ƙananan koguna, muka karkata a kan hanyar da ba a gama ba, muka ratsa ta kan busassun gadajen kogi masu yashi, kuma a ƙarshe, da misalin ƙarfe 5:00 na yamma, mun kusa da inda muke zuwa, Biur. Wannan ƙaramin ƙauye a cikin gundumar Bankura, wanda aka boye a cikin kariyar ganyaye masu yawa, matafiya ba sa iya kusantarsa a lokacin damina, lokacin da koguna suke da ruwa mai ƙarfi kuma hanyoyin suna fitar da dafin laka."

"Muna neman jagora a tsakanin gungun masu ibada a kan hanyarsu ta komawa gida daga addu'ar haikali (a cikin filin kaɗaici), mun yi wa wasu matasa goma sha biyu da ba su da suturar da ta dace da jikinsu kawanya, waɗanda suka hau gefen motar, suna sha'awar jagorantar mu zuwa Giri Bala."

"Hanyar ta nufi wani daji na dabino da ke boye a cikin rukunin bukkokin laka, amma kafin mu isa gare ta, an karkatar da Ford ɗin na ɗan lokaci zuwa wani kusurwa mai haɗari, an jefar da shi sama aka faɗi ƙasa. Kunkarar hanyar ta bi ta kewaye bishiyoyi da tankuna, a kan tuddai, cikin ramuka da ramuka masu zurfi. Motar ta makale a kan tarin bishiyoyi, sannan ta kafe a kan tudu, tana buƙatar ɗaga ƙurar ƙasa; muka ci gaba, a hankali kuma a hankali; ba zato ba tsammani sai ga wani ciyayi ya tsaya a tsakiya. hanyar keken shanu, wanda hakan ya tilasta wa hanyar juyawa ta cikin wani babban gangare zuwa cikin tanki mai bushewa, ceto daga ciki wanda ya buƙaci a goge shi, a yi masa feshi, a kuma yi masa shebur. Sau da yawa hanyar ta yi kama da ba za a iya wucewa ba, amma dole ne a ci gaba da aikin hajji; samari masu aiki sun ɗauki mayafi suka rushe shingayen (inuwar Ganesh!) yayin da ɗaruruwan yara da iyaye ke kallonsu.

"Ba da daɗewa ba muka fara tafiya a kan hanyoyi biyu na zamanin da, mata suna kallon ƙofofin bukkokinsu da ido, maza suna bin mu a baya da kuma a baya, yara suna yawo don su cika jerin gwanon. Watakila namu ita ce motar farko da ta ratsa waɗannan hanyoyi; dole ne ƙungiyar 'bullock cart' ta yi Ku kasance masu iko a nan!

Abin mamaki ne da muka kirkira - wata kungiya da wani Ba'amurke ya tuka kuma ta fara aiki a cikin wata mota mai kararrawa ta shiga cikin kauyensu, tana mamaye tsohuwar sirri da tsarki!

"Da muka tsaya a wani karamin layi, sai muka tsinci kanmu a cikin kasa da kafa dari daga gidan kakannin Giri Bala. Mun ji daɗin gamsuwa bayan dogon gwagwarmayar hanya da aka yi da kammalawa mai wahala. Mun kusanci wani babban gini mai hawa biyu da aka yi da tubali da siminti, wanda ya mamaye gidajen adobe da ke kewaye; gidan yana karkashin tsarin gyara, domin a kusa da shi akwai tsarin bamboo na wurare masu zafi.

"Da zazzaɓi da farin ciki mai cike da damuwa, muka tsaya a gaban kofofin wanda Ubangiji ya albarkace shi da tabawar 'marasa yunwa'. Kullum mutanen kauyen suna cikin damuwa, kanana da manya, tsirara kuma suna sanye da kaya, mata ba sa son sani, maza da yara maza kuma suna kallonmu ba tare da kunya ba yayin da suke kallon wannan abin mamaki da ba a taɓa gani ba."

"Ba da daɗewa ba sai ga wani ɗan gajeren mutum a kofar gidan - Giri Bala! An lullube ta da wani zane na siliki mai launin zinari mara kyau; kamar yadda aka saba gani a Indiya, ta ja gaba cikin ladabi da jinkiri, tana lekawa kaɗan daga karkashin saman rigarta ta *swadeshi*. Idanunta suna walƙiya kamar garwashin wuta a cikin inuwar kanta; mun yi matuƙar sha'awar fuska mai tausayi da kirki, fuskar fahimta da fahimta, ba tare da lahani ga alaƙar duniya ba.

"Mai tawali'u ita kusantowa kuma a hankali an amince zuwa namu katsewa wani lamba na hotuna tare da Kyamarorinmu na 'mai motsi' da 'fina-finai'. **46-6** Cikin haƙuri da jin kunya ta jure dabarun ɗaukar hotunanmu na daidaita matsayi kuma haske tsari. A ƙarshe mu yana da an yi rikodin don zuriya da yawa hotuna mace ɗaya tilo a duniya da aka san ta rayu ba tare da abinci ko abin sha ba tsawon sama da shekaru hamsin. (Terese Neumann, ba shakka, ta yi azumi tun 1923.) Girman Giri Bala ya fi kama da na uwa yayin da take tsaye a gabanmu, an lullube ta da zane mai laushi, babu abin da ke jikinta a bayyane sai fuskarta da idanunta masu ƙasa, hannayenta, da ƙanan ƙafafunta. Fuskar kwanciyar hankali da kwanciyar hankali mara laifi-a faɗi, kamar yaro, rawar jiki lebe, wani mata hanci, kunkuntar, mai sheki idanu, kuma wani murmushin baƙin ciki."

Ra'ayin Mr. Wright game da Giri Bala ni kaɗai nake da shi; ruhi ya lullube ta kamar mayafinta mai sheki a hankali. Ta *yi suna* a gabana a cikin al'adar gaisuwa daga mai gida zuwa ga wani sufi. Farantanta mai sauƙi da murmushinta na natsuwa sun ba mu maraba fiye da na mai magana mai daɗi; tafiyarmu mai wahala da ƙura ce da aka manta da ita.

Karamar waliyya ta zauna a kan baranda tana ɗaga ƙafafuwanta. Duk da cewa tana ɗauke da tabon tsufa, ba ta yi rauni ba; fatarta mai launin zaitun ta kasance mai haske da lafiya.

"Mama," na ce da harshen Bengali, "sama da shekaru ashirin da biyar ina tunanin wannan aikin hajjin! Na ji labarin rayuwarki mai tsarki daga Sthiti Lal Nundy Babu."

Ita ce gyada kai a cikin amincewa. "Haka ne, nawa mai kyau maƙwabci a cikin Nawabganj."

"A cikin waɗannan shekarun na ketare tekuna, amma ban taɓa mantawa da shirina na farko na ganin wata rana ba." kai. Ya kamata a bayyana wannan wasan kwaikwayo mai ban mamaki da kake yi a nan ba tare da an fayyace shi ba a gaban

duniyar da ta dade tana mantawa da abincin ciki na allahntaka.

Waliyyar ta daga idanunta na ɗan lokaci, tana murmushi

cikin nutsuwa. "Baba (mahaifi mai daraja) ya fi sani," ta

amsa cikin tawali'u.

Na yi farin ciki da cewa ba ta yi fushi ba; ba a taɓa sanin yadda manyan yogis ko yoginis za su mayar da martani ga tunanin tallatawa ba. Suna guje wa hakan, a matsayin ka'ida, suna son yin bincike mai zurfi a cikin shiru. Hukuncin ciki yana zuwa musu idan lokaci ya yi don nuna rayuwarsu.

a bayyane don Lallai fa'ida na neman hankali.

"Mama," na ci gaba da cewa, "Don Allah a yafe min, don na d'ora miki nauyin tambayoyi da yawa. Da fatan za a amsa waɗanda suka faranta miki rai kawai; ni ma zan fahimci shirunki."

Ta mika hannuwanta cikin murmushi mai daɗi. "Ina farin cikin amsa, gwargwadon yadda mutum mara daraja kamar ni zai iya bayar da amsoshi masu gamsarwa."

"Oh, a'a, ba ba shi da muhimmanci!" Ni sun yi zanga-zanga da gaske. "Kai su ne wani mai girma ruhu."

"Ni bawa ne mai tawali'u ga kowa." Ta kara da cewa, "Ina son dafa abinci

da ciyar da mutane." Abin sha'awa mai ban mamaki, na yi tunani, ga

waliyyi mara cin abinci!

"Ka faɗa ni, Uwa, daga naka nasa yin lebe kai kai tsaye ba tare da abinci?"

"Gaskiya ne." Ta yi shiru na d'an lokaci; kalamanta na gaba sun nuna cewa tana fama da matsalar lissafi ta kwakwalwa. "Tun daga shekaru goma sha biyu da watanni huɗu zuwa shekaruna na yanzu na sittin da takwas - tsawon sama da shekaru hamsin da shida - ban ci abinci ko shan ruwa ba."

"Suna kai ba za a taɓa yi ba jarabce zuwa ci abinci?"

"Da na ji sha'awar abinci, da sai na ci abinci." Ta faɗi wannan gaskiyar axioma, wadda duniya ta san ta sosai a lokacin da take jujjuya abinci sau uku a rana!

"Amma kana cin wani abu!" Muryata ta nuna alamar kin

yarda. "Hakika!" Ta yi murmushi cikin sauri cikin fahimta.

"Abincinka yana samuwa ne daga kayyadadden kuzarin iska da hasken rana, **46-7** kuma daga ikon sararin samaniya wanda ke sake cika jikinka ta hanyar medulla oblongata.

"Baba ya sani." Kuma ita yarda, ta hanya kwantar da hankali kuma mara karfi.

"Mama, don Allah ki gaya min game da rayuwarki ta farko. Yana da sha'awa sosai ga dukkan Indiya, har ma ga 'yan'uanmu maza da mata a wajen teku."

Giri Bala sanya a gefe ta al'ada ajiye, annashuwa cikin wani tattaunawa yanayi.

"To, ya zama dole." Muryarta ta yi kasa da karfi. "An haife ni a waɗannan yankunan

daji. Yarinta ba ta da ban mamaki sai dai ina da sha'awar rashin gamsuwa. An yi min aure a farkon shekarun.

"Yaro,' mahaifiyata ta kan yi min gargadi sau da yawa, 'ka yi kokarin sarrafa kwadayinka. Idan lokaci ya yi da za ka zauna tare da baki a cikin dangin mijinki, me za su yi maka idan kwanakinka ba su da komai sai cin abinci?"

"Masifar da ta hango ta zo. Ina ɗan shekara goma sha biyu kacal lokacin da na shiga gidan mijina a Nawabganj. Surukata ta kunyata ni safe, rana, da dare game da halayena na cin abinci. Duk da haka, tsawarta albarka ce a boye; sun tada hankalina na ruhaniya. Wata safiya ba'arta ba ta da tausayi.

"'Zan tabbatar maka nan ba da jimawa ba,' na ce, ina mai kara da cewa, 'ba zan sake taɓa abinci ba matuƙar ina raye.'

"Surukata ta yi dariya cikin izgili. 'To!' ta ce, 'ta yaya za ki iya rayuwa ba tare da cin abinci ba, alhali ba za ki iya rayuwa ba tare da cin abinci mai yawa ba?'

"Wannan magana ba ta da amsarta! Duk da haka kudurin ƙarfe ya gina mini rai. A wani wuri da ba na so na nemi Ubana na Sama."

"'Ya Ubangiji,' na yi addu'a ba kakkautawa, 'don Allah ka aiko mini da wani malami, wanda zai iya koya mini rayuwa ta haskenka ba ta abinci ba.'

"Sai wani abin mamaki ya faɗo min. Da wani sihiri mai kyau, na tashi zuwa *garin Nawabganj* da ke kan titin Ganges. A kan hanyata na haɗu da firist na iyalin mijina.

"Mai girma yallabai,' Ni ya ce cikin aminci, 'mai kirki gaya ni yaya zuwa kai tsaye ba tare da cin abinci.

"Ya kalle ni ba tare da ya amsa ba. A ƙarshe ya yi magana cikin ta'aziyya. 'Yaro,' in ji shi, 'ka zo haikali yau da yamma; zan yi maka wani biki na musamman *na Vedic* .'

"Wannan amsar da ba ta da tabbas ba ita ce abin da nake nema; na ci gaba da tafiya zuwa *gat* . Rana ta safe ta ratsa ruwa; na tsarkake kaina a cikin Ganges, kamar dai don wani abu mai tsarki. Yayin da nake barin bakin kogi, rigar da ta daskare a kusa da ni, a cikin hasken rana mai haske, maigidana ya bayyana a gabana!

"'Ya kai ƙarami,' ya ce da muryar tausayi mai ƙauna, 'Ni ne malamin da Allah ya aiko nan don in cika addu'arka ta gaggawa. Ya ji daɗin yanayinta na ban mamaki sosai! Daga yau za ku rayu ta hanyar hasken taurari, kwayoyin jikinku suna ci daga kwararar ruwa mara iyaka.'"

Giri Bala ta yi shiru. Na ɗauki fensir da kushin Mista Wright na fassara wasu abubuwa zuwa Turanci don ya ba ni bayanai.

Waliyyar ta ci gaba da labarin, muryarta mai taushi da kyar take ji. " An bar *garin* , amma malamina ya kewaye mu da wani yanayi na haske mai kariya, don kada wani mai wanka ya dame mu daga baya. Ya sa ni cikin wata dabarar *kria* wadda ke 'yantar da jiki daga dogaro da abinci mai yawa na mutane. Wannan dabarar ta haɗa da amfani da wani takamaiman *mantra* **46-8** da kuma motsa jiki na numfashi wanda

ya fi wahalar da talaka zai iya yi. Babu magani ko sihiri da ke tattare da shi; babu abin da ya wuce *kria* ."

A cikin Lallai hanya na Lallai Ba'amurke jarida mai rahoto, Hukumar Lafiya ta Duniya yana da ba tare da sani ba an koyar ni nasa

A cikin tsari, na yi wa Giri Bala tambayoyi kan batutuwa da dama waƙanda na yi tunanin za su jawo hankalin duniya. Ta ba ni bayanai kaƙan kaƙan:

"Ban taɓa haihuwa ko ɗaya ba; shekaru da yawa da suka wuce na zama bazawara. Ba na yin barci sosai, domin barci da farkawa iri ɗaya ne a gare ni. Ina yin bimbini da daddare, ina kula da ayyukan gida da rana. Ina jin ɗan canjin yanayi daga lokaci zuwa lokaci. Ban taɓa yin rashin lafiya ko fuskantar wata cuta ba. Ina jin ɗan zafi kaƙan ne kawai idan na ji rauni ba da gangan ba. Ba ni da fitar da maniyyi a jikina. Zan iya sarrafa zuciyata da numfashina. Sau da yawa ina ganin malamina da sauran manyan mutane a cikin hangen nesa."

"Mama," na tambaya, "me yasa ba ki koya wa wasu hanyar rayuwa ba

tare da abinci ba?" Babban burina na miliyoyin mutane da ke fama da

yunwa ya ragu.

"A'a." Ta girgiza kai. "Gwaggona ya umarce ni da kada in bayyana sirrin. Ba nufinsa ba ne ya yi wa wasan kwaikwayo na Allah na halitta ba. Manoma ba za su gode mini ba idan na koya wa mutane da yawa rayuwa ba tare da cin abinci ba! 'Ya'yan itatuwa masu daɗi za su kwanta a kasa ba tare da amfani ba. Da alama wahala, yunwa, da cuta sune bulalar karmarmu waƙanda a karshe ke motsa mu mu nemi ainihin ma'anar rayuwa."

"Mama," Ni ya ce a hankali, "mene ne shine Lallai amfani na naka samun kasance wanda aka keɓe fita zuwa kai tsaye ba tare da cin abinci?"

"Don tabbatar da cewa mutum Ruhu ne." Fuskarta ta haskaka da hikima.

"Don nuna cewa ta hanyar ci gaban Allah a hankali zai iya koyon rayuwa ta hanyar Hasken Madawwami ba ta hanyar abinci ba."

Waliyyiyar ta nutse cikin zurfin tunani. Kallonta ya koma ciki; zurfin idanunta masu laushi ya zama babu alamun magana. Ta yi wani irin nishi, wanda shine farkon mafarkin da ke cike da farin ciki. Ta gudu zuwa duniyar da ba ta da tambaya, aljannar farin ciki ta ciki.

Duhu ya faɗi a wurare masu zafi. Hasken karamin fitilar kananzir ya yi walkeya a fuskokin ɗimbin mutanen kauyen da ke tsugunne a cikin inuwa. Tsutsotsi masu sheki da fitilun mai na nesa na bukkoki sun yi kama da kyawawan alamu a cikin daren mai daɗi. Lokaci ne mai zafi na rabuwa; tafiya mai jinkiri da wahala ta gabato ga karamin liyafarmu.

"Giri Bala," Ni ya ce kamar yadda Lallai waliyyi bude ta idanu, "Don Allah bayar ni wani ajiye-a tsiri na ɗaya na naka

". saris

Ba da daɗewa ba ta dawo da wani yanki na siliki na Benares, tana miƙa shi a hannunta yayin da ta yi sujada a ƙasa ba zato ba tsammani.

"Mama," Ni ya ce cikin girmamawa, "maimakon haka bari ni taɓawa naka nasa albarka ƙafafu!

.....
46-1 : A cikin arewa Bengal.

46-2 : H. H. Yallaɓai Bijay Chand Mahadi, yanzu matacce. Nasa iyali babu shakka yana da wasu rikodin na Lallai Maharaja's bincike uku na Giri Bala.

46-3 : Mace yogi.

46-4 : "Mai cirewa na Matsaloli," Lallai allah na mai kyau arziki.

46-5 : Sri Yukteswar an yi amfani da shi zuwa ka ce: "The Ubangiji yana da da aka bayar mu Lallai 'ya'yan itatuwa na Lallai mai kyau kasa. Mu so zuwa gani namu abinci, zuwa kamshi shi, don dandana shi - Hindu ma tana son taɓa shi!" Mutum ba ya damuwa da *jin* sa, idan babu wani a wurin cin abincin!

46-6 : Mr. Wright kuma ya dauki motsi hotuna na Sri Yukteswar a lokacin nasa na Karshe Lokacin hunturu Solstice

Bikin a cikin Serampore. 46-7: "Abin da muke ci shine radiation; abincinmu yana da yawan kuzari," in ji Dr.

George W. Crile na Cleveland ga wani taro na likitanci maza a kunne Mayu 17, 1933 a cikin Memphis. "Wannan mai mahimmanci radiation, wanda fitarwa na'urar lantarki kwararar ruwa

Domin da'irar lantarki ta jiki, tsarin jijiyoyi, ana ba shi abinci ta hanyar hasken rana. Atoms, in ji Dr. Crile, tsarin hasken rana ne. Kwayoyin halitta su ne Lallai ababen hawa wancan su ne cike tare da hasken rana haske kamar yadda haka da yawa naɗe maɓuɓɓugan ruwa. Waɗannan marasa adadi atomfuls Ana daukar kuzari a matsayin abinci. Da zarar ya shiga jikin ɗan adam, waɗannan abubuwan hawa masu karfi, wato atom, ana fitar da su a cikin protoplasm na jiki, Lallai haske kayan daki sabo sinadarai makamashi, sabo na'urar lantarki kwararar ruwa. 'Naku jiki shine yi sama na irin "' .wannan 'Atoms', in ji Dr. Crile. 'Su ne tsokoki, kwakwalwarka, da gabobin ji, kamar idanu da kunnuwa

Wata rana masana kimiyya nufin gano yaya mutum gwangwani kai tsaye kai tsaye a kunne hasken rana makamashi. "Chlorophyll" shine Lallai kawai abu sananne a yanayi wancan ta wata hanya yana da Lallai iko zuwa aiki kamar yadda wani 'hasken rana' tarko," William L. Laurence yana rubutawa a cikin Lallai *Sabo York "Yana 'kama' kuzarin hasken rana kuma yana adana shi a cikin shukar. Ba tare da wannan ba babu wani rai da zai wanzu. Muna samun kuzarin da muke buƙata don rayuwa daga makamashin rana da aka adana a cikin abincin shuka da muke ci ko kuma a cikin naman dabbobin da "*.ke cin tsire-tsire

The makamashi mu samu daga kwal ko mai shine hasken rana makamashi kama a tarko ta hanyar Lallai chlorophyll a .cikin shuka rayuwa miliyoyin na shekaru da suka wuce. Mu rayuwa ta hanyar rana ta hanyar samar da chlorophyll

Mai karfi rawar jiki waƙa. The zahiri fassara na Sanskrit *mantra* shine "kayan aiki na tunani," alama Lallai :46-8 manufa, ba a ji ba sautuka wanda wakiltar ɗaya bangare na kirkira; yausha an yi magana kamar yadda haruffa, wani *mantra* yana nufin wani Kalmomin da ake amfani da su a duniya baki ɗaya. Karfin sauti mara iyaka ya samo asali ne .daga AUM, "Kalmar" ko kuma sautin kirkire-kirkire na Cosmic Motor

BABI: 47

Ni Dawowa Zuwa The Yamma

"Na ba da darussan yoga da yawa a Indiya da Amurka; amma dole ne in yarda cewa, a matsayina na ɗan Hindu, ina matukar farin cikin jagorantar darasin ɗaliban Turanci."

Membobin ajina na Landan sun yi dariya da godiya; babu wani rikicin siyasa da ya taba kawo cikas ga zaman lafiyar yoga dinmu.

Yanzu Indiya ta zama abin tunawa mai tsarki. Satumba ne, 1936; Ina nan Ingila don cika alkawarin da aka yi mini, watanni goma sha shida da suka gabata, na sake yin lacca a Landan.

Ita ma Ingila tana karɓar sakon yoga mai daɗewa. 'Yan jarida da masu daukar hoto na labarai sun yi cincirindo a gidana da ke Grosvenor House. Majalisar Kasa ta Burtaniya ta Duniya

Kungiyar Faiths ta shirya wani taro a ranar 29 ga Satumba a Cocin Cocin Whitefield inda na yi wa masu sauraro jawabi kan muhimmin batu na "Yadda Imani a cikin Zumunci zai iya Ceton Wayewa." Lakcocin karfe takwas da aka yi a Caxton Hall ya jawo hankalin jama'a sosai har a cikin dare biyu, jama'a suka cika da hayaniya a dakin taro na Windsor House don jawabi na na biyu da karfe tara da rabi. Darussan Yoga a cikin makonnin da suka biyo baya sun yi yawa har ya zama dole Mr. Wright ya shirya canja wuri zuwa wani zauren.

Dagewar Ingilishi tana da kyau a cikin dangantaka ta ruhaniya. Daliban yoga na London sun tsara kansu da aminci, bayan tafiyara, zuwa cibiyar haɗin gwiwar fahimtar kai, suna gudanar da tarurrukan bimbini na mako-mako a tsawon shekarun yaƙin da suka yi zafi.

Makonni marasa mantawa a Ingila; kwanaki na kallon abubuwan gani a Landan, sannan a kan kyakkyawan kauye. Ni da Mr. Wright mun kira amintaccen Ford don ya ziyarci wurin haifuwa da kaburburan manyan mawaka da jarumai na tarihin Birtaniya.

Karamin taronmu ya tashi daga Southampton zuwa Amurka a karshen Oktoba a *Bremen* . Babban Mutum-mutumin 'Yanci da ke tashar jiragen ruwa ta New York ya kawo farin ciki mai ban sha'awa ba kawai ga makogwaron Miss Bletch da Mr. Wright ba, har ma ga kaina.

Jirgin Ford, wanda ya dɓan yi fama da wahalar da ya sha da tsoffin kasashe, har yanzu yana cikin damuwa; yanzu ya dɓauki matakin tafiya ta kasashen duniya zuwa California. A karshen shekarar 1936, ga Dutsen Washington.

Ana yin bukukuwan karshen shekara kowace shekara a cibiyar Los Angeles tare da yin bimbini na tsawon sa'o'i takwas a ranar 24 ga Disamba (Kirsimeti na Ruhaniya), sannan washegari kuma a yi liyafa (Kirsimeti na Zamantakewa). An kara wa bukukuwan wannan shekarar ta hanyar halartar abokai da dɓalibai daga birane masu nisa waɗanda suka isa don maraba da matafiya uku na duniya.

Bikin Ranar Kirsimeti ya haɗa da kayan abinci masu daɗi da aka kawo mil dubu goma sha biyar don wannan biki mai daɗi: namomin kaza *na gucchi* daga Kashmir, *rasagulla na gwangwani* da kuma gyadar mangwaro, biskit *na papar* , da mai. na furen *keora na Indiya* wanda ke da dɓandanon ice cream dɓinmu. Da yamma mun haɗu a kusa da wani babban bishiyar Kirsimeti mai walƙiya, murhu kusa da wurin yana kara da bishiyoyin cypress masu kamshi.

Kyauta! Kyauta daga kusurwoyi masu nisa na duniya - Falasdinu, Masar, Indiya, Ingila, Faransa, Italiya. Yadda Mista Wright ya yi aiki tukuru wajen kirga gangar jikin da ke kan kowace mahadar kasashen waje, wanda babu wanda ya taɓa samun taska da aka yi niyya ga kaunatattunsa a Amurka! Alamun itacen zaitun mai tsarki daga Kasa Mai Tsarki, laces masu laushi da kayan ado daga Belgium da Holland,

kafet dɓin Farisa, shawls na Kashmir da aka saka da kyau, tiren itacen sandal mai kamshi na har abada daga Mysore, duwatsun "idon bijimi" na Shiva daga Lardunan Tsakiya, tsoffin tsabar kuɗi na daular Indiya da aka daɗe ana gudu da su, tukwane da kofuna masu ado, kananan kayayyaki, tapestries, turaren haikalin da turare, kwafi na auduga *na swadeshi* , aikin lacquer, sassaka na hauren giwa na Mysore, takalman Persia tare da dogon yatsan yatsansu mai ban sha'awa, tsoffin rubuce-rubuce masu haske, velvet, brocades, hular Gandhi, tukwane, tayal, aikin tagulla, katifun addu'a - ganiman nahiyoyi uku!

Daya ta hanyar ɗaya Ni rarraba Lallai mai ban sha'awa naɗe fakiti daga Lallai mai girma tarin a karkashin Lallai itace.

"Yar'uwa Gyanamata!" Na mika wa wata baiwar Amurka mai tsarki mai kama da mutum mai zurfin fahimta, wacce a lokacin da nake tare da ita, ita ce ke kula da Dutsen Washington. Daga takardar takarda, ta daga *siliki* mai launin zinare na Benares.

"Na gode" kai, Yallabai; shi yana kawo Lallai gasar gasa na Indiya kafin nawa idanu."

"Mr. Dickinson!" Kunshin na gaba yana dauke da kyauta da na saya a kasuwar Calcutta. "Mr. Dickinson zai so wannan," na yi tunani a lokacin. Wani almajiri da nake kauna sosai, Mr. Dickinson yana nan a kowace bikin Kirsimeti tun lokacin da aka kafa Dutsen Washington a shekarar 1925. A wannan bikin shekara-shekara na sha daya, yana tsaye a gabana, yana kwance ribbons na karamin fakitinsa .

"Kofin azurfa!" Yana fama da motsin rai, ya kalli abin da ake bayarwa, wani babban kofi mai sha. Ya zauna daga nesa, da alama yana cikin ruhani. Na yi masa murmushi mai dadi kafin na ci gaba da aiki na a matsayin Santa Claus.

Daren fitar da maniyyi ya kare da addu'a ga Mai Ba da dukkan kyaututtuka; sannan kuma kungiyar ta rera waƙoƙin Kirsimeti.

Mr. Dickinson kuma Ni sun kasance hira tare wani lokaci daga baya.

"Yallabai," in ji shi, "don Allah bari in gode maka yanzu da kofin azurfa. Ban sami wata kalma a daren Kirsimeti ba."

"Ni an kawo Lallai kyauta musamman don kai."

"Shekaru arba'in da uku ina jiran wannan kofin azurfa! Labari ne mai tsawo, wanda na boye a cikina." Mista Dickinson ya dube ni cikin jin kunya. "Farkon abin mamaki ne: Ina nutsewa. Babban dan'uwana ya tura ni cikin wani tafkin ruwa mai tsawon kafa goma sha biyar a wani karamin gari a Nebraska. Ina da shekaru biyar kacal a lokacin. Yayin da nake shirin nutsewa a karo na biyu a karkashin ruwa, wani haske mai launuka iri-iri ya bayyana, wanda ya cika dukkan sarari. A tsakiya akwai siffar mutum mai idanu masu natsuwa da murmushi mai kwantar da hankali. Jikina yana nutsewa a karo na uku lokacin da daga daga cikin abokan dan'uwana ya lanƙwasa wani dogon itacen willow mai siriri a cikin karamin tsomawa har na iya kama shi da yatsuna masu wahala. Yaran suka dauke ni zuwa bakin teku suka yi min maganin gaggawa cikin nasara.

"Shekaru goma sha biyu bayan haka, ina matashi dan shekara goma sha bakwai, na ziyarci Chicago tare da mahaifiyata. A shekara ta 1893 ne; babban Majalisar Addinai ta Duniya tana kan zama. Ni da mahaifiyata muna tafiya a kan babban titi, sai na sake ganin hasken haske mai karfi. 'Yan mataakai kafan daga nan, ina tafiya cikin natsuwa, sai ga mutumin da na gani shekaru da suka gabata a wahayi. Ya kusanci wani babban dakin taro ya face a cikin kofar.



Mr. E. E. Dickinson na Los Angeles; shi an nema wani azurfa kofi



Sri Yukteswar kuma kaina a cikin Calcutta, 1935. Shi shine ɗauke da Lallai kyauta laima- rake



Wasu ɗaliban Ranchi da malamai sun ɗauki hoto tare da Maharaja na Kasimbazar mai daraja (a tsakiya, da fararen kaya). A shekarar 1918 ya ba wa Fadar Kasimbazar da eka ashirin da biyar a Ranchi wurin zama na dindindin don makarantar yoga ta yara maza.

"'Mama,' Ni kuka, 'cewa ya kasance Lallai mutum Hukumar Lafiya ta Duniya ya bayyana a Lallai lokaci Ni ya kasance nutsewa!'

"Ni da ita muka shiga ginin da sauri; mutumin yana zaune a kan wani dandali na lacca. Ba da daɗewa ba muka fahimci cewa shi Swami Vivekananda ne na Indiya. ⁴⁷⁻
¹ Bayan ya yi wata magana mai ratsa zuciyar, sai na ci gaba da zuwa wurinsa. Ya yi min murmushi cikin ladabi, kamar dai mu tsofaffin abokai ne. Ina karami har ban san yadda zan bayyana ra'ayina ba, amma a cikin zuciyata ina fatan zai zama malamina. Ya karanta tunanina.

"'A'a, ɗana, ni ba malaminka ba ne." Vivekananda ya kalli idanunsa masu kyau da ratsa zuciyar cikin nawa. 'Malaminka zai zo daga baya. Zai ba ka kofi na azurfa.' Bayan ɗan ɗan dakata, ya kara da murmushi, 'Zai zuba maka albarka fiye da yadda kake iya rikewa yanzu.'

"Na bar Chicago cikin 'yan kwanaki," in ji Mista Dickinson, "kuma ban sake ganin babban Vivekananda ba. Amma duk wata kalma da ya furta an rubuta ta a cikin zuciyata ba tare da an goge ta ba. Shekaru sun shude; babu wani malami da ya bayyana. Wata dare a shekarar 1925 na yi addu'a mai zurfi cewa Ubangiji ya aiko mini da malamina. Bayan 'yan awanni, sai aka tashe ni daga barci ta hanyar wakoki masu laushi. Wata kungiyar halittun sama, ɗauke da sarewa da sauran kayan kida, ta zo gaban idona. Bayan sun cika sararin samaniya da kiɗa mai daɗi, mala'iku suka face a hankali.

"Da yamma na halarci ɗaya daga cikin laccocinku a nan Los Angeles a karon farko, kuma na san cewa an amsa addu'ata."

Mu murmushi a kowanne wani a cikin shiru.

"Shekaru goma sha ɗaya kenan ina zama almajirin *Kriya Yoga ɗinku* ," in ji Mista Dickinson. "Wani lokaci ina mamakin kofin azurfa; kusan na shawo kan kaina cewa kalmomin Vivekananda kawai misalai ne. Amma a daren Kirsimeti, yayin da kuka ba ni akwatin murabba'i kusa da bishiyar, Ni gani, don Lallai na uku lokaci a cikin nawa rayuwa, Lallai iri ɗaya mai haske walkiya na haske. A cikin wani kuma minti Ni ya kasance

ina kallon kyautar guru na wanda Vivekananda ya hango min shekaru arba'in da uku da suka gabata - kofi na azurfa!

.....
The shugaba almajiri na Lallai Kamar Kristi ubangida Sri Ramakrishna :47-1

BABI: 48

A Encinitas A cikin California

"Abin mamaki, yallaƙai! A lokacin da ba ka nan a kasar waje, an gina mana wannan gidan ibada na Encinitas; kyauta ce ta 'maraba da gida!'" Sister Gyanamata ta yi murmushi ta jagorance ni ta wata kofa ta hau kan wata tafiya mai inuwar itace.

Na ga wani gini yana fitowa kamar babban farin teku yana fuskantar ruwan gishiri mai launin shufi. Da farko ba tare da magana ba, sannan da "Oh's!" da "Ah's!", a karshe da karancin kalmomin farin ciki da godiya na mutum, na duba dakunan ashram guda goma sha shida masu girma, kowannensu an tsara shi da kyau.

Babban zauren tsakiyar birnin, mai manyan tagogi masu tsayin rufi, yana kallon bagadin da aka haɗa da ciyawa, teku, sama - wani salon symphony da aka yi da emerald, opal, da saffir. Wani mayafi a kan babban murhun zauren yana d'auke da siffar Lahiri Mahasaya mai siffar firam, yana murmushin albarkarsa a kan wannan sararin samaniya mai nisa na Pacific.

A kasan zauren, wanda aka gina a cikin wannan babban dutse, kogo biyu na tunani guda ɗaya suna fuskantar rashin iyaka na sararin sama da teku. Baranda, kofofi masu ban sha'awa na rana, eka na lambun 'ya'yan itace, wani daji mai suna eucalypti, hanyoyin dutse da ke ratsa wardi da lilies zuwa ga gazebos masu natsuwa, dogayen matakala da suka kare a bakin teku da kuma manyan ruwaye! Shin mafarki ya taɓa zama siminti?

"Bari rayukan tsarkaka masu kirki da jarumtaka su zo nan," in ji "A Prayer for a Dwelling," daga *Zend-Avesta* , wanda aka ɗaure a kan ɗaya daga cikin kofofin gidan ibada, "kuma su tafi tare da mu, suna ba da kyawawan halaye na warkarwa na

kyaututtukan su masu albarka kamar yadda duniya ta faɗaɗa, kamar koguna, kamar hasken rana, don ci gaban mutane mafi kyau, don karuwar yalwa da ɗaukaka.

"Bari biyayya ta rinjayi rashin biyayya a cikin wannan gidan; zaman lafiya ya yi nasara a nan kan rashin jituwa; ba da zuciya ɗaya kan kwadayi, magana ta gaskiya kan yaudara, girmamawa kan raini. Domin zukanmu su yi farin ciki, rayukanmu kuma su ɗaga, mu ɗaukaka jikinmu; kuma Ya Allah Mai haske, mu gan Ka, mu kuma, mu kusanci, mu kewaye Ka, mu isa ga Ka"

duka zumunci!"



Encinitas, California, tana kallon Tekun Pacific. Babban gini kuma wani
bangare na filin kungiyar fahimtar kai

An sami damar wannan shirin ashram na Zumuntar Kai ta hanyar karimcin wasu almajirai 'yan Amurka, 'yan kasuwan Amurka masu nauyin da ba su da iyaka waɗanda har yanzu suna samun lokaci kowace rana don *Kriya Yoga* . Ba a sami damar isa gare ni ko da kalma ɗaya game da ginin gidan ibada ba a lokacin da nake Indiya da Turai. Abin mamaki, abin farin ciki!

A farkon shekarun da na yi a Amurka, na yi tafiya a bakin tekun California don neman karamin wuri don ashram na bakin teku; duk lokacin da na sami wuri mai dacewa, akwai cikas da ke tasowa don hana ni. Yanzu ina kallon fadin eka na Encinitas, **48-1** cikin tawali'u na ga cikas annabcin Sri Yukteswar na daɗe yana cikawa ba tare da wahala ba: "wani wurin boyewa a bakin teku."

Bayan 'yan watanni, a lokacin Ista na 1937, na yi tafiya a kan ciyawa mai santsi a Encinitas a farkon Ayyukan Fitowar Rana da yawa. Kamar tsoffin masu sihiri, ɗaruruwan ɗalibai sun kalli al'ajabin ibada na yau da kullun, bikin wutar rana ta farko a sararin samaniyar gabas. A yamma akwai Tekun Pacific mara karewa, yana ta yabon sa; a nesa, karamin jirgin ruwa mai farin ruwa, da kuma jirgin ruwan teku mai kaɗaici. "Almasihu, ka tashi!" Ba shi kaɗai ba tare da rana ta fari, amma a cikin alfijir na har abada na Ruhu!

Watanni da yawa na farin ciki sun shude; cikin kwanciyar hankali na cikakkiyar kyau, na sami damar kammala wani aiki da aka daɗe ana hasashensa a gidan ibada, *Cosmic Chants* . Na fara amfani da kalmomin Turanci da waƙoƙin Yamma game da waƙoƙi arba'in, wasu na asali, wasu kuma na daidaita waƙoƙin da na yi na tsoffin waƙoƙi. An haɗa da waƙar Shankara, "Babu Haihuwa, Babu Mutuwa"; waƙoƙi biyu da na fi so daga na Sri Yukteswar: "Wake, Yet Wake, Ya Waliyyina!" da "Desire, Babban Maƙiyina"; waƙar Sanskrit mai suna "Hymn to Brahma"; tsoffin waƙoƙin Bengali, "What Lightning Flash!" da "They Have Heard Your Name"; na Tagore

"Who is in my Temple?"; da kuma wasu waƙoƙin da na rera: "I Will Be Your Everyly," "In the Land Beyond my Dreams," "Come Out of the Silent Sky," "Listen to my Soul Call," "In the Temple of Silent," da "You're my Life."

Domin wani gabatarwa zuwa Lallai littafin waƙa Ni an sake ambato nawa na farko abin mamaki kwarewa tare da Lallai karɓa na

Yammaci zuwa ga kyawawan ayyukan ibada na Gabas. Wannan taron ya kasance lacca a bainar jama'a; lokacin, 18 ga Afrilu, 1926; wurin, Carnegie Hall a New York.

"Mr. Hunsicker," na gaya wa wani dalibi dan Amurka, "Ina shirin rokon masu sauraro su rera waƙar Hindu ta da, 'Ya Allah Mai Kyau!'"

"Yallabai," in ji Mista Hunsicker, "wadannan waƙoƙin Gabas ba su dace da fahimtar Amurkawa ba. Abin kunya ne idan laccar ta lalace da sharhin tumatir da suka nuna!"

Na yi dariya na ce "Kida harshe ne na kowa da kowa. Amurkawa ba za su kasa jin burin rai a cikin wannan waƙar mai girma ba. "

A lokacin laccar, Mista Hunsicker ya zauna a bayana a kan dandamali, wataƙila yana tsoron lafiyata. Shakkunsa ba su da tushe; ba wai kawai rashin kayan lambu da ba a so ba ne, har ma na tsawon awa ɗaya da minti ashirin da biyar, sautin "Ya Allah Mai Kyau!" ya yi ta katsewa ba tare da katsewa ba. daga uku dubu makogwaro. Blase a'a ya fi tsayi, masoyiyata Sabo 'Yan York; naka Zukata sun yi ta shewa cikin farin ciki mai sauƙi! An yi warkarwa ta Allah a wannan maraicen a tsakanin masu ibada suna rera waka da ƙauna sunan Ubangiji mai albarka.

Rayuwar mawaƙin adabi ba ta da wani tasiri a gare ni na dogon lokaci. Ba da daɗewa ba na raba kowace mako biyu tsakanin Los Angeles da Encinitas. Hidimomin Lahadi, azuzuwan karatu, laccoci kafin ƙungiyoyi da kwalejoji, hirarraki da ɗalibai, kwararar wasiƙu marasa ɗorewa, labarai na *Gabas-Yamma*, alkiblar ayyuka a Indiya da ƙananan cibiyoyi da yawa a biranen Amurka. An kuma ba da lokaci mai yawa ga shirya *Kriya* da sauran koyarwar Kai-Gaskiya cikin jerin karatu ga masu neman yoga masu nisa waɗanda himmarsu ba ta da iyaka ga sarari.

Mai Farin Ciki sadaukarwa na wani Gane Kai Coci na Duk Addinai ya ɗauki wuri a cikin 1938 a Washington, DC Tana tsakiyar filayen da aka yi wa ado, cocin mai daraja yana tsaye a wani yanki na birnin da aka fi sani da "Kungiyoyin Abokai." Shugaban Washington shine Swami Premananda, wanda ya yi karatu a makarantar Ranchi da Jami'ar Calcutta. Na kira shi a shekarar 1928 don ya jagoranci cibiyar Washington Self-Realization Fellowship.

"Premananda," na gaya masa a lokacin da na ziyarci sabon haikalinsa, "wannan hedikwatar Gabas abin tunawa ne ga ibadarka mai wahala. A nan babban birnin ƙasar ka rife hasken manufofin Lahiri Mahasaya sama."

Premananda ya raka ni daga Washington don ɗan gajeren ziyara zuwa cibiyar Self-Realization Fellowship da ke Boston. Abin farin ciki ne ganin kungiyar *Kriya Yoga* wacce ta kasance mai tsayi tun 1920! Shugaban Boston, Dr. MW Lewis, ya sauke ni da abokin aikina a wani ɗaki na zamani, wanda aka yi wa ado da fasaha.

"Yallabai," in ji Dr. Lewis, yana murmushi, "a lokacin kuruciyarka a Amurka ka zauna a wannan birni a daki d'aya, ba tare da wanka ba. Ina so ka sani cewa Boston tana da wasu gidaje masu tsada!"

Inuwar kisan kiyashi da ke tafe tana fara tsawo a duniya; tuni kunnen mai karfi zai iya jin gangunan yaƙi masu ban tsoro. A lokacin hirarraki da dubban mutane a California, da kuma ta hanyar wasiƙun duniya, na gano cewa maza da mata suna zurfafa bincike a zukaƙansu; mummunan rashin tsaro na waje ya jaddada buƙatar Eternal Anchorage.

"Mun koyi muhimmancin yin bimbini," in ji shugaban cibiyar London Self-Realization Fellowship a shekarar 1941, "kuma mun san cewa babu abin da zai iya kawo cikas ga zaman lafiyarmu. A cikin 'yan makonnin da suka gabata a lokacin tarurrukan, mun ji gargadin kai hari ta sama kuma mun saurari fashewar jinkirta aiki bama-bamai, amma namu daɓibai har yanzu taru kuma sosai ji daɓi namu kyakkyawan hidima.

Wata wasiƙa ta iso gare ni daga Ingila da yaƙi ya daidaita jim kaɗan kafin Amurka ta shiga rikicin. Da kalmomi masu ban tausayi, Dr. L. Cranmer Byng, fitaccen editan littafin *The Wisdom Of The East Series*, ya rubuta:

"Lokacin da na karanta *Gabas-Yamma*, na fahimci yadda muke da nisa, a bayyane yake muna rayuwa a cikin biyu duniyoyi daban-daban. Kyau, tsari, kwanciyar hankali, da zaman lafiya sun zo mini daga Los Angeles, suna tafiya zuwa tashar jiragen ruwa kamar yadda Jirgin ruwa mai dauke da albarka da jin daɓin Alfarma Mai Tsarki zuwa birni mai cike da matsaloli.

"Ina ganin kamar a mafarki itacen dabino naka, da kuma haikalin da ke Encinitas tare da shimfidar teku da kuma kallon tsaunuka, kuma sama da duka, zumuncin da ke tsakanin maza da mata masu tunani a ruhaniya, al'umma ce da ta fahimci haɓin kai, ta himmatu ga ayyukan kirƙira, kuma ta cika da tunani. Duniyar hangen nesa ta ce, wadda nake fatan daukar karamin bangare na, kuma yanzu...

"Wataƙila a cikin jiki ba zan taɓa isa gaɓar zinariyarku ba ko kuma bauta a cikin haikalinku. Amma wani abu ne da ya fi haka, na sami wahayi kuma na san cewa a tsakiyar yaƙi har yanzu akwai zaman lafiya da ke zaune a tashoshin jiragen ruwanku da kuma tsakanin tsaunukanku. Gaisuwa ga dukkan 'yan'uwa daga wani soja na gama gari, wanda aka rubuta a kan hasumiyar tsaro yana jiran wayewar gari."

Shekarun yaƙin sun kawo farkawa ta ruhaniya a tsakanin mutanen da sha'awarsu ba ta taɓa haɗa da nazarin Sabon Alkawari ba. Wani abu mai daɓi daga tsire-tsire masu daɓi na yaƙi! Domin biyan buƙatar da ke karuwa, an gina wata karamar Cocin Gane Kai na Duk Addinai mai ban sha'awa kuma an keɓe ta. a cikin 1942 a Hollywood. The shafin yanar gizo fuskoki Zaitun Tudu kuma Lallai mai nisa Los Filin Duniya na Angeles. Cocin, wanda aka gama da shuɗi, fari, da zinariya, yana haskakawa a tsakiyar hyacinths na ruwa a cikin babban tafkin ruwa. Lambunan suna da furanni masu kama da na 'yan luwaɗi, barewa mai ban mamaki, da gilashi mai launi. pergola, da kuma kyakkyawan fata mai kyau. An haɗa shi da tsabar kuɗi da kuma

burin mutum na daban, babban burin samun taska ta Ruhu! Alheri na duniya yana fitowa daga kananan wurare masu siffofi na Lahiri Mahasaya da Sri Yukteswar, da kuma Krishna, Buddha, Confucius, St. Francis, da kuma kyakkyawan kwaikwayon Kristi a lokacin cin abincin karshe.

An kafa wata Cocin Gane Kan Kai na Duk Addinai a shekarar 1943 a San Diego. Haikali mai natsuwa a kan tudu, yana tsaye a cikin kwarin eucalypti mai gangarowa, yana kallon San Diego Bay mai sheki.

Ina zaune wata maraice a cikin wannan wuri mai natsuwa, ina ta rera waka. A karkashin yatsun hannuna akwai wani abu mai daɗi na cocin, a bakina kuma ina jin sha'awar wani tsohon ɗan Bengali.

mai ibada Hukumar Lafiya ta Duniya yana da bincike don har abada kwanciyar hankali:

A cikin wannan duniya, Uwa, babu gwangwani soyayya ni;
A wannan duniyar ba su san soyayya ta Allah
ba. Ina akwai soyayya mai tsarki?
Ina akwai mai kaunarka da gaske?
A can zuciyata take sha'awar
kasancewa.

Abokin aikina a cikin cocin, Dr. Lloyd Kennell, shugaban cibiyar San Diego, yana
ɗan murmushi da kalmomin wakar.

"Ka fadfa min gaskiya, Paramhansaji, shin ya cancanci hakan?" Ya kalle ni da
gaskiya. Na fahimci tambayarsa mai ban mamaki: "Shin ka yi farin ciki a Amurka?
Yaya batun takaici, bakin ciki, shugabannin tsakiya waɗanda ba za su iya jagoranci
ba, ɗaliban da ba za a iya koya musu ba?"

"Mai albarka ne mutumin da Ubangiji yake gwadawa, Likita! Yana tunawa lokaci
zuwa lokaci don ya ɗora mini nauyi!" Sai na yi tunani game da dukan masu aminci,
game da kauna da ibada da kuma fahimtar hakan ta kasance a zuciyar Amurka. Da
na ɗan ja hankali kaɗan, na ci gaba da cewa, "Amma amsar da zan bayar ita ce: Eh,
sau dubu haka ne! Ya kasance mai amfani; ya kasance abin wahayi koyaushe, fiye da
kowane lokaci da na yi mafarkin gani, na ga Yamma da Gabas sun haɗu a cikin
haɗin gwiwa mai ɗorewa, na ruhaniya!"

A hankali na kara addu'a: "Babaji da Sri Yukteswarji sun ji cewa na yi iya kokarina,
ba tare da bata wa babban begen da suka aiko ni ba."

Ni juya kuma zuwa Lallai sashin jiki; wannan lokaci nawa waka ya kasance mai tinge
tare da wani rundunar soji jarumtaka:

Tayar nika ta Lokaci ta lalata
rayuwa da yawa ta wata da tauraro
Da kuma safiya mai murmushi mai
haske - Amma har yanzu raina yana
tafiya!

Duhu, mutuwa, da gazawa sun yi karo
da juna; Sun yi kokari sosai don su

toshe min hanya;

Yaki na da kishi Yanayi yana da karfi

- Amma har yanzu raina yana tafiya!

Makon Sabuwar Shekara ta 1945 ya same ni a wurin aiki a cikin karatun Encinitas, ina sake duba rubutun wannan littafin.

"Paramhansaji, don Allah ka fito waje." Dr. Lewis, a wata ziyara daga Boston, ya yi min murmushi daga wajen tagata yana rokona. Ba da dadewa ba muka fara yawo a cikin hasken rana. Abokina ya nuna sabbin hasumiyai da ake ginawa a gefen kadarar Fellowship da ke kusa da babbar hanyar bakin teku.

"Yallaɓai, na ga ci gaba da yawa a nan tun bayan ziyarar da na kai a baya." Dr. Lewis yana zuwa sau biyu a shekara daga Boston zuwa Encinitas.

"Eh, Likita, wani aiki da na daɗe ina tunani a kai ya fara ɗaukar wani tsari na musamman. A cikin wannan kyakkyawan yanayi na fara karamin mulkin mallaka na duniya. 'Yan'uwanci manufa ce da aka fi fahimta ta misali fiye da koyarwa! Karamin rukuni mai jituwa a nan na iya zaburar da sauran al'ummomi masu kyau a duniya."

"A kyau ra'ayi, yallaɓai! The mulkin mallaka nufin tabbas zama wani nasara idan kowa da kowa da gaske yana yi nasa wani bangare!"

"'Duniya' babbar kalma ce, amma dole ne mutum ya faɗaɗa amincinsa, yana la'akari da kansa a matsayin ɗan kasa na duniya," na ci gaba da cewa. "Mutumin da ya ji da gaske: 'Duniya ita ce kasar haihuwata; ita ce Amurkata, Indiyata, Philippinesta, Ingilata, Afirkata,' ba zai taɓa rasa damar yin rayuwa mai amfani da farin ciki ba. Alfaharinsa na asali zai san faɗaɗawa marar iyaka; zai kasance tare da sabbin hanyoyin kirƙira na duniya."

Ni da Dr. Lewis mun tsaya a saman tafkin lotus kusa da wurin waha. A kasanmu akwai yankin Pacific mai ban mamaki.

"Wadannan ruwan suna wargajewa daidai gwargwado a gabar tekun Yamma da Gabas, a California da China." Abokina ya jefa karamin dutse a cikin na farko na murabba'in mil miliyan saba'in a cikin teku. "Encinitas wuri ne na alama ga mulkin mallaka na duniya."

"Gaskiya ne, Likita. Za mu shirya tarurruka da dama da kuma taron addini a nan, muna gayyatar wakilai daga dukkan kasashe. Za a rataye tutocin kasashe a cikin ɗakunanmu. Za a gina kananan haikali a kan filayen, waɗanda aka keɓe ga manyan addinai na duniya.

"Da wuri," na ci gaba, "Ina shirin buɗe Cibiyar Yoga a nan. Matsayin *Kriya Yoga mai albarka* a Yamma bai wuce kawai farawa ba. Bari dukkan mutane su san cewa akwai wata dabara ta kimiyya ta gaske don fahimtar kai don shawo kan dukkan wahalhalun ɗan adam!"



Masu jawabi a taron kabilu daban-daban na shekarar 1945 a San Francisco yayin taron zaman lafiya. (Hagu zuwa dama) Dr. Maneck Anklesaria, John Cohee, ni da kaina, Hugh E. MacBeth, Vince M.



Cocin Gaskiyar Kai na Duk Addinai a Washington, DC, wanda shugabansa, Swami Premananda, yake a nan hotonsa tare da ni.



Nawa mai daraja uba, zaune a cikin Lallai natsuwa lotus yanayin aiki,
Calcutta, 1936

Tun daga dare abokina mai kauna - *Kriya Yogi ta farko* a Amurka - ya tattauna da ni game da bukatar kasashen duniya da aka kafa bisa tushen ruhaniya. Matsalolin da aka danganta da wani abu da ake kira "al'umma" za a iya sanya su a zahiri a kofar Kowane mutum. Dole ne Utopia ta fito a cikin kirjin sirri kafin ta yi fure a cikin kyawawan halaye na jama'a. Mutum rai ne, ba cibiya ba; gyare-gyaren da yake yi na ciki kadai zai iya ba da dawwama ga waƙanda ke waje. Ta hanyar damuwa kan dabi'un ruhaniya, fahimtar kai, mulkin mallaka mai misalta 'yan'uwantaka na duniya yana da ikon aika girgiza mai ban sha'awa fiye da inda yake.

15 ga Agusta, 1945, karshen Yakin Duniya na Biyu! Karshen duniya; wayewar zamanin Atom mai ban mamaki! Mazauna wurin da aka yi wa kaburbura sun taru a babban zauren don addu'ar godiya. "Ya Uba na sama, ba zai sake faruwa ba! 'Ya'yanka za su ci gaba da zama 'yan'uwa!"

Tashin hankalin shekarun yaki ya kare; ruhinmu ya yi ta kwararowa cikin hasken zaman lafiya. Na kalli kowanne abokina na Amurka da farin ciki.

"Ya Ubangiji," Ni tunani cikin godiya, "Kai gaggawa da aka bayar wannan limamin addini wani babba iyali!"

.....

A karami gari a kunne Teku Babbar Hanya 101, Encinitas shine 100 mil kudu na Los Angeles, kuma 25 mil :48-1

:arewa na San Diego. 48-2: Na fassara kalmomin waƙar Guru Nanak a nan

O Allah kyau! O Allah Kyakkyawa!

,A cikin daji, kai kore ne

A cikin dutse, Kai ne mai tsayi,

Lallai kogi, Kai fasaha rashin

natsuwa, A cikin teku, Kai

!kabari ne

Zuwa Lallai mai hidima, Kai fasaha

,hidima, Ga mai kauna, Kai kauna ne

,Zuwa Lallai mai bakin ciki, Kai fasaha tausayi

!Zuwa Lallai yogi, Kai fasaha ni'ima

0 Allah kyau! 0 Allah Kyakkyawa!

A Kafafunka, Ya Allah, ina

!rusunawa



:Karin Bayani:ta



Ashram na Yanar Gizo don Kriya Yoga, Allah
Yoga, Soyayyar Allah da fahimtar Allah



An kirkiri wannan "Tarihin rayuwar wani Yogi"
daga Rubutun asali na 1946 - bugu na farko.
Haƙƙin mallaka na bugu na farko na 1946 ya kare
a Amurka kuma wannan littafin mafi ban sha'awa
yanzu mallakar jama'a ne kuma yana samuwa
.kyauta ga duk duniya



An kirkiri sigar eBook a cikin tsarin PDF ta amfani
da Acrobat 7.0 Professional kuma an gabatar
muku da shi by [Cyberspace Ashram](#) - Cikakken
koyarwar soyayya ciki har da Lallai cikakken
bayani kaddamarwa zuwa Lallai mai tsarki
Kimiyyar Kriya Yoga tana samuwa kyauta akan
layi a [www. kriyayoga.com](http://www.kriyayoga.com). An kafa Ashram na
Intanet a shekarar 1997 da manufar kawai ita ce
ta kawo wa duniya koyarwar soyayya ta asali,
gami da cikakken bayani game da kimiyya mai
.tsarki ta Kriya Yoga



Allah ya kaunaci mahaifina da jin dadinsa ya
ɗaga maka hankali, tunani da zuciyarka
domin saukaƙa maka hanyarka ta soyayya.
gida. Soyayya shine Lallai maɓalli zuwa
Allah - Soyayya shine duk abin da Allah ya
ba ka - don karɓar soyayya kana buƙatar
bayar da soyayya - babu komai sai soyayya



Bayani game da wasu daga cikin
mahimman sassan Cyberspace
Ashram

- 
1. Zuwa fara aikin Kriya Yoga daidai -
Tabbatar da gaske kuna karanta ɗaruruwan
shafuka da aka buga a cikin [Cyberspace e](#)

Ashram har da dukkan sassan:

2. A kunne naka fikafikai na soyayya - a kunne naka hanya zuwa Allah

- 
3. [ruhaniya Kananan haruffa](#)
 4. [ruhaniya Wasikun Labarai](#)
 5. [Tambayoyin da ake yawan yi akai-akai](#)
 6. [Tare da Soyayya daga Allah zuwa kai](#)
 7. Yaushe karanta duk fayilolin am da sassan Cyberspace Ashram - zaku samu a daidai lokacin ainihin shafin diksha tare da duk dole cikakkun bayanai na Lallai dabarun na na eholy kimiyya na Kriya Yoga. Ku kasance a shirye don karanta komai, don yin nazarin komai har sai kun fahimci komai kuma a karshe ku yi aiki da koyarwar soyayya a dukkan sassan rayuwarku ta yau da kullun don cimma nasara a cikin aikin Kriya Yoga d'inku. Kriya Yoga ita ce hanyar zuwa ga Allah - kauna ita ce makamashi a kan hanyar soyayyar ku.



Da Soyayya da

Ni'ima Hans

[Allah Soyayya ne](#) | [Soyayya](#) | [Koyarwar Soyayya](#) | [Tsoron Allah dan Soyayya](#) | [Darussan Soyayya](#) | [Koyi ka ce "Ni ina sonki"](#) | [Koyi karɓar soyayya"](#) | [Gwaje-gwajen soyayya da d Ra'ayoyin soyayya](#) | [Dandalin Ruhaniya - Magani o f Soyayya](#) | ["Katunan Soyayya don faɗin "Ina son ku](#)

Taskar Hikima

Paramhansa Yogananda Labarai na Ruhaniya



Ra'ayoyi daga rayuwar wani mai hikima

Daga Shri Daya Mata, tsohuwar shugabar kungiyar ilimi

ta kai

Wanda ya rubuta koyarwar malamin Paramhansa

Yogananda kuma ya kiyaye su har tsawon tsararraki

Lokacin da na fara ganin Paramhansa Yogananda, yana
gabatar da jawabi ga dimbin masu sauraro da suka yi
.mamaki a birnin Salt Lake a shekarar 1931
A tsaye a kusurwar bayan zauren da ke cike da jama'a,
ban san komai a kusa da ni ba sai mai magana da
.kalamansa

Duk rayuwata ta nutse cikin hikima da kauna ta Allah da
ke kwarara cikin raina, tana cika zuciyata da tunani. Abin da
kawai na iya tunani shi ne, "Wannan mutumin yana kaunar
Allah kamar yadda nake sha'awar kaunarsa koyaushe. Ya
san Allah, kuma shi ne abin da zan bi" Kuma wannan shine
.abin da na yi tun daga wannan lokacin zuwa gaba
Yayin da na ji karfin ruhaniya mai d'aukaka na
kalmominsa a rayuwata a lokacin wadannan shekarun farko
tare da malamina mai daraja Paramhansa, sai na ji wani karfi
na gaggawa ya bayyana a cikina don rubuta da kuma kiyaye
maganganunsa masu hikima ga dukan duniya da kuma ga
.dukan tsararraki

Abin farin ciki, a tsawon shekaru da yawa na hadin
gwiwa da Jagora Paramahansa, na rubuta laccocinsa da
shawarwarinsa na kaina—babban taskar hikima mai ban
—mamaki da kaunar Allah ta musamman
Wahayin mala'ika ya kwarara sosai, wanda aka nuna a
cikin jawabinsa mai ci gaba; sau da yawa yana magana na
mintuna da yawa a lokaci guda ba tare da tsayawa ba, ko
.kuma wani lokacin na tsawon awa daya
Yayin da masu sauraronsa ke zaune cikin mamaki da
sha'awa, alkaamina ya yi sauri sosai! Yayin da na rubuta
kalmominsa ta amfani da gajeriyar hanya, sai na ji kamar
wata albarka ta musamman ta sauko, nan take na fassara
.muryar malamin zuwa gajeriyar hanya a shafukan
Rubuta shi zuwa rubutu na yau da kullun aiki ne mai
tsarki kuma aiki ne mai albarka har zuwa yau. Ko bayan duk
wannan lokacin - wasu daga cikin abubuwan da na lura sun
samo asali ne sama da shekaru arba'in - lokacin da na fara

rubuta shi, na same shi sabo a cikin zuciyata ta hanyar
mu'ujiza, kamar an rubuta shi jiya, har zuwa inda zan iya jin -
a cikin kowace kalma - sautin muryar mala'ika, a cikin zurfin
.raina

Malamin ba kasafai yake shirya laccocinsa ba ko kaɗan.

Idan ya shirya kwata-kwata, da ya kunshi rubuta wasu
bayanai cikin sauri da ɗan gajeren lokaci. A kan hanyarsa ta
zuwa haikali, zai tambayi ɗaya daga cikinmu—a cikin mota—
ya ce

Menene batun laccata ta yau?" Zai mayar da "
hankalinsa kan batun sannan ya gabatar da laccar ba tare
da wata kalma ba, yana samo asali ne daga tushen wahayi
.na Allah

An sanar da batutuwan laccocin malamin a gaba a cikin
haikali, amma wani lokacin tunaninsa yana aiki a wani fanni
.daban lokacin da ya fara magana

Ko da kuwa menene batun ranar, malamin ya faɗi
gaskiyar da ta mamaye tunaninsa a wannan lokacin, yana
zuba ilimi mai mahimmanci a cikin kwararar da ke ci gaba
daga kwarewarsa ta ruhaniya da kuma fahimtar da ke da
saukin fahimta, Kusan koyaushe, a karshen wa'azin, mutane
da yawa za su fito don nuna godiyarsu ga wayewar da ya ba
su kan wani al'amari da ya dame su, ko kuma watakila don
bayanin wani ra'ayi na falsafa wanda ya fi jan hankali a gare
.su

Wani lokaci, yayin da yake ba da lacca, hankalin
malamin zai yi karfi sosai har ya manta da masu sauraro na
ɗan lokaci ya kuma yi magana kai tsaye da Allah. Duk
rayuwarsa cike take da farin ciki da kuma cike da kaunar
.Allah

A cikin waɗannan yanayi na babban sani, saninsa ya yi
daidai da sanin Allah, don haka ya fahimci gaskiya a cikin
kansa kuma ya bayyana abin da ya fuskanta kuma ya gani
Wasu kuma watakila sun tsorata da kasancewar
Paramhansa Yogananda mai haske, amma dumsinsa, rashin

saukin fahimta, da kuma tawali'unsu na natsuwa nan da nan
suka sanya kwanciyar hankali da natsuwa ga duk wanda ke
wurin. Kowanne mutum yana jin kamar an yi wa maganar
.maigidansa da kansa

Barkwanci da kuma ruhi mai saukin kai halaye ne masu
kyau na halayen malamin. Da jumla da aka zaɓa da kyau,
wata alama mai ma'ana, ko kuma fuskarsa mai kyau, zai iya
haifar da martani mai kyau da dariya mai daɗi a daidai
lokacin da ya dace don fayyace wani batu ko kuma ya
kwantar da hankalin masu sauraro bayan dogon tunani mai
.zurfi kan wani batu ko wata matsala mai zurfi da zurfi

Mutum ba zai iya rubuta abubuwan da ke cikin littafi ba
Gabaɗaya halin Paramhansa Yogananda yana da haske,
haske, da kauna. Duk da haka, fatana mai tawali'u wajen
bayar da wannan ɗan gajeren fassarar shine in samar da
hangen nesa na kaina wanda zai kara jin daɗin mai karatu
.da kuma godiya ga koyarwarsa

Bayan na ga malamin mala'iku na cikin cikakken jituwa
da tsarki tare da kasancewar Allah, kuma bayan na ji gaskiya
mai yawa da kuma kwararar ruhunsa mai wadata da wadata;
bayan na rubuta manyan koyarwarsa na tsawon tsararraki;
kuma yanzu na sanya su a hannun masu karatu, ba zan iya
!taimakawa ba sai in yi ihu: Kai, babban farin ciki na
Ina rokon Allah Maɗaukakin Sarki da kalmomin malami
masu daraja su buɗe kofofin imani mai karfi ga Allah da
kuma kaunar Allah a gare Shi a cikin zukatan waɗanda suke
.son sa

Ka'idar Reincarnation Ana iya tabbatar da ita a kimiyyance

Idan mutum ya yi imani da Allah mai adalci a sararin samaniya, ra'ayin sake haihuwa yana da saukin karɓa, domin ra'ayoyin biyu sun dogara ne akan juna. Amma fa game da masu shakka da waɗanda ba su yarda da Allah ba?

Shin za a iya tabbatar da gaskiyar sake haihuwa a kimiyyance don gamsuwarsu? Kuma za a iya yin nazarin kimiyya mai zurfi, ba kawai don bayar da bege ba, har ma ?don samar da hujjar gaskiyarta

Masana kimiyyar jari-hujja sun yi iƙirarin cewa har yanzu ba su sami wata hujja ta zahiri ta wanzuwar Allah ba, saboda haka ba za su iya bayar da wata shaida ta wanzuwar shari'arsa mai adalci ba wadda ke ba wa dukkan mutane damammaki iri ɗaya don ci gaba da ci gaba ta hanyar .komawa ga jiki

Wahalar yara marasa laifi, rashin adalci, da rashin adalcin rayuwa duk suna kama da abubuwa marasa ma'ana da ba za a iya fahimta ba ga irin waɗannan masana kimiyya, .suna nuna rashin mahalicci mai adalci

A gefe guda kuma, yawancin masu imani da Allah mai adalci da adalci suna dogara ne kawai akan imani, ba su da wata hujja da za su bai wa waɗanda ba su yi imani ba. Sau da yawa suna jinkirin bincika imaninsu ko kuma su yi masa tambayoyi masu ma'ana saboda tsoron rasa shi ko haifar da tashin hankali a cikin al'umma. A wata ma'anar, ba su san wata doka ta kimiyya ko ta ruhaniya da za ta iya tabbatar da .imaninsu ba

Amma me yasa ba a binciki dokar ruhaniya kamar yadda hanyoyin gwaji da masana kimiyya ke amfani da su don gano abubuwan da suka faru na halitta ba? Wannan tambayar ta samo asali ne daga masana ruhaniya a Indiya, waɗanda suka ba da kansu don amsa ta. Gwaje-gwajen sun samar da hanyoyin kimiyya waɗanda kowa zai iya amfani da

su don bayyana dokar ruhaniya, don haka, don fahimtar
.sake haihuwa da duk gaskiyar sararin samaniya
Muddin akwai hanyoyin shaida, babu wanda ke da ikon
cewa komawa ga jiki da sauran dokokin ruhaniya ba daidai
ba ne sai dai idan ya gwada hanyoyin kuma ya ga gaskiyar
.da idanunsa

Mai shakkar yanayin halitta yana da 'yancin bayyana
ra'ayinsa, amma ya kasance ra'ayi ne kawai ba gaskiya ba
A cikin kimiyyar halitta, dole ne a bi takamaiman
hanyoyin don tabbatar da duk wata ka'ida da ake bincike.
Kwayoyin cuta ba sa ganuwa ga ido tsirara, don haka akwai
bukatar na'urar hangen nesa don lura da su. Idan wani ya ki
duba ta hanyar na'urar hangen nesa, ba za a iya cewa sun
bincika kuma sun tabbatar da ka'idar wanzuwar kwayoyin
cuta ba. Saboda haka, ra'ayinsu ba shi da wani nauyi saboda
ba su bi ka'idodin da aka ba da shawarar don tabbatar da
.ingancin ka'idar ba

Haka nan ya shafi ruhaniya An tsara hanyoyi, an kafa
dokoki, kuma an gabatar da sakamako ga duk wanda ke son
yin gwaji A duniyar Yamma, duk da haka, rashin hanyar
kimiyya don bincika dokokin ruhaniya ya rage darajar addini
sosai a matsayin muhimmin karfi a rayuwar ɗan adam Ana
rungumar ko ƙin koyaswar ruhaniya bisa ga imani na mutum
ɗaya maimakon a ɗauke ta a matsayin sakamako na ƙarshe
.na zurfafa bincike da bincike na ruhaniya mai tsari

Ta yaya tsoffin masanan Indiya suka gano waɗannan
dokokin sararin samaniya marasa canzawa? Ta hanyar
gudanar da gwaje-gwaje kan rayuwar ɗan adam da tunani a
dakunan gwaje-gwaje na wuraren tarihinsu Don fahimtar
yanayin abubuwan halitta, dole ne mu yi gwaji da kayan
halitta. Hakazalika, don gano gaskiya game da sake
haihuwa, ko kuma kaura ta rai ɗaya ta cikin jiki da yawa, ya
.zama dole a gudanar da gwaje-gwaje kan sanin ɗan adam
Waɗannan tsofaffin malamai sun gano cewa ɗan adam
ba ya canzawa a tsawon rayuwarsa, duk da abubuwan da

suka faru da canje-canje daban-daban a cikin tunani yayin farkawa, mafarki, da barcin da ba mafarki ba. Sun gano cewa ra'ayoyin ji, muhalli, tunani, da yanayin jiki duk suna canzawa, amma jin kai, ko girman kai, ba ya canzawa kwata-.kwata daga haihuwa zuwa mutuwa

Masana kimiyyar gwaji na Indiya sun tabbatar da cewa ta hanyar mai da hankali kan kai a hankali ta hanyar ci gaba da sa ido kan sa, da kuma bin diddigin sa, ba tare da la'akari da yanayin farkawa, mafarkai, da barcin da ba mafarki ba, mutum zai iya fahimtar yanayin kai na dindindin da har .abada

Sau da yawa mutum yana sane da daya daga cikin wadannan yanayi. Yana sane da saninsa yayin da yake farke, kuma wani lokacin yana iya sanin yanayin mafarkinsa. Ba sabon abu ba ne a ji cewa mutum yana mafarki yayin da .yake mafarki

Ta wasu hanyoyi da ayyuka, mutum zai iya ci gaba da sanin kowace jiha da aka ambata a sama. Har ma yana iya samun matsayi na huɗu—halin albarka na wayewa mafi girma

A lokacin barci, shakatawa ba tare da son rai ba yana faruwa yayin da aiki a cikin jijiyoyi da jijiyoyi ke bacewa. Da yin aiki, mutum zai iya haifar da wannan shakatawa yayin da yake a farke kuma ta hanyar kokari mai zurfi. A cikin barci mai zurfi ko mutuwa, cikakken shakatawa yana faruwa yayin da kuzarin rai ke janyewa daga zuciya da kashin baya. Ta hanyar zurfafa tunani, wannan cikakken shakatawa za a iya haifar da shi a hankali yayin da yake a farke. A wata ma'anar, kowane aikin jiki da ba shi da son rai za a iya .sarrafa shi da gangan ta hanyar motsa jiki na musamman Tsoffin masanan Indiya sun kammala da cewa mutuwa ita ce janyewar karfin rai daga fitilar jikin ɗan adam, gami da jijiyoyi, jijiyoyi, da hanyoyin makamashi marasa adadi. Kamar yadda wutar lantarki ba ta mutuwa idan aka cire ta daga kwan fitila da ta karye, haka nan kuma karfin rai ba ya

mutuwa idan aka cire ta daga jijiyoyi marasa son rai. Ba zai
yiwu a lalata makamashi ba. Yana janye jiki daga jiki a
lokacin mutuwa kuma ya koma makamashin sararin
.samaniya

A lokacin barci, hankalin mutum yana daina aiki yayin
da wutar lantarki a cikin jijiyoyi ke janyewa na ɗan lokaci. A
lokacin mutuwa, hankalin ɗan adam ya daina bayyana kansa
gaba ɗaya ta cikin jiki, wanda daga nan ya yi kama da hannu
mai gurgunta; mai shi ya san kasancewarsa amma bai iya
sarrafa ko aiwatar da shi ba. Bayanan likita sun bayyana
lamarin wani malamin addini wanda ya shiga suma kuma ya
ji waɗanda ke kewaye da shi suna kuka game da
mutuwarsa, duk da haka bai iya bayyana yadda yake ji ta
hanyar ayyukansa na jiki ba zato ba tsammani. Tsarin jikinsa
ya daina ba zato ba tsammani kuma ya ki amsa umarnin
tunaninsa. Bayan ya shafe awanni ashirin da huɗu a cikin
wannan yanayi, kuma yayin da za a tafi da shi don binne shi,
ya yi ƙoƙari mai yawa kuma ya sami damar motsawa.
Wannan lamari yana nuna dagewar jin daɗin kansa ko da
.lokacin da jiki ya bayyana babu rai

Masu hikima suna cewa ya kamata mutum ya raba aiki
da sani daga jiki da sani, ya lura da yanayin barci da sanin
yakamata, sannan ya yi aikin janye ayyukan da kansa daga
cibiyoyin zuciya da kashin baya. Yin hakan, mutum yana
koyon yarda da abin da mutuwa za ta ɗora masa ba tare da
.saninsa ba kuma ba tare da son ransa ba
Makamashi mai mahimmanci yana shiga jiki ta hanyar
medulla oblongata kuma ana adana shi a cikin ma'ajiyar
kwakwalwa. Sannan yana sauka zuwa wasu cibiyoyin rayuwa
da sani guda biyar a cikin kashin baya, inda ake rarraba shi
.zuwa ga gabobin ji da sauran sassan jiki

A lokacin mutuwa, makamashin rai yana komawa baya
gaba ɗaya kuma a ƙarshe zuwa kashin baya kuma yana
barin jiki ta hanyar medulla oblongata. Kwararren yogi zai
iya, ta hanyar nufin da sani, cire wannan makamashin rai

daga jiki da ji zuwa kashin baya ya kuma aika shi zuwa mafi girman cibiyoyin fahimta mai tsarki, inda suke jin dadin "mutuwa" - wato, 'yantar da su daga ruɗani na ji da ke haifar .da alaƙa da karancin sani na jiki

Akwai wani shari'a da aka rubuta a cikin bayanar likitocin Faransa da na Turai game da wani mutum mai suna Sadhu Haridas, a kotun Sarkin Indiya Rajneet Singh. Wannan shari'ar ta nuna cewa Sadhu Haridas ya sami damar raba aikinsa da saninsa daga jikinsa, sannan ya sake haɗa su bayan watanni da dama. An binne gawarsa a karkashin kasa, kuma yankin yana karkashin sa ido mai tsauri, na tsawon watanni da yawa. A karshen wannan lokacin, an tono gawarsa kuma likitocin Turai suka duba ta, waɗanda suka ayyana shi ya mutu. Duk da haka, 'yan mintuna bayan wannan sanarwar, ya buɗe idanunsa ya sake samun iko da dukkan ayyukan jikinsa, yana rayuwa tsawon shekaru da yawa bayan haka. Ya koyi ta hanyar aiki yadda ake sarrafa duk ayyukan jikinsa da tunaninsa ba tare da son rai ba. Malami ne na ruhaniya wanda ya gudanar da gwaje-gwajen ruhaniya da masana suka ba da shawarar don fahimtar ainihin yanayin dokar sararin samaniya. Sakamakon haka, ya sami damar tabbatar da ci gaban rayuwar ɗan adam bayan .mutuwa da kuma rashin wanzuwar ainihin rai mara mutuwa Waɗanda ke son tabbatar wa kansu gaskiyar kimiyya ta sake rayuwa dole ne su fara nuna ci gaba da wayewa bayan mutuwa ta hanyar raba jiki da rai da sani. Ana iya yin hakan ta hanyar bin ka'idodin da malaman ruhaniya na Indiya suka kafa karnuka da suka wuce. Lokacin da mutum ya koyi zama a farke yayin barci, ya jawo mafarki yadda ya ga dama, da kuma raba gaɓoɓi biyar cikin sani - ba kamar yadda yake faruwa a lokacin barci ba - kuma lokacin da ya koyi sarrafa aikin zuciya, to zai iya fuskantar mutuwa mai rai ko kuma yanayin rashin sani na jiki (ba yanayin rashin sani ba) Masananmu sun ce kai yana sane da kansa a dukkan mata kai na yarinta, kuruciya, da tsufa. Rai da ke cikinsa

koyaushe yana sane da duk yanayin da mutum ke fuskanta,
gami da karɓar wani jiki bayan mutuwa da kuma motsawa
tsakanin duniyoyin zahiri da na zahiri. Wannan gaskiya ba ta
.jayayya da waɗanda suka kware a kimiyyar ruhaniya
Ta hanyar yin amfani da hanyoyin da suka kai ga yanayi
huɗu da aka ambata a sama, za mu iya bin diddigin kansa a
yanayin rayuwarsa. Za mu iya bin diddiginsa da saninsa
yayin mutuwa, yawo a sararin samaniya, da dawowarsa cikin
.sabuwar jiki

Waɗanda ba a koya musu waɗannan abubuwa ba ba za
su iya rike hankalinsu ba a lokacin babban barci: mutuwa
Don haka, ba za su iya tuna kowace irin yanayi da suka taɓa
fuskanta a baya ba, har ma lokutan "barci mai zurfi" a cikin
rayuwa ɗaya kawai

Ta hanyar ɗaukar hanyoyin tsoffin malaman Indiya
waɗanda suka gwada kuma suka tabbatar da waɗannan
dokoki, kuma suka ba duniya ilimi mai tamani, wanda za a
iya tabbatarwa, mutum zai iya koyon gaskiyar kimiyya game
da sake haihuwa da duk sauran gaskiya ta har abada

Murmushin rai

Murmushin gaskiya shine murmushin farin ciki na
ruhaniya, wanda aka haifa ta hanyar tunani, tunani game da
Allah, da kuma jin kasancewarsa Murmushina yana fitowa
daga wani babban farin ciki a cikina - farin ciki da kowa zai
iya samu Kamar kamshin da ke fitowa daga zuciyar fure mai
fure Wannan babban farin ciki yana gayyatar wasu su nutse
cikin ruwa mai tsarki na farin ciki

Akwai yanayi huɗu da matsakaicin mutum ya saba da
su: farin ciki bayan cika sha'awa, rashin farin ciki idan aka
hana shi, gundura lokacin da ba farin ciki ko baƙin ciki ba, da
kwanciyar hankali lokacin shawo kan waɗannan motsin rai
ko yanayin tunani na jin daɗi, zafi, da gundura

Zaman lafiya yanayi ne mai matukar so wanda ya samo
asali daga rashin bakin ciki da jin dadi, da kuma rashin
gundura Wadannan yanayi suna ci gaba da yawo a saman
rai Bayan hawa rakuman ruwa masu cike da zafi da jin dadi,
gami da nutsewa cikin zurfin gajiya, akwai farin ciki a cikin
shawagi a kan tekun kwanciyar hankali mai natsuwa. Amma
farin ciki na ruhaniya ya fi zaman lafiya - jin dadin rai -
babban farin ciki ne na har abada wanda ba ya bacewa
amma yana tare da rai har abada. Wannan babban farin ciki
.za a iya samu ne kawai ta hanyar sanin kasancewar Allah

Idan ka sanya kwano na ruwa a farkashin hasken wata
sannan ka motsa shi, za ka kirkiro wani mummunan hoto na
wata. Lokacin da ruwan ya zauna a cikin kwano, hasken zai
bayyana. Lokacin da ruwan da ke cikin kwano ya yi tsit kuma
yana nuna fuskar wata da haske za a iya kwatanta shi da
yanayin zaman lafiya mai tunani da kuma yanayin kwanciyar
hankali mai zurfi. A cikin kwanciyar hankali, dukkan rakuman
ji da tunani suna daina gudana daga tunani. Kuma a cikin
wannan yanayi mai zurfi na kwanciyar hankali, mutumin da
ke tunani, a cikin wannan kwanciyar hankali, yana ganin
cikakken wata na kasancewar allahntaka da ke nunawa a
.cikin tafkin rai

Zaman lafiya yanayi ne na rashin aiki, kasancewar
rashin rakuman jin dadi, zafi, da rashin kulawa. Don haka,
mai bimbini yana jawo, bayan dan lokaci, don sake fuskantar
rakuman motsin rai. Amma zurfin zaman lafiya na bimbini
yana karuwa, haka nan yake canzawa zuwa natsuwa ta
ruhaniya, kuma sakamakon haka, zuwa farin ciki mai kyau,
ta yadda mai bimbini zai sami farin ciki wanda ake
.sabuntawa akai-akai kuma mai gamsuwa gaba daya

Lokacin da kake barci, kana tunani da ji na shiru ba tare
da wani tunani ba. Amma lokacin da kake tunani da ji na
shiru ta hanyar tunani, abu na farko da kake fuskanta shine

yanayin kwanciyar hankali, kuma tsokoki na fuskarka suna samar da murmushi wanda ke nuna kwanciyar hankali na ciki. Amma dole ne ka duba bayan wannan yanayin kwanciyar hankali don fahimtar tsarkin ranka - tsarkin da ba shi da lahani ta hanyar motsin rai ko amsawa ta atomatik ga tunani da ke da alaƙa da ji. Yanayin da kake fuskanta a lokacin yana ɗaya daga cikin farin ciki mai sabuntawa na .dindindin

Annabawa da waliyyai suna da wannan farin ciki a zukatansu a koyaushen suna jin tsaro da kwanciyar hankali mai albarka, ba sa girgiza kuma ba sa shan kashi daga guguwar fushi, kuma damuwa da tsoro ba sa taɓa su. Ta amfani da fatar hankali ko fahimta, za su iya rarraba tunaninsu ko tunanin wasu a kan teburin aiki na hankali yayin da suke kiyaye natsuwar su da kwanciyar hankalinsu. A cikin wannan yanayi mai daɗi, duk bakin ciki yana ɓacewa, kuma fahimtar ruhaniya tana bayyana a cikin kasancewar .mai neman farin ciki, tana karfafa alaƙarsu da Allahntaka

Yawancin murmushin yana fitowa ne daga kyawawan ji da suka taso daga ayyukan alheri, ko kuma daga jin daɗin zumunci, ƙauna, tawali'u, ko tausayi. Amma hanya mafi kyau ta yin murmushi ita ce lokacin da zuciyar mutum ta cika da ƙaunar Allah. Sannan mutum zai iya ƙaunar kowa kuma zai iya yin murmushi a kowane lokaci. Duk sauran nau'ikan murmushin suna da jinkiri saboda motsin rai, ko da menene kyau, suna walƙiya, suna shuɗewa, sannan su mutu. Abin da kawai ke ɗorewa shine farin cikin Allah. Lokacin da kake da wannan farin cikin, za ka iya yin murmushi a kowane lokaci; in ba haka ba, ba za ka iya jin daɗin wanda ya amsa .alherinka da rashin kunya ba

Na san wani mutum wanda ya nuna bakin ciki sosai lokacin da matarsa ta mutu, na yi nazari a kan motsin zuciyarsa na ce masa, "Za ka sake yin aure cikin wata guda."

Ya yi fushi ya ki sake ganina, amma ya sake yin aure cikin wata guda bayan mutuwar matarsa. Ya yi tunanin kaunarsa ga matarsa ta farko ta yi yawa, amma ya manta da ita da
!sauri

Ba zan taɓa mantawa da babban darasin da na koya daga malamina, Sri Yuktswarji, lokacin da ya ba ni wannan
:karamin labari ba

Lokacin da nake karami, na kamu da son mallakar"
karamin kare mai kama da mummuna wanda mallakar makwabta ne, kuma na haifar da rikici a gidan tsawon makonni don samun wannan karen, na ki amincewa da duk wani tayan dabbobin gida masu kyau, ina son wannan karen
".ne kawai ba wani ba

Irin wannan soyayyar tana kama mutane a cikin abin da ake kira sha'awa Masoya suna da sha'awar fuska ta musamman har ba za su iya samun kwanciyar hankali a wani wuri ba. Amma kyawun da ya kamata mu nema a wurin wasu shine kyawun ayyuka masu kyau, halaye nagari, da .sha'awar ruhaniya, ba kyawun jiki ba

Idan ranka ya cika da farin ciki, za ka zama mai kyau. Ba na son komai sai murmushin gaskiya, marar laifi domin ba tare da shi ba, mutane ba su da bambanci da 'yan tsana. A yau suna cewa za su kaunace ka har abada, gobe kuma za a binne su. To ina babban kaunarsu take? Kuma ina wannan tabbacin, "Kai ne rayuwata, kuma zan kaunace ka har
"?abada

Amma idan ka bar Allah ya ce maka, ko da sau ɗaya kawai, "Ina son ka," wannan kaunar za ta kasance har abada Me zai sa ka bata lokaci kana neman gutsuttsuran kaunar ɗan adam, kuɗi kaɗan, ko wannan ko wancan, lokacin da za ka iya samun komai a cikin Allah: duk kaunar da ke cikin duniya, duk ikon da ke akwai? Bai kamata mu nemi Allah

saboda kwadayin iko ba, amma saboda sha'awar soyayya
Sannan za mu sami babbar taska Kuma idan muka kaunaci
Allah da kauna mai zurfi da zuciya, zai amsa mana, kuma za
?mu ji kaunarsa tana bugawa a cikin zukatanmu

Mai nema ya kamata ya yi bimbini akai-akai, domin
rayuwa tana da dadi ta hanyar yin bimbini a kan Allah.
Bimbini ya fi batar da sa'o'i marasa adadi don neman kudi,
kaunar dan adam, ko duk wani abu da zai iya zuwa a zuciya.
Yawan yin bimbini, da kuma yawan tunanin mutum ya
kasance a cikin yanayin ruhaniya yayin da yake aiki, haka
nan karfin mutum yake yin murmushi Ina cikin wannan
duniyar yanzu da kuma koyaushe—a cikin sanin Allah mai
albarka. Babu abin da ke shafe ni. Ko ni kadai ne ko tare da
wasu, farin cikin Allah koyaushe yana motsawa a cikina. Na
sami nasarar riƙe murmushina. Amma cin nasarar wannan
murmushin aiki ne mai wahala! Waɗannan murmushin suna
cikinka—irin wannan farin ciki da jin daɗin rai suna cikinka.
Ba kwa bukatar samun su, kawai don dawo da su. Ka rasa su
na ɗan lokaci ta hanyar gamsuwa da kai da ji, kuma za ka
.iya sake samun su

Duk wanda ya yi imani da cewa abubuwan jiki, waɗanda
za a iya jin daɗinsu ta hanyar gani, ji, dandano, kamshi, da
taɓawa, suna kawo farin ciki mai tsabta, kuskure ne kwarai.
Jijiyoyi ba sa ba da farin ciki; maimakon haka, suna hana mu.
Idan ka sanya sharuɗɗa ga farin cikinka, kamar faɗin, "Ba
zan iya yin farin ciki ba sai na ga wannan fuskar," ba za ka
taɓa ɗanɗana farin ciki mai tsabta, mara lahani ba, domin jin
daɗin ji yana wucewa Kwanaki da shekaru suna ɗaukar
nauyin kyawun jiki. Komai a duniyar zahiri yana karkashin
dokar canji. Don haka, ko da mutum zai iya ganin kowace
kyakkyawar fuska a duniya, ya ji kowace sauti, ya taɓa duk
abin da yake so, har yanzu ba zai sami farin ciki na gaske ba.
Duk da haka, za su iya ruɗi kansu su yi tunanin suna farin
ciki. Wani lokaci, bayan sun yi kofari sosai don samun wani

abu, sai su gano cewa babu farin ciki a cikin abin da kansa. Duk da haka, suna samun gamsuwa daga kokarin da suka yi, don haka suna tunanin suna farin ciki. Amma wannan irin .gamsuwa na ɗan lokaci ne kuma mai wucewa

Saboda haka, ba shi da amfani a nemi farin ciki a ma'anarsa, dole ne a sami farin ciki na ruhaniya kuma a bayyana shi ta kalmomi da fuska. Lokacin da mutum ya yi haka, ko da karamin murmushi zai lullube duk wanda ke kewaye da shi da karfin maganadisu mai albarka, kuma .wasu za su ji daɗi

Amma Allah ne kaɗai zai iya canza zukata Bai kamata mu danganta wa kanmu ikon yin alheri ba. Allah ne kaɗai mai yin alheri a rayuwa. Wannan duniya taSa ce. Idan ka ji kasancewarSa kuma ka fahimci cewa Shi ne ke da iko a kan komai, kuma idan ka ba Shi komai—ayyuka masu kyau har ma da marasa kyau—za ka yi mamakin ganin cewa duk .ayyukanka za su canza zuwa ayyuka masu kyau

Idan sanin Allah yana tare da kai, ba za ka iya yin duk abin da zai bata masa rai ba. Dole ne mu sadaukar da rayuwarmu gare Shi kuma mu gane cewa Allah ne ke wahayi zuwa gare mu da tunani mai kyau kuma yana karfafa mu mu yi ayyukan alheri. Dole ne mu kawar da wannan "girman kai," wanda shine babban cikas ga wannan ilimin 'yantar da mutum ba zai iya ɗaga hannunsa ba idan Allah ya kashe karamin hasken rai a cikin medulla oblongata ɗinsa! [Babban batu da karfin rai ke shiga jiki ta hanyarsa]

Ina zaune a waje sau ɗaya, kuma sanyi ya yi yawa na juya sanina zuwa ciki, kuma cikin kiftawar ido, ban sake jin sanyin ba kwata-kwata ina cike da farin ciki mai yawa, kuma lokaci zuwa lokaci, na ga jikina da duk abin da ke kewaye da ni suna narkewa cikin haske ɗaya. Zan iya ganin siffofi da ke kewaye da ni idan na mai da hankali a kansu, kuma duniya za taɓace idan na mai da hankali kan hasken. Babu abin da

za a gani ba tare da sani ba. Idan kana da cikakken iko a kan hankalinka kuma ka kalli ciki, cikin kanka, za ka ga wannan .babban hasken allahntaka, koda da idanunka a buɗe

Idan ka juya kallonka waje ta idanunka, hankalinka yana fahimtar duniyar waje. Duk abin da ke cikin rayuwa hoto ne mai motsi a cikin fim ɗin sararin samaniya na Allah. A wannan rana, na sami damar ganin ji da tunani waɗanda mafarki ne ga sanina da ke fitowa daga Allah. Na kuma sami damar jin farin ciki mai tsarki ba tare da wani jin daɗi ba lokacin da na juya sanina zuwa ciki. Duk da cewa ina zaune a cikin wannan sanyi mai ɗaci, ina sanye da tufafi marasa nauyi kawai, na ji sanyi kuma abubuwan gani sun bace, kuma farin ciki ne kawai ya mamaye ni. Daga baya, na fuskanci wasu ji yayin da nake fuskantar wannan babban .farin ciki

Dole ne mu horar da kanmu don mu ji daɗin Allah. Bai kamata mu gamsu da karanta gajeriyar addu'a ko ganin haske mai sauƙi ba. Duk wanda zai iya sarrafa sha'awar jima'i da kyau, ya sarrafa hankalinsa har zuwa wani mataki, kuma ya bi Allah da dukkan karfinsa, babu shakka zai fuskanci haɗuwa ta allahntaka idan yana da sha'awar hakan. Ko da mutum babban mai fafutukar ɗabi'a ne kuma yana da sha'awa da halaye na ruhaniya, wannan bai isa ba tare da .ainihin fahimtar allahntaka ba

Bai kamata mutum ya yaudari kansa ba Idan yana sha'awar gogewa ta ruhaniya, ya kamata ya yi bimbini sosai ya ce wa Allah: "Ya Ubangiji, na san raunina, amma ba za su tsaya a matsayin cikas tsakanina da kai ba. Ina so in zauna tare da kai ne kawai domin kai ne wanda ya haliƙce ni kuma ".aikina na farko yana gare ka

Masu hikima suna ba wa mai neman shawara kada ya ɗauki kansa a matsayin mai zunubi, ko kuma ya kira kansa mai adalci ya zama mai girman kai, amma ya fahimci cewa

Allah yana tare da shi kuma yana aiki ta wurinsa. Sannan zai ga sabuwar duniya Ba tare da sanin Allah ba, wannan duniyar ta yi kama da cike da rikici, tashin hankali, da kuma takaici mai daci da ban takaici. Babu mafaka sai dai a cikin .wannan wayewar Allah mafi girma

A cikin dakika dƙaya, Allah zai iya kirƙirar ainihin kwafin duk wanda ya bar wannan duniyar ta hanyar mutuwa. Dole ne mu fahimci wannan gaskiyar. Allah yana so mu fahimci cewa wannan halitta abin kallo ne kawai. Idan muka dƙauki wasan kwaikwayon da muhimmanci, za mu sha wahala kuma mu rasa farin cikinta, kuma ba za mu iya jure wa rayuwa da cututtukanta, radadinta, baƙin cikinta, da .nauyinta ba

Idan wani abu ya jawo min ciwon jiki, sai in sanya hankalina a kan abin da ke tsakanin girata, kuma ba na jin zafi kwata-kwata. Amma idan na mayar da hankali kan tushen ciwon, sai in dƙauke shi a matsayin ruƙani. Idan za ka iya ci gaba da fahimtarka ta ruhaniya, ba za ka sha wahala ba lokacin da inuwar baƙin ciki ta ruƙu ta wuce a gaban ranka. Yi addu'a ga Allah ba tare da bƙata lokaci ba domin Ya bayyana kansa a matsayin gaskiya ta musamman da farin .ciki a cikinka

Mutane suna bƙata lokaci mai yawa, kuma mutuwa tana kwace su dƙaya bayan dƙaya Manufar rayuwa ita ce sanin Allah, kuma bai kamata mutum ya bar wannan jikin ba tare .da cimma wannan burin ba

Allah yana so mu dƙaga wayar da kan mu mu kuma tashi sama da abubuwa biyu na wannan duniyar, amma ba zai bar mutum ya bar wannan mafaka ta ruƙu ba har abada sai ya .warkar da kansa daga cutar sha'awa

Dole ne mu yi duk abin da muke yi domin Allah Yin aiki
domin Allah yana da muhimmanci kamar yin bimbini don
cimma ci gaban ruhaniya

Da daddare, idan almajiri ya yi bimbini a kan Allah,
ruhunsa yana tashi kuma yana jin nutsewa cikin ni'imarSa.
Lokacin da yake gudanar da aikinsa da rana, yakan kawo
masa tunawa da wannan yanayin kuma ya riƙe farin cikinsa,
ta haka yana kasancewa cikin zumunci da Allah, kuma
koyaushe zai iya yin murmushi ya ce: "Karamin baƙin ciki ko
ɗan jin daɗi, ko ɗan kwanciyar hankali, ba zai iya haifar da
wani tashin hankali ko tashin hankali a cikin ni'imar raina da
".ke sabuntawa koyaushe ba

Dole ne mu yi izgili ga ruɗani na rayuwa kuma mu
ɗauke ta a matsayin jerin hotuna masu canzawa da na ɗan
lokaci na sararin samaniya. Sai kawai a lokacin ne za mu
tsira daga sihirin ruɗani na sararin samaniya. Dole ne mu
rayu cikin alherin Allah. Lokacin da muka iya tsayawa tsayin
daka da jajircewa a tsakanin abubuwan da suka faru na
rayuwa daban-daban, za mu fahimci cewa Allah shi ne kawai
gaskiya ta gaskiya a sararin samaniya. Allah ba ya son ya
cutar da mu domin ya halicce mu cikin siffarsa. Dole ne mu
daina tunanin kanmu a matsayin mutane marasa karfi kuma
mu fahimci babban karfin sararin samaniya da ke cikinmu,
.muna jiran a sake mu

Idan mutum yana fama da ciwon daji ko wata cuta, ba
karamin abu ba ne. Duk da haka, annabawa da waliyyai sun
jimre da yawa, suna warkar da marasa lafiya, wasu ma suna
ta da matattu, kuma farin cikinsu na Allah ya kasance tare
da su a tsawon rayuwarsu. Hakazalika, dole ne mu koma ga
Allah da zukanmu, hankalinmu, da niyyarmu. Amma ba za
mu iya isa gare shi ba sai mun tabbatar da cewa muna son
.Shi fiye da komai

Bai kamata mutum ya yi wa Allah tambaya ba, domin
idan ya yi, zai girbe shakku ne kawai. Ba zai iya sanin
dokokinsa ba har sai ya haɗu da Shi. Don haka me zai sa ya
bata lokaci yana kokarin fahimtar waɗannan dokoki daga
?mahangar hankali kawai

Idan za ka karanta wani labari inda ake wulakanta
jarumin kuma mugun ya yi kama da ya yi nasara, kuma inda
kowace babi ta saba wa wacce ke gabanta, za ka ji takaici da
kuma jin haushin marubucin. Amma idan ka karanta babi na
karshe, za ka ji daɗi ka kuma ɗauke shi a matsayin labari
mai ban mamaki saboda sarkakiyarsa da makircinsa. Haka
nan, Allah ne marubucin babban littafin da ke akwai, kuma
sabani da sarkakiyar halitta za su ruɗe har ma da mafi
girman tunanin ɗan adam. Amma idan muka same shi a babi
na karshe, zai bayyana mafita ga dukkan asiran rayuwar ɗan
adam, kuma ba za mu yi shakka game da adalcinsa da
hikimarsa ba idan muka sami amsar kai tsaye daga gare Shi.
!Abin mamaki ne

Kasancewar Allah yana kawar da shakku, baƙin ciki, da
tsoro Waɗanda Allah yake zaune a zukatansu tsoro ya
mamaye su, suna gujewa daga gare ta kuma suna 'yantar da
kansu daga ruɗani na sararin samaniya Sannan za su yi
murmushi su ce, "A karshe, na san sirrin rayuwa da asirin
rayuwa" Amma ba dole ba ne mu fara neman ilimi Dole ne
mu fara kaunar Allah, sannan zai bayyana mana duk abin da
muke son sani Lokacin da wannan ya faru, abokina, za ka yi
murmushi mai ɗorewa Tunaninka, kalmominka, rubuce-
rubucenka, da duk abin da kake yi za su cika da farin cikin
wannan murmushin Duk inda ka yi tunani, za ka bar kamshin
murmushi, kuma duk waɗanda suka ziyarci wannan wurin za
.su yi murmushi tare da Allah

Za ka iya yin murmushi koyaushe idan kana rayuwa
cikin ni'imarSa wadda ba za a iya bayyana ta ba, domin tana
.da tsarki sosai da ba za a iya faɗinta ba

Salam alaikum barka da warhaka

Son kai da kuma son kai

Abin da mutum ya aikata ko ya aika wa wasu—a
magana, aiki, da tunani—zai jawo hankalinsa zuwa gare su
ta hanya ɗaya kuma zuwa mataki ɗaya. Hakikanin
yanayinsu zai bayyana ta fuskarsu da ayyukansu. Wasu za
su ji motsin zuciyarsu ko rakuman ruwa, kuma martaninsu a
gare su zai yi daidai da yanayin waɗannan girgizar—mara
.kyau ko mara kyau

Duk wanda ya rungumi hanyar mugunta ta son kai,
wasu za su yi kokarin kwace masa duk abin da yake da shi,
amma idan ya kasance akasin haka, wasu za su nuna masa
.karimci da tausayi

Ba za mu iya mallakar komai ba Abin da muke da shi
kyauta ce daga Allah, wacce aka yi nufin amfaninmu na ɗan
lokaci yayin da muke rayuwa a wannan duniyar ba da
jimawa ba, za mu rabu da kayanmu, ko ta hanyar haɗari,
sata, sata da tsagewa, ko mutuwa. Saboda haka, lokacin da
muka yi kokarin manne wa ko riƙe wani abu kawai don kawai
.mu mallaki, muna yaudarar kanmu

Har ma waɗannan gawarwakin da muka rayu a cikinsu
tsawon shekaru da yawa za a bar su wata rana. Saboda
haka, kuskure ne mu tilasta wa kanmu mu yi imani cewa
muna da abubuwan da ba za a iya mallaka da gaske ba. Idan

aka ba mu wani abu, dole ne mu fahimci cewa namu ne
kawai na ɗan lokaci, kuma dole ne mu kasance a shirye mu
.raba shi da wasu

Idan mutum ya yi kwadayi fiye da yadda yake bukata,
akwai manyan matsaloli da ke jiran sa
Mutum mai tawali'u wanda yake kaunar Allah ya fi
kowa girma

Allah ba ya boye mana ba, yana yi mana magana
ta hanyar furanni, ta hanyar tunaninmu, da kuma ta
hanyar dukkan halittu

Manufar rayuwa kawai ita ce ta sa mutum ya warware
asirinsa ya kuma fahimci cewa Allah yana bayansa
Wadanda ke jin jituwa da jituwa a cikin kansu sun
san jituwa da jituwa a cikin yanayi

Babu shakka cewa dole ne mu sami bukatsu na asali
kamar abinci, tufafi da wasu tanadin kuɗi, amma a cikin
neman wadannan abubuwa dole ne mu kawar da bukatsu
marasa amfani, kuma da wannan ina nufin sha'awa da
sha'awar da ke konewa don mallaka fiye da yadda ake
bukata

Dole ne mu tuna cewa a cikin kokarinmu na biyan
bukatunmu, ya kamata mu taimaki wasu da bukatunsu kuma
.mu raba abin da muka samu ga marasa galihu

Bari mu tuna cewa mu ɓangare ne na iyali na duniya
kuma ba za mu iya rayuwa ba tare da ita ba. Yaya rayuwa za
ta kasance ba tare da kafinta, mai kirƙira, ko manomi ba? Ta
hanyar musayar ayyuka da kwarewa, Allah yana so mu yi
tunanin wasu, domin babban kuskure ne a rayu don kai
.kaɗai

Idan muka yi tunanin farin cikinmu, dole ne mu yi tunani
game da farin cikin wasu. Ba lallai ba ne mu bar komai don
amfanin iyali na duniya, domin hakan ba zai yiwu ba. Amma

dole ne mu tausaya wa wasu kuma mu ɗauki bukatunsu a matsayin namu. Allah yana so mu ba wa junanmu gwargwadon abin da muke samu daga juna. Wasu kuma su ne mafi girman kanmu. Amma matsakaicin mutum yana .tunanin kansa kawai, da farko

Babu shakka cewa yanayin rayuwa yana da karfi Amma duniya tana kara wannan jin da ke cikinmu kuma tana nuna wajibcin manne wa duk abin da ke namu. Duk da haka, dole ne mu tuna cewa dukkan bayin Allah iyalinsa ne kuma .dukkanku 'yan'uwa ne a wannan duniyar

Allah ya bai wa ɗan adam hankali da fahimta, wanda hakan ya ba mu damar fuskantar yunwa da sanyi. Dole ne mu fahimci cewa wasu da ke kewaye da mu suma suna fuskantar yunwa da sanyi. Lokacin da muke neman jin ɗaɗin kanmu, ya kamata mu yi koƙari mu taimaki wasu su sami kwanciyar hankali. Tunda ba ma son ciwo da wahala, ya kamata mu miƙa taimakonmu ga waɗanda ke cikin mabukata a kusa da mu don rage musu wahala da kuma kawar da baƙin cikin da suke ciki. Suna shan wahala kamar yadda muke sha, kuma wasu na iya shan wahala fiye da .yadda muke sha

Idan tausayin mutum ya takaita ga iyalinsa da abokansa ba tare da wani ba, to yana takaita kansa, kuma farin ciki yana guduwa daga rayuwarsa don a maye gurbinsa da .matsaloli marasa tsammani

Ya kamata mu kasance a shirye mu taimaki wasu gwargwadon iyawarmu, kuma mu sami farin ciki wajen ba da taimako ga waɗanda muka haɗu da su. Bai kamata mu ɗauki wannan a matsayin sadaukarwa ba, domin idan muka yi haka, taimako zai zama nauyi. Madadin haka, ya kamata mu ji ɗaɗin ciki, domin bayarwa albarka ce, kuma akwai jin daɗi da waɗanda ke koƙarin taimaka wa wasu, a zahiri da

kuma a motsin rai, kuma waɗanda ke gyara zukaɗansu da
.suka karya suka sani

Da duniya za ta daina mugun son kai, da mun ga
alɓanna a wannan duniyar

Tushen yaƙi yana cikin zuɓiyar mugun son kai. Mutane
na farko sun fara amfani da sandunan dutse, waɗanda daga
baya suka rikide suka zama baka da kibau, don kare son
kansu daga son kai na wasu. Daga baya, an kirkiro bindigogi
da bindigogi, sannan aka kirkiro bindigogin inji, daga baya
kuma aka kirkiro bama-bamai da iskar gas mai guba - duk
don kare son kai na wani rukuni na mutane daga son kai na
.wani

Sakamakon wannan son kai mai bankyama, yake-yake
sun farke, daidaiton tattalin arziki ya lalace, sannan koma
bayan tattalin arziki sannan baƙin ciki ya mamaye

Karfin barna na ɗan adam ya girma kuma ya bunkasa
fiye da karfinsa mai ginawa. Wannan mummunan tafasa—
kuraren son kai—daga karshe zai fashe. Amma abin baƙin
ciki, rayuka da yawa za su mutu kafin ɗan adam ya farka ya
fahimci cewa son kai na kasa ba shi da illa fiye da son kai na
mutum. Kasa ta kunshi kananan kungiyoyi, kuma waɗannan
kungiyoyin sun kunshi mutane daban-daban; dole ne mutum
.ya fara da kansa

Iyakoki tsakanin kasashe ba a gyara su ba, kuma
gwamnatocin duniya suna fuskantar sauyi akai-akai

Son kai wanda ke neman farin ciki ba tare da la'akari da
haƙƙoƙi da farin cikin wasu ba, ko kuma wanda ke taka
haƙƙoƙi da muradun wasu don amfanin kansa, yana haifar
da talauci, wahala, da rashin jin daɗi. Arziki a kan cin zarafin
wasu babban kuskure ne. Manyan mutane suna goyon bayan

kyautatawa bisa ga sha'awar ruhaniya ta gaske don rabawa
.da bayarwa

Kwaminisanci, wanda a zahiri yake yi wa jama'a
alkawarin wadata da wadata, ba zai yi nasara ba kuma wata
rana zai ruguje saboda ya dogara ne akan tilastawa da kuma
danne 'yancin kai (Lura: Jagora Paramhansa ne ya bayar da
wannan lacca a shekarar 1937 kuma wannan karshe ya
zama gaskiya!)

Idan mutum ya mai da hankali kawai kan hannayensa
da kafafunsa kuma ya yi sakaci da kansa, kwakwalwa ba za
ta yi aiki don jagorantar kwarewar motsa jiki ba Dole ne a
daidaita dukkan ayyukan jiki Haka kuma, tunani (masu
yanke shawara) a cikin kasashe da al'ummomi dole ne su yi
aiki tare da hannuwa da kafafu (ma'aikata), domin idan
sha'awa ta ci karo, tsari zai lalace, hargitsi zai mamaye,
.kuma wahala za ta haifar

Akwai malamai guda biyu a duniya. Wanda ya dauki
Allah a matsayin jagora kuma mai ba shi shawara ba shi da
abin tsoro. Wanda ya dauki Shaidan a matsayin shugaba
.kuma mai shiryarwa zai sha wahala sosai

Kalma mafi mahimmanci ga yawancin mutane a wannan
rayuwar ita ce "ni" Wadanda ke da halin ruhaniya da
sha'awa suna tunanin wasu kamar yadda suke tunanin
kansu Wadanda ke tunanin kansu kawai suna jawo wa kansu
kiyayya da fushin wadanda ke kewaye da su. Amma
wadanda ke la'akari da ji da sha'awar wasu suna ganin wasu
.suna tunanin su kuma suna la'akari da yadda suke ji

Idan akwai mutane dari a cikin gari, kuma kowannensu
yana kokarin daukar wasu, to kowannensu zai sami makiya
casa'in da tara. Amma idan kowannensu ya yi kokarin
taimaka wa sauran, to kowannensu zai sami abokai casa'in
.da tara

Na rayu haka kuma ban rasa komai ba ta hanyar
bayarwa ga wasu. A gaskiya ma, duk abin da na bayar ya
dawo mini da alherin Allah. Yanzu ba na son komai domin
abin da nake da shi a cikin zuciyata ya fi girma kuma ya fi
tamani fiye da duk abin da duniya za ta iya bayarwa. Abin da
mutum yake nema da gaske shine farin ciki, kuma da zarar
an sami farin ciki, bukatar yanayin da ke haifar da shi ya
.bace

Ba ni da asusun banki domin garantin da nake da shi a
wannan duniyar shine kyawawan ra'ayoyin da mutane ke da
su game da ni. Ban yarda da wani garantin duniya ba.
Gaskiyar dukiya tana cikin rayuwa a cikin zukatan 'yan'uwa
.da abokan mutum

Idan muka kasance masu son kai, za mu yi farin ciki.
Kuma idan muka rungumi wannan hanyar, sauran mutanen
da ke kewaye da mu za su fuskanci tasirin halayenmu kuma
su yi kokarin yin koyi da mu. Dole ne mu kawar da son kai,
.wanda shine tushen dukkan muguntar mutum da ta kasa

Al'umma tana faɗaɗa wayar da kan jama'a

Idan ka aika wa wasu kyawawan manufofi, saninka yana
karuwa. Idan ka yi tunanin makwabcinka, wani ɓangare na
rayuwarka yana aiki tare da wannan tunanin. Amma tunani
kaɗai bai isa ba; dole ne mu kasance a shirye mu aiwatar da
.tunaninmu

Aure yana ba da darasi game da kyautatawa Mutane
biyu suna kokarin raba rayuwarsu tare Sannan yara suna
zuwa, iyaye kuma suna raba abin da suke da shi da su
Amma tunanin iyali kawai (watau, ni da kai kawai, ko mu
kawai) wani nau'i ne na son kai. Lokaci zai zo da waɗanda

muke kauna za su rabu da mu, kuma wannan shine hanyar rayuwa. Wannan yana tunatar da mu cewa babban burin dan adam shine fadafa iyakokin wayar da kan mu ta hanyar .yin aiki ga wasu da kuma raba musu albarkar rayuwa

Al-kauna yana kawo albarka mai yawa da farin ciki mai yawa ga mai shi, domin ta hanyar al-kauna mutum yana kiyaye farin cikinsa. Manufara ita ce in faranta wa wasu rai, .domin farin cikina yana samuwa ne daga farin cikinsu

Ba za mu iya jin dadin dandanon nasara ba sai mun raba farin cikinmu da wasu. Ba wai kawai ina nufin 'yan uwa ba, amma ga dukkan mutane. Dole ne mu yi tunanin wasu mu taimaka musu gwargwadon iyawarmu. Wannan ba yana nufin talauta kanmu ba, amma yana nuna damuwa ta gaskiya da abokantaka da kuma son rabawa. Dole ne mu fara amfani da ka'idodin adalci ga kanmu. Ba za mu iya koyar da wasu alheri ba idan ba mu da son kai. Ta hanyar .fara da kanmu, za mu zama abin koyi ga wasu

Na sadaukar da rayuwata ga hidima da amfanar da wasu. Na yi tafiye-tafiye da yawa kuma na yi wa manyan masu sauraro lacca. Amma na san cewa ina yi wa wasu .hidima mafi kyau ta hanyar rubuce-rubucena da koyarwara

Jama'a suna zuwa don sauraron laccoci, ba lallai bane saboda kauna ta gaske Mutane suna zuwa don wahayi da ta'aziyya ta ruhaniya Amma ina son rayuka wadanda ke neman gaskiya, wadanda ke kaunar Allah Shi ya sa na mai da hankali, kuma na ci gaba da mai da hankali, kan wajibcin yin bimbini a kan Allah

Duk masu neman gaskiya da dagewa a cikin neman ruhaniya za a nafa su da nasara idan suka ci gaba da ci gaba da sha'awa da himma

Dole ne mu kaunaci Allah da dukkan zukatanmu,
hankalinmu, rayukanmu, da karfinmu, kuma mu kaunaci
makwabcinmu kamar kanmu

Me ake nufi da kaunar Allah da dukkan zuciyar mutum,
hankalinsa, ransa, da karfinsa? Zuciya tana nufin ji, hankali
yana nufin mai da hankali, rai yana nufin jituwa mai zurfi ta
ruhaniya a cikin tunani, kuma karfi yana nufin mai da dukkan
karfinmu zuwa ga Allah Wannan yana nufin kaunar Allah da
dukan ji, tare da duk hankalin mutum a cikin tunani, da
kuma ta hanyar mayar da kuzari ko ikon rayuwa daga abu
zuwa na ruhaniya, yana mai da hankali daga jiki zuwa ga
.Allah

Ba zai yiwu a kaunaci Allah ba tare da tunani ba, domin
ta hanyar tunani ne kawai za mu iya fahimtar yanayin
ruhaniyarmu a matsayin rai wanda ke da alaƙa da Allah har
.abada da Allah wanda ya halicce shi cikin siffarsa

Dole ne mu gina kursiyi a cikinmu don kaunar Allah mai
girma. Babu wani abu mafi muhimmanci a rayuwa. Babu
wani buri mafi girma kamar kaunarsa, yin magana game da
shi, da kuma wayar da kan mutane su san shi. Ba na son
.wani abu daga mutane

Abin farin ciki ne in raba abin da na fuskanta a ruhaniya
ga waƙanda suke nemansa da gaske. Babu abin da ya fi
faranta mini rai fiye da yin magana da su game da Allah da
.taimaka musu su fuskanci kasancewarsa

Abin mamaki ne a kaunaci Allah da kuma kaunar
bayinsa. Lokacin da muka same shi, muna jin kaunarsa a
cikin kowa. Babu wani iko da ya fi karfin kauna a sararin
.samaniya

Ina ganin Ubangiji Mafi Girma yana zaune a kan sammai
da tekuna, kuma a kan kursiyin sanina, ina ganinsa yana nan

a cikina da kuma cikin rayukan kowa, kuma ina rungumarsa
a cikin dukkan siffofi da bayyanarsa marasa iyaka a cikin
.halitta

Mutane suna ci gaba da neman wannan "wani abu" da
suke fatan zai kawo musu cikakkiyar farin ciki mai dorewa.
Ga wadannan rayukan da suka nemi Allah suka same shi,
"binciken ya kare, domin Allah shine "wani abu

Allah ya saka muku da alheri, kuma ya kara muku lafiya

Ruhohi da Fatalwowi

Gaskiyarsa da kuma ainihinsa

**Akwai labarai iri-iri da labarai game da ruhohi,
fatalwowi, goblins masu neman taska, mayu, aljanu
masu cin gawa, da kuma vampires. Adadin mutanen
da suka yi ikirarin cewa sun haɗu da wadannan
halittu ba karami ba ne.**

**Daga cikin shari'o'i da yawa da na fuskanta, mafi
yawan mutanen da ke fama da mummunan mafarkin
tunani. Wata irin wannan matar ta karanta wani littafi
game da halittu masu jin jini, masu jahannama, kuma
tunaninta ya bayyana sosai har ta ji wani aljani yana
tsotsar jininta kowace dare. Tana murmurewa duk
lokacin da ta ziyarce ni, amma ra'ayin aljani na dare
ya kasance a cikin zuciyarta saboda rashin lafiyar zai
sake dawowa. Ta mutu da wuri, ta shanye tunaninta.**

**Imani da sihiri ya yaɗu a karni na 16, kuma an
zargi ɗaruruwan mutane da ake zargi da zama mayu
da karya cewa suna da alaƙa da shaidan kuma suka
mutu sakamakon haka aka ɗaure Joan of Arc a kan
gungume aka kone ta a kan gungume saboda an
ɗauke ta mayya.**

**Akwai wata duniya, duniyar da ba ta da tabbas,
wadda take boye a bayan wannan duniyar,
mazaunanta an lullube su da siffofi na duniyoyi**

wadanda suka kunshi haske. Wadannan halittu, ko "fatalwowi," ba a iya ganinsu a idanunmu kuma galibi suna kasancewa a cikin duniyarsu, kamar yadda muke a cikin duniyarmu ta zahiri. Da a ce mazauna duniyarmu masu mugunta za su shiga cikin duniyarmu ta duniya su cutar da mu, da mun rayu cikin tsoro da tsoro na har abada.

Kasarmu ta riga ta isa ga abubuwan ban tsoro da tsoro. Hakika Allah ba ya son kara wa wahalarmu tsangwama ta fatalwowi da aljanu!

Duk da haka, akwai wasu halittu masu rai da aka sani da ruhohin da ke yawo. Wadannan ruhohin suna dāure zuwa Duniya ta hanyar haɗin gwiwa mai karfi da sha'awar shiga jikin ɗan adam don amfani da shi azaman abin hawa don jin dadinsu na sha'awa. Wadannan halittu galibi ba a iya gani kuma ba su da ikon rinjayar mutane na yau da kullun. Lokaci-lokaci, ruhohin mugunta suna samun nasarar shiga da mallakar jikin mutum da tunaninsa. Wannan yana faruwa ne kawai lokacin da wannan mutumin ba shi da daidaito a hankali, lokacin da hankalinsa ya raunana ta hanyar barin shi ba tare da tunani ba ko kuma ba shi da tunani, kamar wanda ya bar motarsa a buɗe da maballan ciki. A irin wannan yanayin, mai yawo zai iya shiga motar ya tafi.

Ruhohin da ke yawo su ne rayukan da suka rasa jikinsu ta hanyar mutuwa amma suka kasance masu kusanci da su sosai. Saboda haka, suna kokarin amfani da jikin kowane mutum don cimma burinsu. Abin farin ciki, ruhohin da ke yawo ba za su iya jure wa girgizar tunani da sanin ruhaniya ba. Wadannan masu neman Allah na gaskiya wadanda ke tunani da yin bimbini a kansa ba su da abin tsoro daga wadannan halittun da suka bace kuma suka bata. Domin Allah shine Ruhu Mafi Girma, kuma babu wani

**ruhu, ko da mugu, da zai iya cutar da waƙanda ke
kaunar Allah kuma suna kula da Shi koyausha.**

**Domin fahimtar yanayin halittun duniya, dole ne
mu fara fahimtar kanmu Lokacin da Allah ya haliƙƙe
mu, ya fara halittarmu a matsayin sani Daga
tunaninsa mai cike da komai, Ya siffanta mu, kuma
daga wannan hangen nesa, mu halittu ne na tunani.
Shin ba gaskiya ba ne cewa lokacin da ka kirkiri wani
sabon abu, mataki na farko shine ka yi tunanin
samfurinsa a cikin zuciyarka? Sannan ka tattara
kayan da ake buƙata kuma a karshe ka kawo wannan
ra'ayin ga rayuwa. Wannan kuma ya shafi tsarinmu da
kuma tsarin dukkan halitta. Muna da yanayi uku:
yanayin tunani (ra'ayin), yanayin halitta (abin da aka
halitta), da yanayin zahiri (samfurin mai yawa)**

**Jikin jiki ya kunshi abubuwa 16 Amma yadda aka
haɗa waɗannan sinadarai na abubuwan da ke cikin
jiki don sanya jiki ya zama kayan aikin tunani abin
mamaki ne kwari da gaske!**

**Wasu mutane suna son siyan sabuwar mota
kowace shekara Amma ana tilasta musu su ci gaba da
riƙe tsohuwar kirar jikinsu har tsawon shekaru sittin,
saba'in, ko ma fiye da haka! Ko da lokacin da jiki ya
gaji, sha'awar riƙe ta tana da karfi har sai Allah ya ce,
"Ya isa! Ku sake ni daga wannan jikin!" Sannan,
mutumin yana tsalle daga jikinsu da ke ruɓewa ya
sami kansa a cikin jiki mai haske da kuzari. Suna farin
cikin ganin cewa suna da ikon ji, gani, da taɓawa ta
cikin sabon jikinsu, kuma ba su da kasusuwa da za su
karye ko nama da za su lalace.**

**Idan mutum ya mutu, jikinsa na zahiri zai ruɓe,
amma jikinsa na duniya yana nan a yanayinsa na asali
gaba ɗaya.**

Ina wadannan rayuka da suka bar Duniya suke? Suna yawo a cikin teku. Za ka iya cewa, "Wannan ba zai yiwu ba," amma bari mu yi wannan kwatancen:

Idan na gaya wa wani ɗan kabilar da ba ta da asali cewa kiɗa yana cikin ether kuma ana iya ɗauko shi a ji shi, za su yi mini dariya, ko watakila ma su firgita. Amma idan na kawo rediyo na kunna shi zuwa tashar da ke watsa kiɗa da wakoki, ba za su iya musanta iƙirari na ba. Haka nan, zan iya nuna wa wasu cewa halittun da ke cikin duniya suna ratsa ether, kuma ba za su iya musanta shi ba. Duniyar da ke cikin duniya tana nan, fiye da girgizar sararin samaniya mai yawa.

Idan mutane za su iya ganin tarin halittun duniya a cikin sararin samaniya da ke kewaye da su, da yawa za su ji tsoro, wasu kuma za su yi ƙoƙarin neman waɗanda suka mutu

Idan ka mai da hankali sosai kan idon ruhaniya, za ka iya, ta hanyar hangen nesa na ciki, ka fahimci duniyar haske wadda dukkan rayuka da suka wuce zuwa duniyar ruhaniya ke rayuwa a cikin mutane, zuciya tana aiki a matsayin mai karɓa, kuma idon ruhaniya yana watsa haske Ko da ba za ka iya ganin ƙaunatatunka da suka mutu ba, idan ka mai da hankali kan yadda kake ji a zuciya, za ka ji kasancewar waɗanda kake ƙauna waɗanda ke wanzuwa a cikin jiki masu haske, suna jin daɗin 'yancinsu daga kangin jiki na zahiri.

Ina ganin halittu da yawa na duniya waɗanda suka bar duniyarmu, amma ba za su iya ganina ba. Ba na bayyana kaina a gare su, amma ina iya ganin su idan na so.

Saboda haka, ba mu da cikakken 'yanci idan muka bar jiki a lokacin mutuwa Rayukanmu suna nan a cikin

siffofi biyu masu sauki: duniyar (jikin kuzari) da kuma sanadin (jikin tunani)

Idan ɗan adam ya ɗauki siffar jiki, zai zama wani abu da ake iya gani a wannan duniyar Bayan mutuwar jikinsa na zahiri, zai ci gaba da kasancewa a duniyar taurari a matsayin "fatalwa," wato, a matsayin wani abu da ba a iya gani wanda aka bai wa karfin tunani da kuma irin wannan tunani da halaye da suka bambanta shi a lokacin rayuwarsa ta duniya.

Mazauna duniyar taurari, ba shakka, za su iya ganin junansu a cikin jikinsu masu haske, amma halittun taurari galibi ba a ganinsu a Duniya sai dai idan mun san yadda za mu shiga duniyar taurari ta hanyar idon ruhaniya. Lokacin da rayuka suka zubar da jikinsu na zahiri suka shiga yanayin tunani na duniyar dalili, ba sa facewa gaba ɗaya, sai dai su zama ba a ganinsu gaba ɗaya, kamar yadda tunani ba a ganinsu.

Idan rayuka suka 'yantu daga sha'awar jiki, ba sa buƙatar sake shiga jiki a Duniya. Waɗannan rayuka suna motsawa tsakanin duniyar duniya da aljannar dalili, suna ci gaba da shiga jiki a cikin duniyar har sai an sami 'yancin ruhaniya daga wannan yanayin. Lokacin da duk sha'awar dalili ta kare, mutum zai zama 'yanci da gaske, ko kuma rai mai 'yanci.

Idan ruhin da ya mutu har yanzu yana da sha'awa da ba a cika ba tun daga wanzuwarsa ta duniya, zai ci gaba da jin waɗannan sha'awar a duniyar duniya kuma yana sha'awar bayyana kansa a cikin jiki na zahiri. Don haka, wannan ruhin yana komawa baya, tare da jikinta na duniya, zuwa ga kwayar halitta (kwayar maniyyi) da aka samar daga maniyyi da kwai, kuma an sake rayuwa a matsayin jariri.

Ba shi da kyau mutum ya danganta wani rauni na jiki ga kansa har abada Idan wani ya rasa hannu a

wannan rayuwar, kuma ra'ayin wannan asarar ya zama dadadde a cikin tunaninsa, yana shawo kan kansa cewa ba zai iya sake amfani da shi ba Lokacin da aka sake halittarsa, za su kawo tare da su jin wannan hannun da ya bace. Idan wannan mummunan tunani ya isa karfi, zai iya hana aikin kirkira na aikin da ke haifar da hannun sabon jiki. Saboda haka, bai kamata mutum ya bayyana kansa ta hanyar rashin daidaito da rashin daidaito na jiki ba. Irin waɗannan kuntatawa ba su shafi rai ba, wanda shine tsattsarkar siffar Allah.

Saboda haka, ka ga cewa kafin ka dauki siffar jiki, kai ruhu ne, kuma bayan mutuwa, za ka sake komawa ga zama ruhu Mu ruhohi ne ko da lokacin da muke barci, domin a lokacin barci ba mu san kanmu a matsayin jiki na zahiri ba kwata-kwata. Don haka, tunda kai ruhu ne lokacin da kake barci, kuma za ka zama ruhu bayan mutuwa, me ya sa ruhohi za su ji tsoro? Wannan shine abin da ka kasance koyaushe - ruhu - kuma koyaushe za ka kasance - kuma wannan shine abin da za ka kasance har abada.

Bambancin kawai shi ne lokacin da ka shiga duniyar duniya a lokacin mutuwa, ba za ka iya kirkirar jiki na zahiri kamar wanda kake da shi yanzu ba. Manyan Malamai ne kawai waɗanda suka haɗu da Mahalicci Mafi Girma za su iya yin hakan. Rayukan da suka ci gaba a ruhaniya za su iya kara girgizar motar duniya zuwa jiki mai gani.

Muna jin tsoron mutuwa saboda zafi da kuma ra'ayin halaka Wannan kuskure ne da Yesu Kiristi ya bayyana kansa ga almajiransa a cikin jiki bayan mutuwarsa Lahiri Mahasaya ya dawo cikin nama da jini a ranar da ya mutu Mun nuna cewa ba su halaka ba

(Kuma Manzon Allah (SAW) ya ce, "Mafi gaskiya a cikinku a mafarki shi ne wanda ya fi gaskiya a cikinku a magana." Kuma, "Duk wanda ya gan ni a mafarki kamar ya gan ni a zahiri ne").

Ko da yake ba kasafai ake samun shari'o'in ruhohin ruhaniya ba, bai kamata a ce shaidarsu ba daidai ba ce

Ni da kaina na ga malamina, Sri Yuktsuwar, wanda aka tashe shi kimanin watanni uku bayan mutuwar (Duba Duniyar Ruhaniya: Gaskiyarsa da Yanayi a wannan shafin)

Littattafan hikima masu tsarki sun bayyana cewa ruhin ɗan adam ainihin madubi ne na ruhin allahntaka. Ba ya taɓa fuskantar azabar mutuwa ko azabar haihuwa, kuma wanzuwarsa har abada ce matuƙar rayuwa kanta ta dawwama. Wannan ruhin yana da rai har abada kuma ba ya canzawa, lalacewa ba ta taɓa shi ba kuma halaka ba ta shafe shi ba.

Sau da yawa, wani almajiri mara lafiya da ke zaune nesa yana jawo jikina na duniya zuwa gare shi ta hanyar karfin ibadarsa da kaunarsa. Wani irin wannan lamari ya faru a nan tare da wata almajiri mai suna Seva Devi. Wata almajiri ce mai himma sosai. Da zarar ta yi rashin lafiya sosai amma ta boye wa kowa. Lokacin da na ziyarce ta a asibiti, sai ta ce mini, "Don Allah ka roki Allah kada ya sake rike ni a cikin wannan jikin"

Daga baya, na koma gidan Encinitas da ke bakin tekun Pacific, kuma wata safiya sai na ji motsin duniya na Seva Devi mai haske. Ta hanyar ibadarta da kaunarta ta ruhaniya, ta jawo jikina na zahiri zuwa gare ta. Nan take, jikina na zahiri ya daskare, kamar dai rayuwa ta bace daga gare ta, daga baya aka gaya mini cewa Seva Devi ta yi ihu ba zato ba tsammani,

"Swamaji tana nan!" jim kaɗan kafin ta bar jikina, domin ta san cewa an kai ni wata duniya.

Daga baya, na gan ta, jikinta yana sheki, zaune a ɗaya daga cikin azuzuwana, kamar yadda ta bayyana a lokacin rayuwarta. Da wani ya taɓa ni a lokacin, da su ma sun sami damar ganin ta, kodayake waɗanda ke cikin wannan yanayin wayewar ruhaniya ba sa barin wasu su taɓa su.

Mun ketare iyakar mutuwa kuma mun dawo rayuwa sau da yawa, to me yasa muke tsoron mutuwa? Ya zo ne don ya 'yantar da mu. Hakika, bai kamata mu yi fatan mutuwa ba, amma ya kamata mu sami ta'aziyya a ciki - idan ta zo da kanta - don ya cece mu daga matsaloli daban-daban

Mutane kuma suna tsoron mutuwa saboda tsawon lokacin da suka ɗauka a wannan gidan yarin na zahiri, har ma suna tsoron barin sa. Amma wauta ce mutum ya ji tsoro.

Tunda nufin Allah ne mu mallaki wannan tsohon tsarin jiki har zuwa mutuwa, dole ne mu kiyaye shi mu kuma ba shi kulawar da ta dace.

Akwai wani labari a Indiya game da wani saurayi da ke mutuwa wanda ya yi kuka lokacin da ya ji kukan bakin ciki da kuma bakin cikin rabuwa da shi:

Kada ka zagi raina da kukan tausayinka

Idan ka hau kan duniyoyin haske da kauna na har abada

Ni ne wanda ya kamata ya tausaya maka kuma ya tausaya maka da halin da kake ciki

Amma ni dai

Babu sauran rashin lafiya bayan yau

Ko da kashi bai karye ba

Babu damuwa, babu ciwo mai tsanani

Domin ina mafarkin farin ciki da kuma yin iyo a cikin teku na farin ciki

Kuma ina numfashi da farin ciki

Tsawaita lokutan aiki!

Mutum bai san abin da zai same shi a wannan duniyar ba. Yana rayuwa ne a cikin tsoro da damuwa ta tunani. Waɗanda suka rasu sun tausaya masa kuma sun albarkace shi daga duniyarsu. Na faɗi haka ga wata uwa da ta rasa ɗanta, kuma da zarar na gama bayani, nan take ta share hawayenta ta ce: "Ban taɓa jin irin wannan kwanciyar hankali ba, ina farin cikin sanin cewa ɗana ya 'yantu, na yi tunanin wani abu mai ban tsoro ya faru da shi."

Mutane da yawa masu ci gaba a ruhaniya suna iya ganin jikinsu na etheric

Lokacin da jikin etheric ya hau ko ya bar jikin jiki a lokacin mutuwa, mutumin da ya tafi yana ganin jikinsu a matsayin matacce. Wannan irin wannan abin yana faruwa ne lokacin da yogis masu ci gaba suka wuce jikin jiki ta hanyar karfin zuciya, wanda ke ba su damar barin da komawa ga jikinsu yadda suka ga dama. Duk da haka, mutane da yawa waɗanda suka yi imanin za su iya yin haka suna kuskure. Kawai tunanin fuskantar wani abu ba yana nufin zai faru ba. Sanin cewa hanyar tana da mahimmanci.

Wata rana, wani mutum a New York ya zo wurina ya nace zai iya tafiya ta hanyar da ba ta dace ba (daga jikinsa na zahiri) na ce masa, "Ban yi tunanin haka ba; kana tunanin kana da wannan ikon." Amma ya dage sai ya gwada ni, na yarda na ce, "To, sai ka yi tafiya ta hanyar da ba ta dace ba ka sauka kasa ka gaya mini abin da ke faruwa a gidan cin abinci a can."

Ya yi shiru na ɗan lokaci, sannan ya ce, "Ga babban piano a kusurwar dama."

Na tabbata yana tunanin hakan ne domin numfashinsa da bugun zuciyarsa sun kasance kamar na yau da kullun.

Sai na ce, "Akasin haka, ina tsammanin za ku sami mata biyu zaune a kan teburi a can." Ya yi mini ba'a Sannan muka tafi tare zuwa gidan cin abinci, kuma babu piano a kusurwar, mata biyu ne kawai ke zaune a kan teburi. A karshe, abokinmu ya fahimci cewa mafarkinsa ya rufe shi.

A cikin wahayina na duniya mai ban mamaki, sau da yawa ina ganin abubuwan ban tsoro, amma suna kama da fim a gare ni. An yi nufin duniya ne don nishadantar da mu, ba don azabtar da mu ko tsoratar da mu ba. Kuma Allah Madaukakin Sarki ya sanya wasan kwaikwayo na halittarsa mai rikitarwa, cike da sabani na nagarta da mugunta.

Dole ne mu horar da kanmu don mu fahimci yanayin ruhaniyarmu da ke boye Amma wannan ba zai yiwu ba matuƙar muna iyakance tunaninmu ga jiki na zahiri. Shagala da abubuwan duniya akai-akai yana sa mu zama masu son abin duniya kuma yana hana burinmu na ruhaniya. Dole ne mu sanya Allah ya zama mafi mahimmanci a rayuwarmu. Idan muka mayar da shi zuwa matsayi na biyu, ba zai zo gare mu ba, kuma ba za mu san shi ba. Jarabawar duniya tana da yawa kuma koyaushe tana nan. Waɗanda ke son ruhaniya dole ne su kunna nufinsu kuma su kafa hanyarsu ta cikin dajin jaraba don isa ga wani yanki mai aminci da natsuwa.

Hawan duniyar ethereal za a iya ganewa da saninsa ne kawai lokacin da mutum ya shiga cikin yanayi mai zurfi na farin ciki na ruhaniya, yana faɗaɗa saninsa zuwa matakin fahimta mafi girma Ta hanyar idanunsu na ruhaniya, za su iya fahimtar kowane wuri a sararin samaniya, ko a cikin wannan duniyar ko kuma duniyar ethereal. Hakanan suna iya wuce iyakokin lokaci da sarari. Wasu mutane masu ci gaba a ruhaniya suna da ikon tattara jikinsu na

ethereal har ma da na zahiri zuwa kowane wuri. Ana kiran wannan yanayin bilocation, ko kasancewar mutum biyu, inda mutum zai iya kasancewa a wurare biyu ko fiye a lokaci guda. A cikin wannan yanayin, jikin zahiri yana cikin yanayin da aka dakatar da rai, kamar mafarki. Lokacin da maigidan ya kai matakin mafi girma na farin ciki na ruhaniya (matakin ilimin allahntaka), za su iya yin duk ayyukansu na yau da kullun yayin da suke nutsewa cikin yanayi mai tsarki na farin ciki.

Duk wanda ya nemi mafaka a wurin Allah ba zai iya cutar da shi ba, kuma ba shi da abin tsoro matukar ya yi imani da Allah kuma ya rike shiriyarsa. Amma idan mutum ya bar tunanin banza ya shiga cikin zuciyarsa kuma ya yi imanin cewa wani yana kokarin cutar da shi, yana ba wa mutumin ikon yin hakan.

Ka yi tunanin wani ya aiko maka da ra'ayin karya, kuma ka yarda da shi Babu shakka za ka cutar da shi Amma kana da ikon kin tunanin mugunta. Kada ka ji tsoron wadanda ke da niyyar mugunta, domin babu wanda zai iya rinjayar ka sai dai idan kai mai rauni ne a fannin tunani. Tsoro da rufaffiyar hankali suna barin mugunta ta shiga. Amma idan ka tabbatar wa kanka, "Allah yana tare da ni kuma yana kare ni," alheri ne kawai zai zo maka daga tunanin wasu. Ko da wani ya aiko maka da mugun tunani, ba za su isa gare ka ba; maimakon haka, za su sake dawowa kan mai aikowa, suna cutar da shi ta hanyoyin da ya sani ko bai sani ba. Ka kewaye kanka da Allah ka nemi mafaka a cikin sunansa mai albarka, mafi karfi a sararin samaniya. Katanga ce da ba za a iya shiga ba wadda dukkan kiban mugunta, karya, da munafunci ke wargazawa, kuma daga inda ake karkatar da dukkan tunani mara

kyau kuma a mayar da su ga tushensu da wanda ya kafa su!

Kada ku kula da karfin fatalwowi masu yawo da ruhohin da suka bace, ko kuma masu yin sihirin baki. Akwai manyan karfi da yawa na sararin samaniya da ke takawa a fagen rayuwa. Akwai yaki tsakanin nagarta da mugunta. Amma babu tsoro ga masu imani na gaskiya wadanda ke aiki bisa ga imaninsu da kyawawan manufofinsu, domin a karshe alheri yana cin nasara.

Wannan duniyar tana karkashin ikon halittu da karfi da ba a gani: Allah, annabawansa, da waliyansa a gefe daya, da kuma Shaidan, da abokansa na mugunta a dayan gefen. Akwai babban ja-in-ja tsakanin Allah da mala'ikunsa da Shaidan da abokansa. Ba za a iya watsi da matsalar a matsayin rudani kawai ba. Idan Shaidan bai wanzu ba, ba za mu nemi taimakon Allah a kansa ba. Mugunta tana nan kuma dole ne a mayar da ita ta kowace hanya da hanyoyi.

Lokacin da Allah ya halicci dan adam, ya kuma halicci Shaidan Shaidan, da ikonsa na yaudara, yana wanzuwa don gwada mutane Sai dai idan wuta ta narke karfe, ba za a iya kera karfe ko kirkira shi ba. Don haka lokacin da rashin lafiya ko ciwo ya faru, ku tuna cewa gwaji ne da dole ne a wuce. Kada ku yi gunaguni ko ku damu da irin wadannan gwaje-gwaje. Mutane da yawa sun mutu daga mummunan cututtuka kuma sun jure wa wahala mai yawa. Wasu sun sha wahala da nakasa mai tsanani, duk da haka sun ci gaba da imaninsu kuma sun wuce cikin gamsuwa zuwa ga daukaka mafi girma.

Duniyarmu Duniya tana daya daga cikin wurare mafi yawan jama'a. Akwai duniyoyi mafi kyau fiye da wannan Duniya, wadda take cike da matsaloli da

wahalhalu iri-iri. Duk da haka, Allah bai manta da mu cikin rahamarsa ba; maimakon haka, yana kokarin taimaka mana ta hanyoyi da yawa don shawo kan wahalarmu da cikas din da ke kan hanyarmu.

Allah, mala'ikunsa, da miliyoyin ruhohin kirki suna kokari su kafa tsari mai tsarki na jituwa a Duniya Kowacce kyakkyawar siffa da kuma halaye masu amfani suna samo asali ne daga kyakkyawar ruhi, domin ruhohin kirki koyaushe suna shuka iri na tunani da niyya masu kyau a cikin kasan tunaninmu. A lokaci guda kuma, sarkin duhu - Shaidan - tare da taimakon mabiyansa na mugunta, yana haifar da rudani da matsala a duniya. Wanene banda Shaidan ya halicci kwayoyin cuta na cuta? Ya haifar da nau'ikan annoba da yawa, sannan tarin fuka, da kuma wani mummunan cuta, ciwon daji, da sauransu - duk wadannan hanyoyin aljanu ne don azabtar da dan adam. Amma Allah ya yi wahayi zuwa ga masu bincike da yawa don kirkirar sabbin hanyoyi masu amfani don kawar da cuta.

Jin dadin jima'i yana da alaƙa da jin dadin Allah Lokacin da aka raba jima'i da kauna mai aminci kuma aka yi amfani da shi don gamsar da dabi'un dabba, ya zama kayan aiki a hannun Shaidan don rike sanin dan adam a cikin ruhin hankali, ba zai iya fuskantar sanin Allah ba.

Akwai wata karyar ukun nan da shaidan ya kirkira a madadin farin ciki na ruhaniya. Wannan ukun nan sha'awa ce mara iyaka, sha'awar giya, da kwadayin kuɗi.

Lokacin da Adamu da Hauwa'u suka fuskanci jin dadin jima'i, sun faɗi daga Aljanna, sun rasa sanin allahntaka wanda ya ba su damar fuskantar haɗin kai da Allah cikin farin ciki na ruhaniya. Saboda haka, an kore su daga Aljannar Adnin. Tun daga lokacin, an

tilasta wa ɗan adam ya haihu ta hanyar jima'i, kamar sauran halittu. Mace tana haihuwa cikin wahala da wahala. Bayan haka, dole ne miji da mata su karɓi abin da suke da shi. Idan suna da ɗa mai son kai da lahani, dole ne su rene shi. Asali, suna da ikon kirƙirar duk abin da suke so ta hanyar ikon hankali, kamar yadda Allah yake yi. Albarka ta tabbata ga waɗannan farkon kwanakin rashin laifi. Hakika, sun kasance kwanaki masu farin ciki da ɗaukaka.

Kuma bayan duk wannan, a karshe, Shaidan da kansa zai zama kayan aiki a hannun Allah Shaidan baya cika alkawuransa ga ɗan adam, saboda haka, masu takaici da rashin gamsuwa suna komawa ga Ubangiji mai aminci don neman taimako da kuma cika burinsu.

Amma ba sai mun jira takaici ya motsa mu mu koma ga Allah ba. Bai kamata mu saka dukkan kwai a cikin kwando ɗaya ba.

Bai kamata mu takaita fatanmu na farin ciki ga kwandon jiki mai rauni da kuma jin daɗin ɗan gajeren lokaci na duniya ba

Mu abokaina, mu saurari muryar Allah yana mana magana ta hanyar tunaninmu masu kyau Allah, annabawansa, da ruhohinsa na mala'iku suna kirƙirar waɗannan tunani masu kyau Shaidan da mabiyansa suna kirƙirar tunani da jaraba a cikin kamanninsu

Duk lokacin da wani mummunan tunani ya shigo zuciya, ka kore shi ba tare da nadama ba, kuma shaidan ba zai sake iya yin tasiri a kanka ba kuma ya cutar da kai. Ka tuna cewa lokacin da ka yi tunani mara kyau, za ka ɗauki mataki kusa da shaidan.

Mutum yana cikin motsi akai-akai, yana tafiya gaba da gaba tsakanin nagarta da mugunta

Domin gujewa wannan diflomasiyya ta jirgin sama, dole ne mutum ya je inda hannun shaidan da

**mukarrabansa ba za su iya isa ga zuciya Allah ba ,
kuma aminci ya tabbata a gare ku.**

Daidaiton tunani a tsakanin canje-canje

Yammaci suna jaddada jin daɗin jiki Lokacin da yanayi
ya yi zafi sosai, suna shan wahala saboda rashin sanyaya,
kuma lokacin da yake da sanyi sosai, suna jin rashin jin daɗi
saboda rashin dumama ta wucin gadi. Amma malaman
Indiya suna ba da wata falsafar daban. Suna cewa jin daɗin
zafi da sanyi, jin daɗi da zafi, yana tasowa ne daga
shawarwarin yaudara na ma'anar ruɗi da kuma daga hulɗar
mutum da amsa ga bukatunsa marasa iyaka. Duk da haka,
mai hikima shine wanda ya tsere wa kamannin hankali kuma
.ya wuce dukkan abubuwa biyu

Manyan masu tunani ba sa ba da shawarar cewa mutum
ya kamata ya ladabtari da kansa har ya kai ga cutar da
jikiinsa. Maimakon haka, suna ba da shawara a 'yantar da
kansa daga jin zafi ko sanyi a hankali lokacin da zafi ko sanyi
ya zama abin da ba za a iya jurewa ba, yayin da a lokaci
.guda ake neman magani mai ma'ana don wannan yanayin
Gita ya ce: "Wadanda jin daɗin rayuwa ya ɗaure su ba
za su iya cimma daidaiton tunani da ake bukata don yin
bimbini ba, kuma ba za su iya haɗuwa da Allah ta hanyar
".farin cikin ruhaniya na Samadhi ba

Idan mutum ya sami damar kawar da kansa daga
matsalolin ji, zai sami kwanciyar hankali ta ciki Ta hanyar
kasancewa ba tare da tasirin abubuwan da ke zuwa da
wadanda ke tafiya ba, suna bayyana kwanciyar hankali mai
mahimmanci, wanda ba ya canzawa na rai A cikin wannan
wayewar da ba ta canzawa, suna zama ɗaya da cikakkiyar,
.marar iyaka, kuma marar canzawa

Amsa mara amfani ga dukkan ji na jiki yana damun
hankali da rai. Lokacin da rai ya damu, mutum ya rasa
ainihin yanayinsa, wanda shine natsuwa. Allah yana nan a
wurare mafi zafi da sanyi a Duniya. Yana cikin Arctic da
Unguwar Komai, ba ya shafar yanayi da yanayin zafi na

halittarsa ta duniya. Mutane, waɗanda aka haliƙce su cikin siffarsa, ya kamata su yi kɔkari su yi koyi da halayensa. Allah ya sanya mu a cikin wannan jiki, muna fuskantar zafi da sanyi, jin daɗi da zafi, amma yana so mu kalli waɗannan biyun da hankali mai daidaito. Yana so mu tashi sama da dukkan nau'ikan biyu. Dole ne mu gina karki da juriya ba tare da sakaci ko rashin hangen nesa ba. Lokacin da ba za mu iya guje wa zafi ko sanyi mai tsanani ba, dole ne mu cire tunaninmu daga gare su. Da yawan kɔkarin da muke yi don yin wannan, da yawan tunani yana 'yantar da kansa, don kada jin daɗin da ba a so ba zai iya yin mummunan tasiri ga .saninmu ko ji namu

Fuskar fata ba ta jin taɓawa; ana sarrafa waɗannan ji a cikin kwakwalwa. Mutum zai iya ɗaɗɗana, taɓawa, kamshi, ji, ko gani ta cikin tunani. Da alama muna jin ɗaɗɗano a saman harshe, amma a zahiri kwakwalwa ce ke yin rijistar dandano. Haka nan, idan wani ɓangare na jiki ya ji rauni, ciwon ana jinsa ne a cikin tunani, ba a cikin sashin da abin ya shafa ba. Muna da hanyoyi guda biyu don jin zafi: jijiya da tushen kwakwalwa. Jin zafi yana faruwa ne lokacin da kwakwalwa ta ba da damar sadarwa tsakanin jijiya da tushen kwakwalwa. Sai dai idan kwakwalwa ta gane ciwon, babu ciwo. Wannan shine abin mamaki na gano manyan masanan Indiya. Lokacin da mutum ke karkashin tasirin chloroform ko maganin sa barci, ba ya jin zafi saboda jin daɗin ba ya isa kwakwalwa. A karshe jijiyyoyi akwai kananan gashi waɗanda ake aika siginar ciwo zuwa kwakwalwa. Maganin sa barci .yana hana watsa waɗannan siginar ciwo

Kwakwalwa ita ce gaɓar jijiyyoyi ta tunani, kuma dukkan jijiyyoyi na jiki ana watsa su zuwa gare ta ta hanyar jijiyyoyi da kuma kwakwalwa kanta Tunda hankali yana da alaƙa da kwakwalwa, yana karɓa kuma yana fassara waɗannan ji. Zuciyar da tunani mai kyau ya karfafa ba ta da tasiri sosai ga jin daɗi da zafi. Yana sane da waɗannan ji amma ba a ɗaure .shi da su ba

An bai wa mutane jin daɗi don kare jikinsu Ba tare da shi ba, mutum zai iya fuskantar mummunan rauni ko konewa ba tare da saninsa ba. Dabbobi ba su haɓaka wannan karfin ba, don haka jin zafi ba shi da yawa; in ba haka ba, zaluncin da aka yi musu ta hanyar wasu hanyoyin kisa da yanka ba zai iya jurewa ba. Misali, ana jefa kaguwa cikin ruwan zafi
!yayin da suke raye

Domin duka ciwo da jin daɗi halittu ne na tunani, ana iya rage radadin jiki ta hanyar yin amfani da ikon sarrafa hankali. Bayan haka, mutum zai iya jin wani abu a matsayin alamar wani yanayi mara kyau ba tare da jin zafi ba.

Bhagavad Gita ta yi bayani dalla-dalla game da wannan. Rashin jin daɗi ga ko dai jin daɗi ko zafi yana kara tasirinsu, yayin da rage jin daɗi yana sa mutum ya rage jin zafi kuma ya rage bauta ga jin daɗin ji. Na horar da jikina da hankalina don su rage jin daɗin abubuwan da ke motsa jiki kuma na sami kaina 'yanci daga abubuwan da ke d'auke da hankali. Wannan horon shine hanyar 'yantar da kai daga rikewar ji da
.bukatunsu marasa iyaka

Wani likita yana da karfin hali na tunani har ya sami damar yin tiyata mai haɗari a kansa! Tabbas, wannan ba zai yiwu ba ga tunanin da ke cikin mawuyacin hali. Amma tare da horo, hankali zai iya zama mai karfi sosai. Yawan horo da gyaran tunaninsa, gwargwadon iko da za su iya yi a kansa. Yaro mai lalacewa yana cikin damuwa sosai game da ko da karamin rauni ne, yayin da yaro da aka horar da juriya da juriya ba sa yin kasala ko ja da baya a cikin ciwo ko da daga
.mummunan rauni

A wannan fanni, hanyar horo da manyan malaman Indiya suka bayar ta bambanta gaba d'aya da wadda malaman ruhaniya na Yammacin Indiya ke koyarwa don horar da almajiransu don 'yantar da kansu gaba d'aya daga bauta ga jiki da hankalinsa. Jin daɗin da aka samu a Yammacin duniya yana karfafa jin daɗin jiki, kuma sakamakon haka, koƙarin da aka saka wajen haɓaka

kwarewar tunani ba shi da yawa kuma ba a iya mantawa da shi ba. A Indiya, muna koyo (a cikin ja da baya daga jagororinmu) yadda za mu rage karfin ji a cikin kuruciya don kada mu zama bayi da su. A makarantar da nake a Ranchi, Bihar, wani lokacin muna sa yara kanana su kwana a kan kananan tabarmi a kan kasa mai tauri, kuma sun girma cikin .koshin lafiya da karfi, a jiki da kuma a hankali Turawan Yamma sun saba da hanyoyi da yawa na shakatawa da barci mai dadi a waje. A Indiya, mun saba zama a kan yashi mai zafi don yin bimbini. A hankali, mun sami damar zama a cikin zafi duk tsawon yini, kuma a cikin sanyi da kuma sakamakon wannan horon. Sakamakon wannan horon, na sami karfin tunani wanda babu abin da zai iya dame ni ko ya shafi sanina. Lokacin da na cire hankalina .daga hankalina, babu abin da ke damuna kwata-kwata Shekaru da suka wuce, yanayin yana da zafi sosai, kuma kowa yana haki. Ta hanyar hadin kai na tunani, rashin jin dadinsu ya koma gare ni, yana hana ni mai da hankali da rubuta labarai. Sai na yi wa kaina tsawa, ina cewa, "Me yasa .duk wannan?" na yi addu'a ga Allah Ya Ubangiji, wutar lantarki iri daya ce ke haifar da zafi" a cikin tanda da kankara a cikin firiji Don haka yanayi yana "da sauƙi

Nan take yanayi ya yi mini dadi, kamar wani dusar kankara ya kewaye jikina, sai na fara jin kwarin gwiwa sosai kuma na rubuta ba tare da wata matsala ba Wata rana, shekaru da suka wuce, ina kan tafiya a kan hanya a cikin wata mota mai buɗewa tare da kungiyar daliban da suka fara gano kansu, daya daga cikinsu sakatarena ne. Ni da shi muka yi barci a cikin mota, muna raba karamin bargo. Daren yana da sanyi sosai. Lokacin da nake barci mai zurfi, ya cire bargon daga kaina, kuma lokacin da na kusan farkawa, na cire bargon daga jikinsa ba tare da saninsa ba! Wannan ya ci gaba na ɗan lokaci. Sai

hankalina ya ce, "Me yasa kake yin haka? Komai lafiya. Kana
"!da dumi

Sai na jefar da bargon, na zauna, na fara tunani har sai
da jikina ya yi dumi kamar burodi. Lokacin da almajiran suka
farka bayan sa'o'i biyu, suna rawar jiki da sanyi, suka same
ni babu motsi. Na bace cikin farin ciki mai tsarki, kuma ina
tunanin na mutu, suka yi kokarin tashe ni daga farin cikin
ruhaniya da ihunsu. Amma na yi murmushi na ce, "Me yasa
duk hayaniya take, samari? Mu ci gaba da tafiya" Suka yi
zanga-zanga, "Kuna zaune a cikin sanyi mai sanyi ba tare da
riga ko bargo ba!" Duk da haka ban kamu da mura ba, ni
!kadai ne mai dumi

Abin da ya kamata a yi shi ne a horar da hankali don ya
zama mai kyau Idan ka yanke shawarar cewa ba za ka kamu
da mura ba, yuwuwar kamuwa da mutum zai ragu. Ya
kamata a horar da hankali don shawo kan ciwo. Jin dadin
tunani yana kara girman ciwo, kuma girman zafi yana nufin
manta da siffar Allah a cikin kanka - wannan siffar mai tsarki
.da ba za a iya cin nasara da ita ba

Tsoffin masanan Indiya sun ce duk halaye suna fara
samuwa a cikin mutum yana dan shekara uku. Yana da
matuƙar wahala a canza waɗannan halaye da zarar sun yi
kauri kuma sun yi tushe a cikin tunanin da ke da hankali.
Idan iyalinka da muhallinka sun sanya a cikin zuciyarka abin
da kake so da abin da ba ka so, waɗannan ra'ayoyin na iya
kasancewa tare da kai har abada. Abu na farko da na koya
daga mai ba ni shawara mai hikima, Sri Yuktiswar, shine
shawo kan sha'awar tunani da ke da alaƙa da jin dadi.
Lokacin da na fara zuwa wurinsa don horo, zan kamu da
mura idan ban yi amfani da bargo mai dumi a lokacin sanyi
ba. Amma malamina ya koya mini yadda zan yi amfani da
karfin tunani na don shawo kan wannan halin. Sakamakon
haka, na sami 'yanci daga mura da ta addabe ni tun ina
!karami har sai da na sami horon master

Wasu mutane suna cewa ya kamata mu dogara kawai
da hankali Wasu kuma suna ganin ya kamata mu gamsar da
hankalinmu duka biyun suna da tsauri

A cewar wata ka'ida, yana da kyau a yi gwajin lafiya
akai-akai domin tabbatar da lafiyar jiki da walwalarsa, kamar
a duba motarka lokaci zuwa lokaci Wannan yana da ma'ana
Amma mutane ba injina ba ne Idan lafiyar kwakwalwarka ta
dogara ne da yanayin jikinka, nan ba da jimawa ba hankali
zai zama bawa ga bukatun jiki, wanda hakan zai sa dukkan
nau'ikan magunguna da sauran magunguna na jiki ba su da
tasiri. Wannan ya bayyana dalilin da ya sa muke fama da
cututtuka marasa magani. Rashin lafiyar jiki ya yi katutu
.saboda hankali ya ki zama shugaban jiki

Daidaito ya fi kyau a farko Idan ka sami karamin rauni,
shafa ɗan iodine, amma kada ka dogara ga magani gaba
ɗaya Yi taka-tsantsan da ya dace har sai ka iya dogara da
hankali a hankali. Manyan malamai da kansu sun yi amfani
da magunguna da aka yi da ganye da sinadarai da Allah ya
kirƙira. Magunguna da magunguna ba su da mahimmanci ga
malamin ruhaniya, amma don nuna cewa ikon Allah yana
aiki ta hanyoyi marasa adadi, lokaci-lokaci suna iya zaɓar
amfani da wasu shirye-shiryen magani. Ko ta yaya, nasara
tana cikin ikon tunani. Lokacin da ka isa ga tabbacin cewa za
ka iya yin ba tare da duk magunguna ba tare da wani
mummunan tasiri ba, za ka yi nasara kuma ka sami iko akan
.jiki

Wata rana, wani malami ya karya hannunsa ya bar shi
ya yi masa magani ya kuma ɗaure shi. Lokacin da wani
attajiri ya zo ya ziyarce shi jim kaɗan bayan hatsarin,
ɗaliban da ke cikin fargaba sun yi tunanin bakon zai yi
takaici idan ya ga hannun malamin a cikin majajjawa (yana
rataye a wuyansa). Malamin ya ce wa bakon, "Kamar yadda
kuke gani, hannuna ya karye kuma ina cikin azaba. Daliban
suna tunanin cewa da zarar sun ga hannuna da ya karye, za

ku yi tunanin Allah ya yashe ni kuma ba ya kula da ni. Kada
".ku kula da su

A wani lokaci kuma, wannan malamin yana waka ga
Allah cikin yanayi mai ban mamaki lokacin da ya fadi kan
tarin gawayi mai haske kusa. Duk da haka, ya ci gaba da
waka. Lokacin da daliban suka daga shi sama, suka ga wasu
gawayi masu rai sun makale a bayansa kuma suna kone
jinkinsa. Sun tsorata da mummunan abin da ya gani, amma
malamin ya yi murmushi ya ce a hankali, "To, kawai cire
gawayi maimakon duk wannan hayaniya!" Bai yi korafin
wani ciwo ba. Wannan shine karfin tunani da malamai suka
nuna. A wannan lokacin, malamin ya tabbatar da cewa lallai
ya fi karfin ciwo. A karo na farko, ya nuna cewa ciwon ya
.shafe shi amma ya jure shi da hakuri da tawali'u

Dole ne a dauki matsayi mai karfi game da jiki da
bukatunsa. Littattafai sun bayyana cewa ra'ayoyin zafi da
sanyi, jin dadi da zafi suna fitowa ne daga hular jijiyoji da
tushen wadannan ji ko ji. Duk da haka, wadannan ji da ji
suna da iyaka ta farko da karshe. Suna da jinkiri kuma na
dan lokaci a yanayi kuma saboda haka ya kamata a jure su
da hakuri da hakuri. Me yasa dan sanyi ko ciwo zai shafe ka?
Dole ne a gina karfin hali na tunani ta hanyar horar da
hankali don ya jure har sai ya iya tashi sama da duk wasu
.nau'ikan ciwo da wahala

Jiki kawai keji ne da aka lullube da nama, wanda
tsuntsun rai ke rayuwa na dan lokaci kafan, rayuwa kanta
ba ta da jiki kwata-kwata, amma rayuwa ta haɗu kuma ta
ɗaure da yanayi mai iyaka, mai takurawa na jiki, kuma
.saboda wannan dalili tana shan wahala
A lokacin farkawa, kana sane da abubuwan da ke faruwa
a jiki. Amma a lokacin barci, lokacin da hankalinka ya 'yantu
daga jiki, ba ka san wadannan abubuwan ba, amma ka ji
.daɗin kwanciyar hankali mai zurfi
Domin an halicci mutum cikin siffar Allah, yana iya
rayuwa cikin jiki gaba ɗaya ba tare da jin daɗin jiki ba.

Amma maimakon haka, yana daukar yanayin jiki a kansa
.kuma yana sa su zama na gaske

Domin a 'yantu daga ji, dole ne mutum ya rabu da jiki a
hankali. Wannan shine dalilin da ya sa tsarkaka ke ba da
shawara kan fifikon tunani na jin dadi da zafi, kuma wannan
za a iya cimma shi ne kawai ta hanyar aiki. Na tabbatar wa
kaina wannan gaskiyar kuma na san cewa yawan jin dadi
yana haifar da illoli da yawa. Biyayya ga bukatun ji shine
tushen dukkan ciwo da bakin ciki. Allah bai hukunta wahala a
gare mu ba. Ya kirkiro fahimtar ji don shirya da mu da kuma
nishadantar da mu, kuma Ya yi niyya kuma har yanzu yana
nufin mu yi amfani da jikin jiki da kyau, kada mu shagaltu da
shi har mu zama masu bakin ciki da wahala. Idan mutum
yana son dabba sosai, zai amsa jin dadin dabbar, duk da
cewa ba su da alaƙa da ita ta jiki ta hanyar tsarin jijiyyoyi.

Haka nan, jin zafi na jiki yana fitowa ne daga yawan
.sha'awar tunani ga jiki

Dole ne hankali ya sami rinjaye mafi girma akan jiki.
Abin mamaki ne a sami damar rayuwa ta hanyar ikon tunani,
domin hankali zai iya yin duk abin da aka bukata daga gare
shi. Kuma ta yaya mutum zai iya kara dogaro da hankali? Ta
hanyar saba wa kansa da zafi da sanyi a hankali, zuwa barci
a kan katifa mai karfi, da kuma rage dogaro da jin dadin da
.aka saba da shi

Ina magana, ban san zafin da ake ji a yau ba kwata-
kwata, amma kawai ta hanyar ambaton zafin, sai na fara jin
.sa

Da zarar ina yin lacca a cikin yanayi mai zafi sosai, haka
nan kuma, zafin da ke cikin jikina ya karu, kamar yadda yake
faruwa duk lokacin da na yi lacca kan al'amuran ruhaniya.

Hankalina ya ce, "Ba za ka iya kammala laccar ba tare da
".goge fuskarka mai gumi ba

Na ji a aljihuna ina neman mayafi amma ban sami daya
ba. Sai na kalli idon ruhaniya na yi wa zuciyata rada: "Babu

zafi kwata-kwata" Nan da nan zafin ya bace na ci gaba da
.Iacca cikin nutsuwa da jin dadi tare da sanyaya rai
Yi wadannan abubuwan da kanka ka gani ko abin da
nake fada gaskiya ne. Za ka iya kara zafi da jin dadi da rage
shi da 'yancin tunani. Lokacin da kaunatacce ya rasu,
maimakon bakin ciki mai yawa, ya kamata mu yarda cewa
sun tafi wani babban matsayi bisa ga nufin Allah, kuma Allah
ya san abin da ya fi dacewa da su. Ya kamata mu gode wa
Allah saboda 'yancinsu mu kuma aika musu da tunani da
fatan alheri, muna rokon Allah ya karbe su ya kuma ba su
rahama da falalarSa a wurin zama na har abada inda ba za
.su ji tsoro ko bakin ciki ba
Abu ne na dabi'a a yi bakin ciki game da rashin
kaunatatun mutane; in ba haka ba, da ba mu zama dan
adam ba. Duk da haka, jin bakin ciki yana shafar su ba
daidai ba, yana sa su kusa da duniyar duniya fiye da sama.
Bakin ciki mai yawa yana hana rai da ya tafi daga ci gaba
.zuwa ga mafi girman zaman lafiya da 'yanci
Yawancin mazauna duniya a yau ba su nan shekaru dari
da suka wuce Wasu kuma sun kasance a nan kafin mu Kuma
mu ma ba za mu kasance a nan cikin 'yan shekaru ba.
Lokacinmu zai kare, kuma tsararraki masu zuwa ba za su
tuna da mu ba. Maimakon haka, mutane za su ji a lokacin,
kamar yadda muke ji yanzu, cewa wannan duniyar duniyarsu
ce, amma za a dauke ta daga gare su, kuma su daga gare
ta, daya bayan daya. Mutuwa dole ne ta zama bukatar dan
adam; in ba haka ba, Allah Mai rahama ba zai bar hakan ta
faru ga kowa ba. Saboda haka, dole ne mu karfafa imaninmu
.ga Allah kuma kada mu ji tsoron mutuwa
Wadanda ke tsoron mutuwa ba za su iya gane ainihin
yanayinsu ba Shakespeare ya ce: "Matsorata suna mutuwa
sau da yawa kafin mutuwar su; jarumai ba sa dandanon
".mutuwa sai sau daya kawai
Matsoraci yana yin kwanakinsa cikin yanayi na bakin ciki
na tunani da mutuwa a hankali. Jarumin mutum yana

fuskantar mutuwa ta karshe ne kawai, cikin sauri da rashin
jin zafi. Idan mutum ya mutu a matsayin mutuwa ta halitta
ko kuma ya ci gaba a ruhaniya, hankalinsa na ruhaniya zai
farka nan da nan bayan mutuwar jiki, kuma ya sami kansa a
wani matakin rayuwa - jirgin sama mai dukkan abubuwan da
.ke ji amma ba tare da jiki ba

Fahimta ta dogara ne a cikin tunani A cikin mutuwa,
mutum yana zubar da jikinsa mai yawa, wanda shine hoton
tunanin wani karamin tsari kuma shine sanadin duk
.matsalolin rai

Akwai nau'ikan mutane guda biyu: waɗanda ke korafi da
kuka a kan matsalolin duniya akai-akai, da kuma waɗanda
ke shawo kan matsalolin rayuwa da murmushi, suna riƙe da
kyawawan halaye duk da mawuyacin yanayi. Babu buƙatar
ɗaukar abubuwa da muhimmanci. Idan kowa ya fi kyau da
.jituwa, da duniya ta fi kyau fiye da yadda take a yanzu
A cikin dazuzzukan wayewa, a tsakiyar wahalhalu da
sarkakiyar rayuwar zamani, akwai jarabawa ta gaskiya Duk
abin da mutum yake yi zai koma gare su, alheri ga alheri,
mugunta ga mugunta. Wadanda suka ƙi wasu za a ƙi su a
madadinsu. Wadanda suka cika kansu da tunani mara kyau
da motsin rai masu karo da juna suna lalata halayensu kuma
suna kashe farin cikinsu. Idan ka ji haushi, ka yi tafiya ka
ƙidaya daga ɗaya zuwa goma sha biyar, ko ka mayar da
hankali kan wani abu mai daɗi da farin ciki. Idan wasu suka
zalunce ka, ba shi da kyau ka nemi mu'amala da su kamar
yadda kake yi. Idan kana fushi, hankalinka yana tafasa,
zuciyarka tana wahala, kuma jikinka ya rasa kuzari da gajiya.
Aika rakuman salama da alheri waɗanda suka fi bayyana
ainihin yanayin ranka, siffar allahntaka da ke cikinka.
Sannan, babu wanda zai iya girgiza ka ko ya dame
.kwanciyar hankalinka

A takaice dai, komai yana farawa ne daga tunani Zunubi
halitta ce ta tunani Yara kanana suna yawo tsirara ba tare da

wata fargabar zunubi ba Komai tsarki ne ga wanda ke da
hankali mai tsabta da tsabta, amma
Ga masu sassaucin ra'ayi, komai yana kama da
mugunta da mugunta
Idan ayyukan mutum ba su da kyau, zato zai yi muni,)

(kuma zai yarda da abin da ya saba tunani
Hankali mara tarbiyya yana haifar da rudani a
rayuwarmu Waɗanda hankalinsu ya zama bayi ga
hankalinsu su ne masu tayar da rikici da yaki, kuma
.ginshikan rashin adalci da duhu

Allah ya sanya rayukanmu a cikin waɗannan jikuna
masu baiwa domin mu rayu a wannan duniyar mu kuma mu
koya daga abubuwan da muka fuskanta da na wasu, ba tare
da barin abubuwan da ke canzawa da yanayi da ke kewaye
da mu su zama sanadin farin cikinmu ba. Allah yana so mu
sarrafa sha'awarmu maimakon barin su su sarrafa mu, kuma
mu sami daidaiton tunani ba kawai lokacin da komai yake da
haske da farin ciki ba, har ma a tsakiyar matsaloli da wahala.

.Sanin kai yana ba mu wannan kwarewa
Rawar rayuwa da mutuwa ba ta tsayawa, amma mutum
yana da ikon tunani na tashi sama da duk abubuwan da ke
.haifar da ji kuma kada ya fuskanci sabanin rayuwa
Mutane za su iya shawo kan iyakokin rayuwa idan suka
kalli abubuwa da abubuwan da suka faru da daidaiton
hangen nesa. Yin hakan, suna bayyana yanayin ruhaniyarsu
.mara iyaka

Waɗanda suka kai wannan matakin na tarbiyya suna
rayuwa kamar sarakuna a tsakanin bil'adama kuma suna
haɗuwa da cikakkiyar da ba ta da iyaka wadda ba za a iya
canzawa ko sauya ta ba

Koyarwar ruhaniya ta yoga tana magance cikakkun
bayanai game da rayuwa da cikakken daidaito, tana koyar
da yadda mutum ya kamata ya yi aiki a kowane yanayi An
halicci ɗan adam cikin siffar Allah, amma sun rasa taɓawa da

wannan siffar mai albarka kuma dole ne su sake gano ta a
.cikin kansu

Zinariya tsantsa da aka binne a karkashin tuddai na

kasa ta kasance zinare tsantsa, tana riƙe da dukkan
kaddarorinta duk da boyewarta. Don fallasa ta, dole ne
mutum ya zurfafa cikin kasa ya bincika har sai an same ta.
Haka nan, layuka da yawa na halaye masu kama da yumbu
da jin daɗin kasa suna rufe rai mai daraja, mai daraja.
Wannan "yumbu" shine tushen matsalolin tunanin ɗan adam
kamar tsoro, tsoro, kiyayya, hassada, hadaddun karancin
ra'ayi, da fahimta mara kyau, da kuma tushen duk wasu
halaye masu laifi. Don kawar da wannan yumbu mai
lalacewa, dole ne mutum ya gina yanayi mai karfi da juriya
dangane da jiki da jijiyoyi. Mannewa da jiki yana haifar da
tsoro iri-iri da na yi tunanin a cikin zuciyata duk nau'ikan
.ciwo kuma na ci nasara da su duka

Domin a fahimci cewa an haliƙce mutum cikin
tsattsarkar siffar Allah, dole ne mutum ya tashi sama da
tsoro da fushi ya kuma shawo kan yawan jin daɗi. Wasu
mutane suna da wahalar faranta musu rai saboda suna
daure da kuma nauyin halaye na sama da kananan bayanai
na rayuwa. Amma mutum mai hankali mai karfi zai iya cewa,
"Yau zan iya kwana a kan gado mai laushi gobe kuma a
kasa; duk iri ɗaya ne a gare ni" Da haka, wannan tsaka-
tsakin tunani yana horar da hankali, yana mai da shi mai
.biyayya ga umarninka kuma yana iya aiwatar da buƙatunka
Hankali, abokaina, yana da matuƙar yaudara Amma ta
hanyar gyarawa, yana koyon ɗabi'u da kyawawan halaye
Idan ka ce, "Ba zan iya yin ba tare da irin wannan abincin
ba," hankalin ya amsa, "Yin ba tare da irin wannan abincin
"!ba abu ne mai yiwuwa ba

Amma ruhunka ya wuce hankali Idan za ka ce, "Ba zan
bar wani mutum ko wani abu ya bauta mini ba," hankali zai
amsa, muddin maganar ta tabbata kuma shawarar ta yi karfi

Kai ne mai mulkin hankali da jiki; kada ka zama bawansu,
 .kuma kada ka yi rawa kamar yadda suke yi
Yanci daga sarkar motsin rai ita ce hanya daya tilo ta'
zuwa zaman lafiya da farin ciki Ko menene yanayin, yi kokari
 ka tashi sama da duk wani mummunan yanayi kuma ka
 !faranta wa kanka rai, domin za ka iya
 :Littattafan hikima na Gabas sun ce
Yanayin cikakken zaman lafiya na ciki wanda ake samu"
 "ta hanyar yin zuzzurfan tunani na yoga
Ta hanyarsa ne rai ke farin ciki da ganin Ubangiji Mai
 Girma yana haskakawa kamar rana a tsakar rana
Inda fahimtar rai ke fahimta kuma tana dandani mafi
 girman farin ciki
Mai yoga yana farin ciki da sanin sirrin da ke boye
Duk wanda ya isa wannan jiha mai albarka yana taya
 kansa murna da samun taskar taskar
Yana tsira daga cin amanar lokaci da abubuwan mamaki
 na rayuwa a cikin kansa
Wannan yanayin, wanda aka sani da yoga, yanayi ne na
 .'yanci daga bakin ciki da radadi
Masu albarka ne waɗanda suka yi kokari su cimma
hakan da zuciya mai karfin hali da kuma kuduri mai karfi
Kuma taya murna ga duk wanda ya same ta kuma ya ji
 .dadin ni'imar da ta fi dukkan tunani
 Yana musanta bayanin
Salam alaikum barka da warhaka
 Ikon rage fushi

Wasu na iya tunanin cewa wannan batu ya shafi
waɗanda ke saurin fushi ko fushi ne kawai. Amma wannan
motsin rai ya fi zurfi fiye da yadda yake a fili. Mutum zai iya
samun nasarar sarrafa bayyanar waje ko kuma nuna fushi
mai karfi, amma har yanzu yana rike da fushi a boye da
kuma danne fushi. Wannan fushin yana bayyana ta hanyoyi
da yawa: saurin fushi, rashin jin dadi, ɗan gajeren hali,

rashin hakuri, rashin natsuwa, rashin gamsuwa, kishi, rashin
.jin daɗi, da rashin farin ciki

A gaskiya ma, kowa yana shan wahala, har zuwa wani
mataki, daga matsalar fushi, sai dai idan ya kai wani mataki
na ci gaba na wayewa, wani mataki na farin ciki na ruhaniya
.ko yanayin natsuwa

Fushi - ta kowace irin siffa yake - ya samo asali ne daga
rashin iya cika sha'awa. Babu farin ciki na ciki wanda ya taso
daga alaƙar rai da tushenta na allahntaka, mutum yana
koƙarin cika sha'awarsa ta hanyar jin daɗin sha'awa
waɗanda ba su da daɗi idan aka yi la'akari da rashin
.dawwama da kuma sakamakon da ba shi da kyau

Waɗannan sha'awar sau da yawa suna haifar da takaici
sannan fushi, wanda ke haifar da lalata sanin ruhaniya

Hanya mafi inganci ta shawo kan fushi ita ce magance
tushen sa: sha'awa Yawan sha'awa da ake da ita, yawan
takaici da ake da shi ba zai yiwu ba a cika kowace sha'awa
saboda sha'awa ba ta da iyaka. Da yawan koƙarinmu na cika
wata sha'awa, da yawan sha'awa da muke yi, da kuma ƙarfin
sha'awarmu, da yawan wahalar da muke sha idan aka hana
mu samun abin da zai gamsar da sha'awarmu da kuma
.biyan buƙatunmu

Misali, yanayi ya bamu jin yunwa domin mu san lokacin
da jiki ke buƙatar abinci. Amma sha'awa tana ƙara wannan
jin kuma tana mayar da shi zuwa ciwon tunani. Idan wani da
ke son abinci ya tilasta masa ya daina cin abinci na tsawon
kwana uku - ko don lafiya ko dalilai na ruhaniya - irin wannan
.azumin yana iya kasancewa tare da wani irin fushi

A gefe guda kuma, wasu mutane za su iya kaurace wa
abinci na tsawon kwanaki ba tare da sun damu da rashin

abinci ba, domin sun yi atisaye kuma sun yi nasarar rashin
.jingina ga sha'awar jiki

Da zarar mun fahimci cewa sha'awa ita ce tushen fushi,
muna son sanin hanyoyi masu inganci don magance
wadannan sha'awar cikin tsari. Akwai hanyoyi da dama don
:cimma wannan burin

Na farko: Cika buri

Ga sha'awa mai sauƙi, marar lahani, hanyar da ta dace
ta aiwatar da ita ita ce a cika su. Duk da haka, matsalar tana
tasowa ne lokacin da sabbin sha'awa suka bayyana
.sakamakon cika wadannan sha'awa

Salam alaikum barka da warhaka

Tsara shiri mai kyau don gobe mai kyau

Idan ka yi yawo a rayuwa ba tare da manufa ba kana
jiran damar yin nasara, wadannan damar ba za su zo maka
ba, kuma ba za ka sami nasara ba. Amma idan kai ne wanda
ke tsara makomarka kuma ya zana taswirar makomarka da
hannunka, to ka yi farin ciki da cimma burinka, domin kana
.kusa da cimma burinka da kake so

Domin tsara taswira mai nasara, dole ne da farko ka
fayyace burinka. Menene ma'anar nasara a gare ka? Me
kake so daga nasara? Idan amsarka ita ce shahara, wadata,
ko cikas sha'awar abin duniya ta son kai, to kana kan
hanyarka ta zuwa ga mummunan takaici da kuma gazawa
.gaba ɗaya

Mutane mafi rashin nasara su ne wadanda sunayensu
ke kan bakin kowa wadanda ke da ikon siyan duk abin da
suke so da mallaka - bisa ga ka'idodin kayan duniya - duk
abin da rayukansu ke so, amma duk da haka ba su da farin

ciki! To me yasa za a ci gaba da bin wannan hanya mara
?kyau

Shaha da sa'a na iya zama 'ya'yan nasara ta gaske,
amma ba su ne ainihin nasara ba, kuma ba su ne mafi
mahimmancin halaye ba. A gaskiya ma, ba lallai ba ne su
.don cimma nasara kwata-kwata

To mene ne manufar? Me ya kamata mutum ya nema
daga rayuwa? Akwai manufa daya da ta cancanci a bi ta a
kuma yi kokari a kanta: farin ciki Wannan yana buƙatar a
cire boyayyun taskokin rayuwa daga kowane lokaci, ga
wadanda suka kware a bincike kuma suka san inda
.wadannan taskokin suke

Kuma ka sani, ya mai neman farin ciki, idan ka takaita
hankalinka ga ranarka

Kuma idan ka wadatar da ranarka da kyawawan
kalmomi, ayyukanka masu amfani, da kyawawan tunani

Ranarka za ta zama abokinka mai aminci kuma damarka
ta zinariya

Fasfo da bizar ku za su zama shigar ku cikin kyakkyawar
.makoma mai cike da nasara da albarka

Saboda haka, mataki na gaba wajen tsara makomarku
shine ku lura da abubuwan da ke cikin kowace rana ta
rayuwarku da kyau kuma ku riƙe abin da ke da amfani da
kyau. Idan kun gaza yin haka, to dole ne ku dakata ku yi
.nazari

Domin cimma nasara, dole ne a yi la'akari da wadannan
muhimman abubuwa, wadanda ba tare da su ba ba za a iya
:cimma nasara ba

Idan ka tashi da safe, kada ka yi tsalle daga kan gado
.nan take ka fara ayyukan ranar

Ka kwantar da hankalinka ka kuma kwantar da
hankalinka sau da yawa don ka dawo da kuzarinka a hankali
Kafin ka fara ayyukanka na yau da kullun, ka ɗauki ɗan
lokaci ka tabbatar wa kanka cewa wannan zai zama mafi
kyawun rana a rayuwarka. Ka tabbatar wa kanka cewa
komai ya faru, ranarka za ta kasance haka. Farawa da
addu'a da bimbini zai karfafa imaninka kuma ya ba ka karfin
.da kake bukata

Saukaka rayuwarka Kada ka dogara ga kirƙira na ɗan
adam don jin daɗinta Idan ka takaita kanka ga jin daɗi na
ɗan lokaci, za ka zama mai fushi, ruɗani, da kuma mai
saurin fushi. Babu buƙatar ci gaba da kasancewa tare da
talabijin, tarurruka na dare, da liyafa, waɗanda suka zama
.al'adun zamantakewa da suka daɗe

Wani ya taɓa cewa—kuma yadda kalmominsa suke da
gaskiya—cewa ba aikinmu ne ke kashe mu ba, amma yadda
muke batar da lokacin hutunmu! Za ku rayu tsawon rai—da
yardar Allah—kuma ku ji daɗin rayuwa sosai idan kun
saukaka rayuwarku kuma ba ku ɗaure kanku da sarkar
al'umma ba. Nemi farin cikin da ake samu a cikin ƙananan
.abubuwa

Yi iya ƙoƙarinka don kammala aikin da ke hannunka
gwargwadon iyawarka

Idan ba ka gamsu da aikin da kake yi a yanzu ba,
damuwa da kuma aikin da ba a yi shi da kyau ba za su canza
komai ba. Ka yi ƙoƙarin kusantar lamarin da kyakkyawan
hali, komai yadda zai kasance, kuma ɗaya daga cikin
abubuwa biyu zai faru: ko dai za ka gano cewa ka rasa wata
dama mai mahimmanci, ko kuma sabuwar ƙofa za ta buɗe
ba zato ba tsammani, tana ba ka damar shiga ka sami aikin
.da ya fi dacewa da buƙatunka kuma ya cika burinka

Rayuwa tsari ne mai ci gaba na bayarwa da karɓa

Ka daidaita kanka don kada ka d'auki fiye da abin da ka
bayar, kuma kada ka takura kanka ga bayarwa ba tare da ka
karba ba

Fadafa hangen nesanka

Nuna sha'awar rayuwa da ayyukan wasu Ka yi la'akari
da kanka fiye da kanka—ga iyalinka, da kuma fiye da
iyalinka zuwa ga abokanka, kuma fiye da abokanka zuwa ga
dukan mutane Kimiyya ta tabbatar da cewa kai bangare ne
na kowa, don haka kada ka manta da babban kanka

Daidaita rayuwarka

Kowace rana ya kamata ta hada da aiki, hutawa, hutu,
karatu, da tunani. Kai halitta ce mai jiki, hankali, da ruhi.
Kiyaye wadannan muhimman abubuwa ta hanyar da ta dace
.da jituwa don cimma lafiya, kuzari, da ilimi

Yi saurin murmushi

A hankali zuwa fuska

Sha'awar taimako ce ta motsa ni

A shirye don jira da canji, da kuma fadakarwa ga
damammaki

Duba asusun a karshen rana

Ka taya kanka murna kan ci gaban da ka samu Ba za ka
canza cikin dare d'aya ba, don haka kada ka ji tsoron
fuskantar kurakurai da kuduri mafi kyau da hangen nesa mai
.haske

Kafin ka yi barci, ka dogara ga Allah, ka san cewa ba zai
bar ka kai kadai ba, amma zai ba ka damammaki da kuma
bude kofofi a gare ka matuƙar ka yi kofari ka nemi
.taimakonsa da shiriyarsa

Idan barci ya rinjaye ka kafin ka yi barci, ka tabbatar wa
.kanka cewa gobe za ta fi yau kyau, da taimakon Allah

Idan kai mai tsara shiri ne mai kyau kuma kwararren
mai gini ne

Idan ka bi bayanana taswirarka

!Ba zai yiwu a gaza ba

Idan ka yi kokarin gwada imaninka na ruhaniya,
sabuwar duniya za ta buɗe. Duba kanka yana da
mahimmanci don sanin kanka da Allah. Kuna iya jin zurfin
addini, kuma hankalinka zai iya gamsuwa da hakan. Amma
sai dai idan zuciyarka ta gamsu cewa addu'o'inka suna
samun amsa kai tsaye, babu wani tsari na addini da zai iya
cetonka. Duk da cewa samun amsar Allah na iya zama da
wahala, yana yiwuwa. Don tabbatar da ainihin damar shiga
sama, dole ne ka fuskanci ikon addu'o'inka don ka iya kunna
.su da gaske

Tun ina yaro, na kuduri aniyar cewa za a amsa addu'ata
duk lokacin da na juya ga Allah cikin addu'a. Wannan kuduri
mai karfi shine hanyar. Kowace gwaji za ta zo don raunana
kudurinka da kuma gurgunta nufinka, amma ikon Allah na
amsawa ba shi da iyaka. Juriya da kuma amfani da karfin hali
.akai-akai zai kawo amsar Allah

Yana da mahimmanci a koyi hanyar da ta dace don
mayar da hankali kan hankali Haka kuma yana da
mahimmanci a sami isasshen lokaci don kadaici da tunani na
sirri Hukmancin da ke ci gaba da gudana da wasu yana hana ci
gaban ruhaniya Yawancin mutane suna kama da soso; suna
shan komai daga gare ku, kuma ba kasafai kuke samun
komai ba a madadin haka. Hakika, yana da amfani a
kasance tare da wasu waɗanda suke da gaskiya da karfi a
ruhaniya. Idan kowane mutum ya san karfi, gaskiya, da

kuma nufin wani, ana iya raba kyawawan halaye na ruhaniya
.a tsakaninsu

Bai kamata a bata lokaci akan kananan abubuwa ba
Mutane da yawa suna shagaltuwa da ayyukan banza, kuma
idan ka tambayi ɗaya daga cikinsu abin da yake yi, zai
amsa, "Na kasance ina aiki a kowane lokaci!" Amma da kyar
suke iya tunawa da komai game da wannan "aikin"! Bugu da
kari, yawan nishaɗi da nishaɗi suna raunana lafiyar
kwakwalwa Idan kana kallon fina-finai kowace rana, za su
rasa sha'awarsu kuma za ka gaji Fina-finai iri ɗaya ne, kawai
tare da haruffa daban-daban: masoya, masu kasada,
jarumai, miyagu, da sauransu Muna iya jin dadɗin kallon
.labarin fim, amma rayuwa ba ta cika faruwa haka ba

Rayuwa tana da matuƙar yaudara, kuma dole ne mu
kusanci ta kamar haka Idan ba mu shawo kan yaudara da
rudaninta ba da farko, ba za mu iya taimaka wa wani ba. A
cikin kaɗaici na tunani mai mai da hankali akwai
masana'antar duk manyan nasarori. Ka tuna da wannan
Kuma a cikin wannan masana'anta mai ban mamaki, ci gaba
da saƙa tsarin nufinka don shawo kan kowace matsala mai
.ban tsoro

Horar da kuma karfafa karfin zuciyarka a koyaushe Kuna
da damammaki da yawa don yin aiki a wannan masana'anta
dare da rana matuƙar ba ku bata lokacinku ko kuzarinku ba

Da daddare, ina janyewa daga buƙatun duniya na zama
ni kaɗai da kaina, nesa da duniya, cikin kaɗaici da nufina a
cikin hutuna na ruhaniya, inda nake jagorantar tunanina
zuwa ga alƙiblar da nake so kuma ina yanke shawara a cikin
kaina Lokacin da na karfafa niyyata ta shiga cikin ayyuka
masu kyau da amfani, yana haifar da nasara a gare ni Ta
wannan hanyar, na yi amfani da nufina yadda ya kamata sau
da yawa Amma ba a cimma wannan ba sai dai idan amfani
.da nufin yana ci gaba

Abin mamaki ne yadda za ka iya faɗin da kuma tabbatar da cewa, "Nufina, wanda aka cika shi da nufin duniya, zai kawo abin da nake so!" Idan ka zama mai gamsuwa ka kuma miƙa komai ga nufin Allah ba tare da amfani da nufinka ba, wanda Allah ya ba ka, ba za ka cimma sakamakon da ake so ba Ikon Allah yana son taimaka maka da kansa Babu buƙatar roko ko roko; maimakon haka, dole ne ka yi amfani da nufinka don roko da buƙata—a matsayin magaji na gaskiya—kuma ka yi aiki daidai Dole ne ka kore ra'ayin cewa Allah, cikin ikonsa da ikonsa mai girma, yana nesa da boye a cikin sammai, kuma kai kaɗai ne a cikin damuwa da wahalhalun wannan duniya Ka tuna cewa nufin Allah ya fi ƙarfin nufin ɗan adam, amma wannan babban iko, kamar teku mara iyaka, ba zai isa gare ka ba sai dai idan hankalinka a buɗe yake kuma zuciyarka tana karɓa

Salam alaikum barka da warhaka

Cin Nasara Kan Tunani Mai Tsanani

Shaidan, ko kuma ruɗin sararin samaniya, yana ci gaba da kama mu a tarkon sa, yana amfani da jahilcinmu da rashin hankali, ta haka yana hana manufofin Allah Allah, da cikakken ikon sararin samaniyarsa, zai iya kawar da shaidan cikin sauƙi, amma Ya fi son ɗan adam ya yi amfani da hankali, nufinsa, da lamirinsa don tserewa daga hannun mugunta. Yayin da muke zaɓar farin ciki na ruhaniya fiye da jin daɗin sha'awa na ɗan lokaci, haka nan ƙarfin da ke adawa da shi ke baɗewa daga ikon duhunsu. Saboda haka, ya rage namu mu yi aiki tare da Allah don mu shawo kan Shaidan da tarkonsa.

Idan mutum yana da kasala, sakaci, ko jinkiri, suna taimaka wa Shaidan ya kusantar da su Yesu ya roki almajiransa su yi addu'a, "Kada ku kai mu cikin

jaraba, amma ku cece mu daga mugunta." Kuma a cikin Alkur'ani Mai Tsarki, mun karanta, "Ka ce, 'Ina neman tsari ga Ubangijin mutane daga sharrin mai rafa wanda ya ja da baya'" Wannan mai rafa ba na kanmu ba ne; a'a, yana cikin duniyar zahiri, kuma dukkan mutane suna karkashinsa. Amma domin Allah ya ba mu damar 'yantar da kanmu, ya ba mu hankali, lamiri, da ikon nufinsa.

Fifikonmu ga ayyukan zunubi yana nufin jefa kanmu cikin damuwa, tashin hankali, da matsaloli marasa dadi. Idan muka fadi ko muka zame saboda tunaninmu mara kyau, ya kamata mu yi addu'a: "Ya Ubangiji, kada ka bar mu a nan, amma ka daga mu da ikon hikima da nufinka. Bayan ka 'yantar da mu daga hannun mugunta, idan kana son ka jarabce mu, ka fara bayyana mana kanka domin mu fahimci cewa ka fi kowace jarabawa kyau kuma ka fi faranta wa rai da hankali rai fiye da kowace jaraba ko sha'awa."

Muddin mutum yana jin rashin son hana kansa wasu jin dadi wadanda ke cutar da lafiyarsa, yana karkashin rinjayar Shaidan kuma ba da dadewa ba zai sha wahala sakamakon fadawa cikin jarabawar sha'awa mai cutarwa. Duk da haka, idan sun gamsu cewa jaraba ko rudani yana da hadari kuma yana lalata saboda yana alkawarin babban farin ciki amma a karshe yana ba da kawai nadama, nadama, da lamiri mai azaba, to za su iya shawo kan Shaidan.

Babu shakka jaraba tana da jan hankali. Hankalinmu gaba daya yana kan hanyarsa ta zuwa duniyar waje. Ruwan kuzari mai mahimmanci yana gudana daga kwakwalwa ta cikin jijiyoyi zuwa idanu, kunnuwa, hanci, harshe, da fata. Jin da muke ji ta hanyar wadannan gabobin sakamakon wannan ruwan

**zafi ne, kuma shi ya sa muke jin dadin jin dadi.
Wannan shine yadda hankula ke aiki. Duk da haka,
yawan sha'awa a cikinsu yana da tarko da hadari. Sai
dai idan mutum ya kafu da karfi a fahimta da ilimi,
wannan kuzarin fitarwa (wanda ke gudana zuwa ga
gabobin ji) yana sa su zama bayi ga hankula.**

**Gabobi biyar suna kama da haske mai haske mai
haske biyar Ta wannan hasken, muna fahimta kuma
muna fuskantar duniyar zahiri. Mun saba da jin dadin
abubuwan da ke faranta wa ido, kunne, kamshi,
ɗanɗano, da tabawa. Sha'awar fuskantar wani abu
yawanci yakan zama dabi'a mai karfi. Matsalar ita ce
yawancin mutane ba su taɓa fuskantar ruhin
allahntaka da ke boye a bayan abu ba, don haka ba su
da mizani don kwatanta fahimtar jin dadi da ban
sha'awa da jin dadin ruhin da ba za a iya kwatantawa
ba. Babu wata hanyar yin irin wannan kwatancen sai
dai idan mutum ya wuce motsin rai na hankali har
zuwa inda ba zai iya jawo hankali ko rinjayarsa ba.
Hanya ɗaya tilo da za a guji wannan tarko ita ce a
fahimci, ko dai ta hanyar tunani ko ta hanyar gogewa
ta mutum, cewa akwai manyan farin ciki da jin dadi.**

**Umarni da shawarwari na guje wa aikata
munanan ayyuka galibi ba su da amfani, domin da
zarar ka nemi wani ya hana ka yin wani abu, nan take
zai so ya yi hakan.**

**'Ya'yan itacen da aka haramta yana da dadi da
dadi da farko, amma ɗanɗanonsa yana da ɗaci kamar
ɗaci a karshe Duk da haka, duk da irin wahalar da
mutane ke fuskanta, ba sa koyo ko tuba, amma suna
ci gaba da yin abubuwa iri ɗaya, komai girman cutar
ta jiki da ta ɗabi'a.**

Idan sha'awar abubuwan da ke haifar da ji ta fara karfi, dabi'ar za ta mamaye kwakwalwa ta koma mulkin kama-karya, tana umurtar mai ita da ta saki sha'awa ta kuma gamsar da sha'awar da ba a taɓa gamsuwa da ita ko kuma ta karewa ba, duk da cewa wannan ya saba wa muradun mutum kuma ya saba wa ka'idodinsa.

Mutum ba zai so ya maimaita wani abu ba, amma ya ga kansa ya zama dole ya yi hakan. Yi kokarin kada ka bar kanka ka kai ga inda ka gaji—abin da zai zama abin tsoro ga halaye masu cutarwa, masu lalatawa, kuma wanda aka zalunta da munanan abubuwan da ke bata maka rai. Dole ne ka zama mai mulkin kanka da makomarka. Kada ka bari kowa ko wani abu ya rinjaye ka. Idan sha'awar fuskantar wani abu na musamman ya zama dabi'a da aka saba da ita, ya kamata a dakatar da wannan aikin.

Ina matukar son abin sha irin na lemun tsami. Wasu daga cikin daliban za su ba ni wannan abin sha mai dadi duk inda na je, don haka koyaushe ina samunsa a hannuna. Amma wata rana na ga cewa abincin da nake sha ya kare kuma na rasa shi, amma na ce: "Kai, abin sha mai dadi, ka wuce gona da iri, yallabai, kuma lokaci ya yi da za mu rabu, ban kwana!"

Washegari na gwada shan wannan abin sha da gangan, sai na ga ya yi dadi kwarai. Dalilin haka shi ne tunanina na ranar da ta gabata ya yi karfi sosai har sha'awarsa ta bace nan take.

Ba na rasa komai da aka kwace min, kuma ba na barin komai da son raina. Babu wani jin dadi na zahiri da zai iya faure ni. Dole ne mu iya sarrafa dukkan abubuwan da suka faru a rayuwa ba tare da alaƙa ko

dogaro ba. Hakika, mutum mai kamun kai yana tafiya cikin duniyar zahiri tare da hankali mai kyau, ba tare da kowane irin sha'awa ba, kuma yana samun kwanciyar hankali na ciki.

Yana da kyau a sami hanyoyi da jin dadi, amma yayin da mutum ke jin bukar samun jin dadi marasa amfani, haka nan suke kara daure kansu cikin halin bauta. Lokacin da nufinsu da fahimtarsu suka zama fursunoni ga sarkar sha'awa, sai su rasa wayewarsu ta ruhaniya kuma su kasa haɗuwa da manyan matakan sani. Annabawa da tsarkakan mutane sun rayu rayuwa mai sauƙi, duk da haka sun kasance masu farin ciki da gamsuwa da salon rayuwarsu. Sun rayu cikin farin ciki kuma sun kasance haka tare da Allah a sama. Amma ga waɗanda ke rayuwa karkashin karkiyar jahilci, waɗanda ke karkashin matsin lamba na sha'awa, za su ci gaba da kasancewa a cikin wannan yanayin rayuwa bayan rayuwa har sai sun tsayayya wa jarabawar duniya da abubuwan da ke daure da hankali.

(Domin kada wani abu ya cutar da farin cikinmu na gaskiya. Motsin rai mai lalata kamar fushi, zarin ci, kwadayi, kwadayi, hassada, yawan sha'awar jima'i, barasa, da miyagun kwayoyi duk suna da illa ga lafiyar ɗan adam da tunaninsa domin suna hana mutum jin dadin ruhaniya. Bai kamata a yi amfani da hankalin ta hanyar wuce gona da iri ba idan kana son yin farin ciki. Abubuwan da ba su da kyau na ji)

Kare kanka a cikin karfin hikima, domin ita ce babbar mafaka. Fahimta ta gaskiya za ta sa ka zama marar rinjaye, don kada wani abu ya cutar da kai. Amma sai dai idan mutum ya sami hikima, aikinsa na farko shi ne ya dakatar da aikin ko sha'awar da ke

motsa shi lokacin da tunanin da ke cike da damuwa ya taso. Sai kawai mutum zai iya yin tunani game da lamarin cikin hikima da tunani. Idan mutum ya yi kokarin yin tunani da farko, za a tilasta masa kuma nufinsa zai kasance karkashin ikonsa na yin abin da ba ya so, domin tunanin da ke cike da damuwa zai kama ikon tunani da kuma fahimtar makaho.

A irin waɗannan yanayi, dole ne mutum ya ce, "Ba zan yi shi mutuwa ba maimakon wulakanta shi," sannan ya bar yanayin ko wurin ba tare da bata lokaci ba. Wannan ita ce hanya mafi tabbaci kuma mafi inganci don guje wa tarkon Shaidan. Da zarar mutum ya girma wannan karfin rashin amsawa a lokacin farmakin jarabawar shaidan, to farin cikin mutum zai karu, domin farin ciki na gaske yana cikin ikon yin abin da lamiri ya umarce mu da mu yi kuma ya hana mu kusantarsa ko aikata shi.

Kada ka bari muhallinka ko sha'awarka ta sha'awa ta karya nufinka ko ta mamaye ka, abokina Ka sani cewa kyawawan halaye da rayuwa ta ruhaniya sun fi matuƙar ɗaukaka fiye da sha'awar sha'awa. Sarkokin jaraba suna ɗaure mutane hannu da kafa; kada ka bari su ɗaure ka. Idan za ka yi addu'a ga Allah ya bar ka ka ɗandana kaunarsa, ko da sau ɗaya ne kawai, kuma za ka fuskanci wannan babbar kaunar Allah, ba za ka yi sha'awar wani abu ba bayan haka, kuma sha'awa mara kyau ba za ta kama hankalinka da zuciya ba.

Idan ka gamsu cewa Allah shine mafi girman abin jan hankali a duniya kuma shi ne mafi girman taska, babu wani abu da zai iya jarabtar ka ko ya shawo kan ikon fahimtarka.

Sanin Allah shine babban buri da kuma roko mafi soyuwa, domin farin ciki na har abada ne wanda ba shi da iyaka! Dole ne mu so Allah domin Shi ne maganin warkarwa kuma maganin da ke da tasiri ga dukkan radadinmu da rashin lafiyarmu, kuma Shi ne ainihin amsa ga dukkan bukatunmu.

Duk abin da zukanmu ke sha'awa, suna konawa, kuma suna kuka a kansa—soyayya, girma, hikima, wadata, da duk wani abu—muna samu ta hanyar cikakkiyar jituwa ta ruhaniya da tekun na ni'ima da wadata.

Mutuwa za ta zama karshen sanin mutum game da matsayi da shahara, koda kuwa su ne mafi shahara da tasiri a wannan duniyar, kuma ba za su kara sanin cewa mutane suna bauta musu ba. Amma annabawa da manyan mutane, ko da bayan sun bar wannan duniyar, suna sane da kaunar da mabiyansu ke yi musu domin saninsu ya haɗu da sanin Allah, Masani, wanda ke zaune a cikin kowace kwayar halitta, wadda ake iya gani da wadda ba a iya gani.

To me yasa za ka yi aiki tukuru don samun wani abu da za ka rasa da zarar ka bar wannan duniyar?

Kudi, shahara, daraja, matsayi, gamsuwar sha'awa, da jin daɗin rayuwa duk abubuwa ne na ɗan lokaci da iyaka waɗanda ba sa maye gurbin farin ciki na gaskiya na jituwa mai tsarki da ruhi da hasken Allah

Jaraba tana da karfi ne kawai saboda mutane ba su da ikon kwatanta ta da abin da ya fi kyau

Idan iskar jaraba ta busa, fahimtarka ta zama kama-karya ga sha'awa da halaye na ɗan lokaci.

Amma babbar hanyar zuwa ga 'yanci ita ce a nutse cikin farin ciki marar karewa da marar karewa na Allah, ta haka za ka iya tserewa cikin kama-karyar jaraba da ba a iya gani ba tare da mummunan sakamako, ka fahimci cewa jin dadin ruhaniya ya fi jin dadin duniya kyau kuma ya fi dacewa da yanayin rai.

Idan ka sami farin ciki na gaske a wannan rayuwar, za ka mallake ta yanzu da kuma a lahira. Zabin naka ne, mai nema: ni'imar Allah ta har abada, wadda za ka iya samu yanzu ta hanyar hana kanka wasu jin dadin duniya, ko kuma farin cikin duniya mai wucewa? Lokacin da hankalinka ya buɗe ga manyan gaskiya kuma zuciyarka ta buɗe ga hasken haske, za ka san bambanci tsakanin su biyun kuma ka zaɓi abin da ya fi kyau.

Duk wani kofari da ka yi don isa ga kololuwar ruhaniya da kuma hawa zuwa kololuwar ruhaniya, Allah zai lura da kai, kuma zai ba ka lada mafi kyau.

Kada ka yi tunanin kai mai zunubi ne, kai ne tsantsar siffar Allah Ko da kai ne mafi girman masu zunubi, ba kome ba ne, muddin ka tuba ta hanyar canza hanyar da ba ta dace ba kuma ba za ka sake komawa gare ta ba. Idan ka kuduri aniyar bin hanyoyin nagarta, to ba ka cikin masu zunubi ba.

Ko da mai zunubi wanda ya bar hanyoyinsa marasa kyau don bauta wa Allah shi kaɗai da ibada ta gaskiya za a iya kiɗaya shi cikin masu adalci Ta hanyar kudurinsa na ruhaniya, zai zama mai nagarta, ya girma cikin hikima da ilimi, ya sami salama mai tsarki marar iyaka, kuma ya ji dadin kariyar Allah, tsaro, da aminci.

Juya sabon ganye ka tunatar da kanka cewa koyaushe kana da nagarta kuma ka yi mafarkin kawai ka yi kuskure Zuciyar Allah faffada ce, kuma kofarsa a buɗe take ga masu aminci waɗanda ke son canza rayuwarsu zuwa mafi kyau. Mugun mafarki mummunan mafarki ne ko mafarki mai ban tsoro wanda ba shi da alaƙa da tsarkin yanayin rai.

Jaraba kamar guba mai zaki ne ko zuma mai guba tana da daɗi a ɗanɗana, amma tana gudana a cikin jini tana lalata gabobin jiki, don haka nisantar ta ya fi kyau.

Farin cikin da mutane ke nema da nema a wannan duniyar mafarki ne kuma mai wucewa Farin cikin Allah na har abada ne kuma har abada. Kishin abin da ke dawwama kuma ki dage wajen kin jin daɗin da jin daɗin wannan duniyar, waɗanda ba su dawwama. Dole ne ki mallaki wannan hangen nesa. Kada ki bari duniya ta batar da ke ko ta kore ki da sandar ta, kuma kada ki manta cewa Allah ne kaɗai gaskiya. Farin ciki na gaskiya ana iya samunsa ne kawai ta hanyar jin kasancewar Allah da kuma jin daɗinsa mai girma.

Mutum yana nutsewa cikin mafarkan jahilci, yana tunanin cewa yana fama da matsalolin cuta, baƙin ciki, da talauci. Lokacin da ɗaya daga cikin manyan mutanen Allah ya yi addu'a, ba zato ba tsammani ya yi ihu: "Na yi tunanin ni kaɗai nake zaune a cikin wannan tsarin jiki, amma yanzu ina ganin Madawwamiyar Halitta tana bayyana a cikinsa. Wannan karamin girman kai, wanda ba komai bane illa tarin nama da kashi, ba ni bane. Madawwami mara iyaka shine abin da ke zaune a jikina. Ni ne cikakken kaina, kuma gare shi nake ba da mafi girman aminci na."

Wannan ilimin zai zo wa duk mai neman gaskiya wata rana, kuma ba za su sake tunanin kansu a matsayin halittu masu rai ba, maza ko mata. Maimakon haka, za su san cewa su rayuka ne da aka kera cikin siffar allahntaka. Mulkin Allah yana zaune a cikin ɗan adam, kuma ruhu mafi girma yana zaune a cikin wanzuwarsa.

Rai yana ɗaure da jiki ta hanyar sarkar sha'awa, jaraba, matsaloli, damuwa, da tsoro, kuma yana kokarin 'yantar da kansa Idan ya ci gaba da jan wannan sarkar da ke ɗaure ta da sanin jiki, hannun Allah zai shiga tsakani wata rana ya yanke wannan sarkar, kuma rai zai 'yantu.

Wadanda ke son zaman lafiya na ruhaniya dole ne su kare kansu daga jarabawa da bakin ciki ta hanyar fahimta da zurfafa tunani game da Allah. Wadanda ba su kula da Allah ba, wadanda ba su san Shi a matsayin Mahaliccin duniya da duk abin da ke cikinta ba, ba sa fuskantar kasancewarSa ko ganin haskenSa.

Bimbini yana tunatar da kai akai-akai cewa ba mu ne jikin jiki mai iyaka ba, amma cikakken ruhun Allah mai 'yanci Bimbini shine tunawa da ainihin kansa da mantawa da karyar asalin mutum Idan yarima mai maye ya je unguwa mai kaskanci kuma, saboda rashin tunawa na ɗan lokaci da ainihin asalinsa, ya fara kuka da kuka game da yanayinsa, yana cewa, "Kai, talaucina da yadda nake buƙatar taimako!" Abokansa za su yi masa dariya su ce, "Ka nutsu ka tuna cewa kai yarima ne, Mai Martaba!"

Hakazalika, mutum yana cikin ruɗani da ruɗani. Yana ɗaukar kansa a matsayin mutum mai rauni, mai fama da wahala, yana jujjuyawa da rakuman damuwa a kowace hanya. Lokaci ya yi da zai farka ya tabbatar

wa kansa da cikakken tabbacin cewa shi ruhu ne, ba ya karkashin canje-canje da tasirin wannan duniyar, ko da yake suna da karfi da ban tsoro. Dole ne ya fahimci cewa shi walkiya ce mai rai ta ruhun allahntaka mai albarka, kuma ainihinsa tsarkakakke ne kuma farin ciki mai cike da farin ciki. Idan ya maimaita wadannan tunanin akai-akai, dare da rana, a karshe zai fahimci ainihin yanayinsa: ruhu mara mutuwa.

Rufi, kwadayi, sha'awar mutane da dukiya, bauta ga ji, jahilcin yanayin ruhaniya, rashin aikin yi, da rayuwa mai cike da abubuwan da ba su da amfani, ta hanyar amfani da na'ura duk suna cikin manyan makiyan farin ciki.

Yi ayyukanka da tunani mai kauri a cikin sani mai tsarki wanda ke tsiro da girma a cikin fannoni na tunani, sannan za ka yi farin ciki da gaske, ba cikin rufani ba, kuma ka ji daɗin rayuwa mai daraja.

Lokacin da na fara yin bimbini, bai taba tunanin zan ji daɗin irin wannan babban farin ciki ba. Amma yayin da kwanaki suka shuɗe, kwanciyar hankalina ya karu kuma farin cikina ya karu yayin da nake zurfafa cikin tekuna na bimbini.

Idan mutum ya gaji da rayuwar da yake yi, amma kuma ya ci gaba da cika ta da karin dukiya da sha'awar sabbin abubuwan jin daɗi, suna kan hanya mara kyau da karkatacciyar hanya kuma dole ne su canza hanya Hanya mafi tabbas don guje wa tasirin tunanin da ke cike da damuwa ita ce rayuwa mai sauƙi, ta halitta—ba tare da kuntatawa da rikitarwa ba—cikin jituwa da Allah

Me yasa mutane ke rayuwa ta rashin ɗabi'a?

Me yasa yake neman farin ciki da bakin ciki har duniya ba ta iya bayarwa ba?

Abokai na, rayuwa tana da matukar daraja

Kowace rana ina addu'a ga Allah: "Idan kana son kwace duk abin da nake da shi, to ka bar shi ya zama nufinka, kuma ba zan ki hukuncinka da hikimarka ba domin na san kana son abin da ya fi kyau a gare ni zan yi kokarin faranta wa wasu rai, amma jin dadinka, Ya Ubangiji, shi ne ya fara, kuma shine babban burina a wannan rayuwa"

Idan ka yi addu'a haka, za ka iya fuskantar jarrabawa da sha'awa da yawa, amma idan ka ci gaba da tsayayya da munanan sha'awa da kuma munanan sha'awa, Allah zai kusance ka ya kuma ba ka albarkarSa. Za ka ga cewa kasancewarsa kamar kogi ne mai karfi wanda ke share duk wani mummunan abu daga rayuwarka kuma yana tsarkake ranka gaba daya.

Wanda ya kame kansa daga sha'awa mara kyau yana ganin sha'awar sha'awa tana raguwa na dan lokaci, yana barin sha'awa da sha'awa kawai. Amma wanda ya ga hasken Allah kuma ya fuskanci kasancewarsa ya 'yantu daga kowace sha'awa da ta saba wa yanayin rai.

Mu kori duhu da hasken Allah

Mu kayar da munanan ra'ayoyi da nagari

Bari mu shawo kan jarabar neman mafi girman jan hankali ta hanyar yin bimbini

Wannan ita ce mafi kyawun makami kuma mafi inganci don yaƙi da cutar rashin karfi ta hanyar obsessive-compulsive

Duk lokacin da ka ji cewa nufinka yana faɗawa tarkon mugunta da tasirin da ba shi da tsarki, ka yi bege ga Allah ka nemi taimakonsa har sai ka ji kasancewarsa mai albarka wadda ke korar dukkan munanan tunani kuma tana cika rai da farin ciki, hikima, kwanciyar hankali da tabbas.

Salam alaikum barka da warhaka

Cin Nasara Kan Tasirin Taurari

Malamina ya gaya min wata rana:

"Me yasa, Mukunda (Paramhansa), ba za ka sami rigar hannu ta duniya ba?"

Na ce, "Shin wannan ya zama dole a gare ni, malam? Ban yarda da ilmin taurari ba"

Ya amsa: "Matsalar ba ta imani ba ce, amma, matsayin kimiyya da ya dace da mutum ya ɗauka shine ko wannan batun gaskiya ne. Dokar nauyi ta yi aiki kamar yadda ta yi a gaban Newton kamar yadda ta yi bayansa. Idan aikin dokokin duniya ya dogara ne akan amincewar ɗan adam, rudani da rashin tsari za su yi nasara."

"Masu zamba sun kawo tsohuwar kimiyyar ilmin taurari zuwa ga halin da take ciki a yanzu. Ilimin taurari kimiyya ce mai faɗi da wadata, ta hanyar lissafi da falsafa, wadda waɗanda suka kware sosai a fannin ilimi kuma suka yi imani da kimiyya za su iya fahimta da kyau. Idan jahilai sun yi kuskure wajen

karatu da fassara sararin samaniya da gani (rubutu) maimakon kalmomi masu fahimta, wannan za a yi tsammaninsa a cikin wannan duniya mara kyau da lahani, kuma bai kamata mutum ya batar da hikima ga waɗanda ke ɗaukar kansu 'masu hikima' ba."

Malamina ya ci gaba da cewa: "Duk sassan duniya suna da alaƙa sosai kuma suna mu'amala da juna. Tsarin yau da kullun da daidaito na sararin samaniya ya dogara ne akan musanya ko bayarwa da karɓa. Mutum, a cikin siffarsa ta ɗan adam, dole ne ya yi tsayayya da rukuni biyu na ƙarfi: na farko shine rikice-rikicen ciki wanda ya samo asali daga gaurayawan abubuwan duniya, ruwa, wuta, iska, da ether, na biyu kuma shine ƙarfin waje na lalacewa na halitta. Muddin mutum ya ci gaba da rikici da rayuwarsa ta mutuwa, dubban canje-canje da ke faruwa a duniya da sama suna shafarsa."

Taurari nazarin martanin ɗan adam ga tasirin duniya. Taurari ba su da alheri ko mugunta, amma suna fitar da haske mai kyau da mara kyau. Waɗannan hasken a cikin kansu ba sa amfanar ɗan adam ko cutar da shi, amma suna samar da hanyar da ta dace don tsarin waje na daidaita dalilai da tasirin da ɗan adam ya ƙirƙira a baya.

"Ana haihuwar yaro a wani takamaiman rana da sa'a lokacin da haskoki na sama suka yi daidai da karmarsa ko tarihin rayuwarsa na baya. Jadawalin zodiac ɗinsa hoto ne mai kyau wanda ke annabta abubuwan da suka gabata da kuma sakamakon da zai iya biyo baya. Amma wannan jadawalin haihuwa za a iya karantawa ko fassara shi ne kawai ta waɗanda ke da fahimta mai zurfi, kuma waɗannan ba kasafai ake samun su ba."

"Sakon da aka yada a sarari a sararin samaniya a lokacin haihuwa ba a yi nufin a amince da kaddara ba - sakamakon ayyukan alheri ko marasa kyau na baya - amma a maimakon haka a karfafa da kuma farkar da nufin dan adam don ya tsere daga kangin sararin samaniya Duk abin da mutum ya daure za a iya kwance shi, kuma shi kadai ne ke da alhakin kirkirar wadannan yanayi wadanda yanzu ke iko da rayuwarsa, komai yanayinsu. Kuma tunda ya kirkiri wadannan dalilai da yanayi, yana da ikon shawo kan duk kuntatawa godiya ga albarkatun ruhaniyarsa, wadanda ba sa fuskantar matsin lamba na duniya."

"Tsoron camfi na ilmin taurari yana sa mutum ya zama mai sarrafa kansa wanda ke biyayya da tawali'u ya dogara da shiriya ta atomatik. Mutum mai hikima yana cin nasara a kan taurari, wato, yana tserewa daga abin da ya gabata ta hanyar canja wurin amincinsa daga halitta zuwa ga Mahalicci. Yayin da yake fahimtar cewa shi daya ne da ruhun allahntaka, haka nan yake zama bawa ga abubuwa. Ruhun dan adam yana da 'yanci har abada, ba ya mutuwa saboda ba a haife shi ba, kuma makomarsa ba za a iya daure shi da taurari da taurari ko kuma a karkashin tasirinsu ba."

"Mutum rai ne mai jiki Idan ya fahimci ainihin kansa, sai ya bar duk wasu samfura da tsare-tsare masu karfi da tsauri. Amma idan ya ci gaba da rikicewa kuma bai sami tunanin ruhaniyarsa ba, zai kasance karkashin boyayyun kuntatawa na dokar muhalli da yanayi."

"Allah yana da jituwa da jituwa, kuma mai bauta masa wanda yake daidai da Shi ba zai yi kuskure ba, amma duk ayyukansa za su kasance daidai da dokokin

sammai ta hanya madaidaiciya da ta halitta, kuma bayan addu'a mai zurfi da tunani zai ji alakarsa da ruhun Allah Babu wani iko mafi girma fiye da wannan kariyar ciki."

Na yi kokarin fahimtar bayanin Seri Yuktsuar mai daraja, bayan na yi shiru na ce: "To me ya sa kake son ni, yallabai, in sanya wannan abin wuya?"

Malamin ya amsa: "Sai lokacin da matafiyi ya isa inda yake so ne kawai zai iya barin alkibla da taswira. Amma a lokacin tafiyar, yana kokarin amfani da kowace hanya mai dacewa. Tsoffin masana sun kirkiro hanyoyi da hanyoyi da yawa don rage tsawon lokacin da mutum zai yi nesa da shi a duniyar ruɗani da yaudara. Akwai wasu siffofi na atomatik a cikin dokar karma waɗanda yatsun hikima za a iya gyara su da kyau."

"Duk wata matsala ta ɗan adam ta samo asali ne daga karya dokar duniya. Littattafai Masu Tsarki suna ba da shawara ga mutum ya bi dokokin yanayi, yayin da yake rike cikakken amincewa ga ikon Allah. Aikinsa shine ya ce: 'Ya Ubangiji, na dogara gare ka kuma na san cewa za ka iya taimaka mini, duk da haka zan yi duk abin da zan iya don gyara tasirin kurakuraina' Ta hanyoyi daban-daban - addu'a, karfin zuciya, tunani na yoga, tuntubar masu hikima da waliyyai, da kuma amfani da munduwa na taurari - tasirin da ya gabata na cutarwa za a iya rage shi ko kuma a kawar da shi gaba ɗaya."

"Kamar yadda gida yake da sandar tagulla don shan walkiya, haka nan jikin ɗan adam zai iya amfana daga mata kai daban-daban na kariya. Hasken lantarki da maganadisun masu haske suna ci gaba da tafiya a ko'ina cikin sararin samaniya kuma suna shafar jikin

ɗan adam, ko da kuwa ba su da kyau. Tun zamanin da, masananmu sun yi tunani kan yadda za su magance mummunan tasirin tasirin sararin samaniya. Sun gano cewa karfe tsarkakakke yana fitar da haskoki na duniya waɗanda ke hana jan hankalin duniyoyi. An kuma nuna cewa wasu mahadɗan shuka suna da amfani. Abubuwan da suka fi tasiri su ne duwatsu masu tsarki, marasa aibi, waɗanda ba su gaza carats biyu ba. Amfani da ilmin taurari na amfani da shi ba kasafai yake samun kulawa daga masu bincike a wajen Indiya ba. Wani abu mai sauƙi, tabbatacce shine cewa duwatsu masu daraja, karfe, ko shirye-shiryen shuka masu dacewa ba su da amfani sai dai idan suna da nauyin da ya dace, muddin an shafa waɗannan magungunan warkarwa a kusa da fata."

Na ce, "Yallabai, zan karbi shawararka in sami abin wuya, amma tunanin shawo kan halittun sama yana bani mamaki!"

Sai Sri Yuktiswar ya kara umarni masu kyau, yana cewa:

"Don dalilai na gabaɗaya, zan ba da shawarar a yi munduwa da aka yi da zinariya, azurfa da tagulla, amma a takamaiman yanayinka ina so ka sami munduwa da aka yi da azurfa da gubar."

Na ce, "Yallabai, me kake nufi?"

Malamin ya amsa: "Duniyoyin duniya suna shirin ɗaukar matsayi mara kyau a gare ku, Mukanda Amma kada ku ji tsoro, domin ikon Allah zai kare ku Cikin wata ɗaya daga yanzu, za ku sha wahala daga manyan matsalolin hanta. Ana tsammanin wannan rashin lafiyar za ta ɗauki tsawon watanni shida,

amma ta hanyar amfani da abin wuya na duniya, za ku rage wannan lokacin zuwa kwanaki ashirin da huɗu kacal."

Washegari na nemi mai yin kayan ado na kuma ɗauki munduwa da sauri, wanda na saka a jiki Lafiya ta yi kyau sosai har na manta da annabcin malamina, wanda ya bar Serampur ya tafi ziyara Varanasi Kwana talatin bayan tattaunawarmu, na ji ciwo kwatsam a cikin hantata. Makonni masu zuwa sun kasance mafarki mai ban tsoro na zafi mai tsanani. Ba na son in dame malamina ba, na yi tunanin zan iya jure wahalar da nake sha ni kaɗai, da hakuri da jarumtaka. Amma bayan kwanaki ashirin da uku na azaba, kudurina ya yi rauni, kuma na yi tafiya ta jirgin kasa zuwa Varanasi, inda Sri Yuktiswar ya tarbe ni da ɗumi mai ban mamaki. Duk da haka, bai ba ni damar gaya masa game da yanayin da nake ciki ba. Mutane da yawa masu ibada sun ziyarce shi a ranar don karɓar albarkarsa. Ina rashin lafiya, na koma kusurwa. Baki ba su tafi ba sai bayan cin abincin dare, lokacin da malamina ya kira ni zuwa baranda mai kusurwa huɗu na gidansa. Ya yi mini jawabi, yana kallon nesa yana tafiya da baya, wani lokacin yana toshe hasken wata:

"Ina tsammanin ka zo game da matsalar hantarka. Ka yi fama da ciwo tsawon kwana ashirin da huɗu, ko ba haka ba?"

Na amsa: "Eh, yallabai"

Yace, "Don Allah ki yi motsa jiki na ciki da na koya miki."

Na amsa, "Da ka san, yallabai, irin wahalar da nake sha, da ba ka nemi in motsa jiki ba" Duk da

**haka, na yi karamin kokari don bin umarninsa.
Malam in ya dube ni da tambaya.**

**"Kana cewa kana jin zafi, ni kuma ina cewa babu
zafi Ta yaya wannan sabanin zai iya wanzuwa?"**

**Na ji jiri, sai jin dadi ya mamaye ni, kuma ban
sake jin azabar da ta hana ni samun ni'imar barci na
tsawon makonni masu yawa ba. Kawai an ambaci
kalmomin "Sri Yuktsur," zafin ya bace gaba daya,
kamar bai taɓa wanzuwa ba.**

**Na fara durkusawa a kafafunsa ina godiya, amma
ya tsayar da ni ya ce:**

**"Ka manta da hakan Tashi ka ji dadin kyawun
wata a kan Ganges" Idanun malamin sun yi haske da
farin ciki yayin da na tsaya a shiru kusa da shi na
fahimta daga halinsa cewa yana so in ji cewa Allah ne
ya warkar da ni, ba shi ba**

**Kuma har zuwa yau, har yanzu ina sanye da irin
wannan munduwa mai nauyi da aka yi da azurfa a
matsayin abin tunawa da wannan ranar, abin tunawa
mai ban sha'awa lokacin da na fahimci cewa ina zaune
da wani mutum mai ban mamaki da ban mamaki.
Daga baya, zan kawo abokaina zuwa Sri Yuktiswar
don warkarwa, kuma koyaushe yana ba da shawarar
amfani da duwatsu masu daraja ko munduwa, yana
yaba amfani da su a matsayin aikin hikimar duniya.**

**Tun ina karami, na ji kyamar ilmin taurari saboda
dalilai biyu: na farko, ganin mutane da yawa waɗanda
suka shagaltu da ilimin taurari da murabus da
biyayya, na biyu kuma, annabcin da masanin taurari
na iyali ya yi: "Za ku yi aure sau uku kuma ku zama
bazawara sau biyu" Zan dade ina tunani a kan**

wannan kuma in ji kamar ragon hadaya a kan bagadin auren uku Wata rana, babban ɗan'uwana Ananta ya ce mini:

"Yana da kyau ka yarda da kaddararka, kamar yadda jadawalin taurarinka ya riga ya nuna cewa a farkon shekarunka za ka gudu daga gida zuwa Himalayas kuma za a tilasta maka komawa. Haka nan, annabcin da ya shafi aurenka zai zama gaskiya."

Wata dare, tana jin karyar annabcin, sai ta kunna wa taswirar hasumiyar wuta ta sanya tokarta a cikin ambulaf inda ta rubuta: "Tsabar karma ta baya ba za ta iya tsiro ba idan wutar hikima mai tsarki ta kone ta." Sai ta ajiye ambulaf ɗin a wani wuri mai mahimmanci Ananta ta karanta wannan kalubalen a bayyane ta yi dariya da dariya, tana cewa:

"Ba za ka iya rusa gaskiya cikin sauki ba kamar yadda ka kona wannan takarda"

Hakika, sau uku kafin in kai ga balaga, iyalina sun yi kokarin shirya aurena, kuma na ki a kowane lokaci, da sanin cewa kaunar da nake yi wa Allah ta fi karfin duk wani abin duniya da ya rage daga baya, ina yin tunani a kan kalmomin hikima na malamina:

"Gwargwadon yadda mutum ya zurfafa cikin sanin kansa, haka nan tasirinsa ga dukkan sararin samaniya ta hanyar rawar jiki na ruhaniya mai haske, kuma a lokaci guda yana raguwa da tasirin abubuwan da ke faruwa a waje."

Wani lokaci ina rokon masana ilmin taurari su yi hasashen mafi munin lokaci na bisa ga tsarin duniyoyi, duk da haka har yanzu ina iya cimma duk abin da na sa raina a lokacin wadannan lokutan.

Gaskiya ne cewa nasarar da na samu a wadannan lokutan tana cike da matsaloli masu ban mamaki, amma kwarin gwiwar da nake da ita ta dogara ne akan imani da ikon Allah da kuma amfani da karfin niyya yadda ya kamata - kyautar Allah ga ɗan adam - karfi ne mai girma, wanda ya fi rakuman ruwa na duniya da ke fitowa daga duniyoyi da taurari.

Na fahimci cewa abin da taurari suka rubuta a lokacin haihuwa ba yana nufin mutum ɗan tsana ne na abin da ya gabata ba. Maimakon haka, tasirin duniya abubuwa ne masu karfafa ci gaba. Jikin sama yana aiki don farkar da nufin mutum don ya 'yantu daga dukkan kuntatawa. Allah ya halicci kowane ɗan adam da rai na musamman da aka ba shi, saboda haka kowane mutum yana da muhimmiyar rawa a cikin halittar gabaɗaya, ko wannan rawar ta kasance ta tallafi ko dogaro. Ceton ɗan adam bai dogara da nasarorin waje ba amma akan nasarorin ruhaniya na ciki.

Tushe: Tarihin Yogi - Tarihin Rayuwa (Falsafar Indiya a Rayuwar Yogi) ta Paramhansa Yogananda
ci gaban ruhaniya

Daga koyarwar Jagora Paramhansa Yogananda

Idan muka kalli duniya a yau, tare da dukkan matsalolinta, sarkakiya, rudani, rudani, jahilci, da rikici, yana da wuya a yarda cewa bil'adama ta shiga wani sabon mataki na ci gaba da ci gaba Duk da haka, bil'adama ta bar zamanin da ya yi tsauri, mai son abin duniya kuma ta ɗauki mataakai masu sauri, masu zurfi zuwa ga karshen wannan sabon matakin juyin halittarta.

Yayin da muke kara kusantowa zuwa wannan zamanin atom, ana gano da kuma amfani da yawancin

karfin yanayi wadanda ba a san su ba a Zamanin Duhu, wanda ke taimakawa wajen hanzarta saurin sadarwa da ci gaba a duniya a fannin likitanci, noma, sufuri, da sauran fannoni.

Hakika, hanyoyin fasaha na zamani sun canza yanayin rayuwar yau da kullun kamar yadda muka sani kuma muka san shi.

Amma zamanin duhu da ɗan adam ya jure har yanzu yana da tasiri mai karfi da ya yaɗu a kan mutane. Wannan shine dalilin da ya sa mutane ke amfani da hanyoyin kimiyya na ci gaba ba wai kawai don alheri ba, har ma don ciyarwa da karfafa tushen asali, abubuwan duniya kamar son kai, halaka, da kwadayi. Don haka, tasirin zamanin duhu zai ci gaba har tsawon shekaru masu zuwa.

Wannan zamanin da ke tasowa ya samar da jin dadi da yawa godiya ga hanyoyin fasaha da kayan aiki na zamani, kuma ya ba wa mutane ɗan lokaci na hutu wanda a da ba a samu ba. A zamanin Duhu, mutane suna amfani da kowane lokacin farkawa da dukkan karfinsu wajen biyan bukatunsu na asali da kuma ci gaba da rayuwa. Kananan bangarorin jama'a ne kawai suka sami isasshen lokaci don sadaukar da kansu ga manyan ayyuka.

Yanzu - akalla a kasashe masu ci gaba da masana'antu - kowa yana cikin wannan rukunin Amma me mutane ke yi a lokacin hutunsu da kuma lokacin hutunsu?

Domin ba su san manufar rayuwa ba, suna batar da lokacinsu da kuzarinsu akan nishaɗi marar iyaka. Matsakaicin mutum a Yammacin duniya yana batar da kusan sa'o'i hamsin a mako yana kallon talabijin Ka yi

tunanin yadda mutane za su yi farin ciki da kuma yadda duniya za ta fi kyau idan aka batar da waɗannan sa'o'in masu yawa akan ayyukan ruhaniya masu amfani!

Waɗanda ke yin bimbini suna amfani da lokacinsu da hikima da kuma yadda ya kamata. Abin takaici, yawancin mutane sun kauce wa Allah da dokokinsa.

Wannan shine dalilin da yasa duniya take cikin mawuyacin hali a yanzu. Muna fatan mun rayu a cikin duniyar tsaro, wadata, da zaman lafiya. Amma har ma da rayuwa a cikin duniyar da ke cike da rudani, tana da darussanta ga waɗanda ke nuna yanayi mai wahala da ɗaci. Yana aiki a matsayin tunatarwa cewa wannan duniyar ba gidanmu na dindindin ba ce. Gaskiya tsaro da aminci ba a samun su a cikin duniyar waje, kuma saboda wannan dalili, dole ne mu nemi Allah mu roki kariyarSa.

A lokutan zaman lafiya da wadata, inda babu rashin aikin yi ko matsalolin muhalli, mutane suna rayuwa cikin "bakin ciki mai natsuwa," kamar yadda masanin falsafa Thoreau ya faɗa Me yasa? Domin duk da wannan wadata, mutane suna jin yunwar ruhaniya da kuma sha'awar wani abu da ya bace a rayuwarsu

Wannan abu shine Allah

Dole ne mu tuna cewa, ba tare da la'akari da yanayin waje ba, ci gaban ruhaniya ya dogara ne akan kokarin mutum Ko da a cikin mafi duhun zamani da kuma a cikin mafi munin yanayi, wasu maza da mata har yanzu sun sami ilimin Allah Saboda haka, bai kamata mu shagaltu da yanayin duniya a ruhaniya ba. Ba za mu taɓa mantawa da muhimmancin kokarin ruhaniya ba.

Domin muna rayuwa a cikin wadannan mawuyacin yanayi, muna kuma tunanin makomar da abubuwan mamaki marasa dadi da za su iya dauka Wannan abu ne na halitta. Amma idan muka yi tunani sosai a kan wadannan abubuwa, kuma idan muka bar hasashe da tsoro su mamaye tunaninmu, za mu kori Allah daga rayuwarmu kuma mu rasa wata dama mai tamani ta haɗuwa da Shi da kuma jin daɗin kariyarSa.

Mutane suna son sanin ainihin abin da zai faru a nan gaba Me yasa? Don kara damuwa?

Da ace mun fahimci babban nauyin da muke dora wa zukanmu lokacin da muka fada cikin tsoro da damuwa, da mun yi mamakin juriyarmu zuwa yanzu. Damuwa da damuwa suna raunana tunani, suna barin tsoro ya ratsa cikin rai, kuma sakamakon haka, muna rasa daidaiton tunani da ruhaniya. Matsalarmu tana cikin kokarinmu na rayuwa a nan gaba da kuma a baya a lokaci guda, maimakon rayuwa a yanzu. Wadannan nauyin sun yi nauyi da hankali ba zai iya dauka ba.

Dole ne mu yi nazarin tunaninmu Yawancin lokaci, muna tserewa ko dai zuwa gaba ko zuwa baya Wannan bata ce gaba daya Dole ne mu rayu a cikin yanzu kuma mu cika yanzu da tunanin Allah

Babu wani wuri a duniya da yake da aminci ko aminci daga abubuwan da suka faru da haɗari, kariya ta gaske tana cikin rayuwa ta gaskiya da adalci, mu'amala da wasu da gaskiya da gaskiya, da kuma cikin addu'a, bimbini, da jituwa da Allah

Saboda wannan dalili, dole ne mu yi iya kokarinmu don mu kasance cikin jituwa da Allah. Wannan jituwa ita ce maganin kowace cuta da kuma

warkarwa daga dukawar rayuwa da kuma raunukan lokaci.

Bai kamata mu tsorata da munanan abubuwan da suka faru a rayuwa da kuma mafarkai marasa dadi ba. Bai kamata mu tsorata da rashin lafiya, talauci, ko haɗurra ba. Idan muka tsinci kanmu a tsakiyar jarrabawa da wahala, bari mu fahimci irin wannan mummunan yanayi na waɗannan abubuwan kuma mu fahimci cewa za mu iya shawo kan mummunan yanayi ta hanyar tunani mai kyau, hukunci mai kyau, da kuma jituwa ta ruhaniya da Allah, tushen dukkan taimako da kariya.

Babu kariya ko tsaro a wajen Allah. Dole ne mu koma gare Shi gaba ɗaya idan muna son tsaro da kwanciyar hankali.

Yana da wuya a sami cikakkiyar gamsuwa a wannan duniyar, wanda ba gidanmu na gaskiya ba ne Rayuwarmu a wannan duniyar ta ɗan lokaci ce Muna nan a makaranta don koyon darussan rayuwa Idan muka manta da wannan gaskiyar, matsalolinmu suka fara, kuma matsaloli suka kewaye mu daga kowane gefe.

Babu abin da ya cancanci rayuwa sai Allah. Duk wani abu zai shuɗe ya bar mu mu kaɗai. Dole ne mu nemi kaunar ɗan adam mai ɗorewa kuma mai ɗorewa. Bayan kaunar ɗan adam akwai kaunar allahntaka, kuma ita ce babbar kauna, tana biyan bukatun zuciya da kuma kashe kishirwar rai. Bari mu ji daɗin duk abin da Allah ya ba mu ba tare da sha'awar wani abu ba. Mun zo wannan duniyar ne don mu koyi yadda za mu san Allah. Babu wani dalili ga wanzuwarmu a nan.

Masu neman gaskiya za su sami Allah, rayuwarsu kuma za ta cika da kwanciyar hankali, natsuwa, alheri, da farin ciki. Sha'awar saninsa dole ne ta kasance mai karfi da dorewa, kuma sakamakon zai tabbata (wanda ya kwankwasa zai ji). Waɗanda suka san Allah suna jin daɗin farin ciki da farin ciki akai-akai.

Neman Allah ba ya jituwa da abota ta ɗan adam, aure, ko neman nasarar abin duniya. Waɗannan abubuwa kuma muhimman sassan darussan rayuwa ne. Abin da ke da muhimmanci shi ne bambance tsakanin gaskiya da ruɗani, da kuma fahimtar cewa burin abin duniya da nasarorin da aka samu ba za su iya ba mu farin cikin da muke nema da kuma koƙarin cimmawa ta hanyar dukkan tunaninmu da ayyukanmu ba.

Wannan falsafar ba ta sanya rayuwa cikin duhu ko rashin kyau ba

Salam alaikum barka da warhaka

Gaskiya da gaskiya a zurfafa

Gaskiya kalma ce da aka lullube da rashin tabbas kuma aka boye ta da rashin tabbas. Ra'ayi ne mai wahalar bayyanawa da fayyace shi. Kowa yana da imani da imani, yana rantsuwa da imaninsa cewa su ne cikakken gaskiya. Amma ta yaya mutum zai iya tantance ainihin abin da yake gaskiya kuma gaskiya a tsakanin waɗannan ra'ayoyi masu yawa?

Gaskiya tana da alaƙa kuma cikakke ce. Tana ratsa mataƙai da yawa na ci gaba da gyarawa kafin ta kai ga matsayinta na cikakke. Misali, mutane biyu

sunata tattaunawa kan wani aikin kasuwanci. Daya yana ba da shawara wanda ke tabbatar da nasara, yayin da ɗayan kuma yana ba da hujjar da ta dace wacce ta cimma manufa ɗaya amma tare da karin fa'idodi. Sannan wani ya zo da wata shawara mafi kyau, don haka duk hanyoyin da aka gabatar sun kasance "daidai," amma kawai a ma'anar da ta dace.

Gaskiya ita ce abin da ke kawo farin ciki mai ɗorewa

A takaice dai, duk abin da ya saba wa farin ciki na gaskiya karya ne, kuma abin da ke kawo farin ciki mai ɗorewa gaskiya ne farin ciki na gaske ba shine farin ciki mai ɗorewa da ke tare da nasarar abin duniya ko jin daɗi na ɗan lokaci ba, sai dai farin cikin da ke fitowa daga jituwar rai da tushensa: Allah Ta wannan ma'auni, za ka iya yin hukunci kan duk wani aiki da ka yi ta hanyar sakamakonsa da kuma ko zai kawo maka farin ciki mai ɗorewa ko a'a (domin hakika, ayyuka ana yin hukunci ne ta hanyar karshensu!)

Gaskiya ta Karshe ita ce Allah, kuma Allah shine Gaskiya ta Karshe. An gina duniya gaba ɗaya akan wannan gaskiyar ta hanyar dokokin Allah na har abada. Waɗannan dokoki gaskiya ne na asali, marasa iyaka, ba za a iya canzawa ba kuma sun fi duk wani magudi ko batarwa na ɗan adam. Misali, cikakken hakkin shine a guji kisa ko cutar da mutane, amma mafi karancin mugunta biyu shine a yi amfani da karfi don kare marasa laifi daga miyagu ko kuma don kare halittu masu ci gaba daga waɗanda ba su da ci gaba. Duk da haka, lalata komai kawai saboda sha'awar kisa ba daidai ba ne.

Dokar duniya ta tanadar da jituwa da kusanci ta hanyar soyayya, wanda ke nufin kauna da hakuri.

Idan muna son samun gaskiya, yana da mahimmanci tunaninmu da ayyukanmu su kasance masu kyau, a zahiri, a dabi'a, da kuma a ruhaniya, daidai da dokokin gaskiya ta Allah madawwamiya.

Gaskiya ita ce ainihin ma'anar amma ina wannan ma'anar take, kuma ta yaya za a iya samunta?

Akwai hanyoyi uku na isa ga gaskiya: ta hanyar fahimtar ji, ta hanyar tunani mai ma'ana, da kuma ta hanyar fahimta ko fahimtar rai.

Idan fahimtarka ta yi kuskure, cirewar hankali ma zai yi kuskure. Za ka iya kallon sararin sama ka ga abin da ya yi kama da wuta saboda kana ganin hayaki; amma yayin da kake kusantar wurin, za ka ga cewa abin da ya yi kama da hayaki ba komai ba ne illa girgijen kura. Don sanin gaskiyar komai, za ka dogara da ganinka da jinka, da kuma jin kamshi, dandano, da tabawa, ban da karfin hankali. Amma wadannan abubuwan da aka hada ba za su iya zama hujja ta karshe ta gaskiya ba, domin idan hankalin yana karya, to hankali ma zai yi karya. Dalili yana samar da ra'ayoyinsa kuma yana isa ga karshe da imaninsa bisa ga rahotannin da yake karba daga gabobi, amma gabobin suna da iyaka sosai saboda yanayinsu. Wannan shine dalilin da ya sa annabawa suka yi magana da mutane bisa ga matakin fahimta da hankalinsu, domin su—mutane—suna gani amma ba sa gani, suna ji amma ba sa fahimta ko fahimta (kurame ne, bebaye, kuma makafi, don haka ba sa tunani)!

Kunnen dan adam zai iya fahimtar wani nau'in girgiza ne kawai; ba zai iya gano sautuka mafi karfi ko marasa karfi ba. Idan jinka ya yi karfi sosai, za ka iya jin sautin ban mamaki, mai ban mamaki da sararin

samaniya ke samarwa yayin da yake wucewa ta sararin samaniya mara iyaka. Duk abin da ke wanzuwa yana cikin motsi, kuma wannan motsi yana tare da sauti. Babu wani abu da ke wanzuwa ba tare da motsi ba sai a cikin duniyar ruhin sararin samaniya mai wucewa, inda babu motsi ko girgiza. Idan ikon ruhin ɗan adam ya haɓaka sosai, za a iya jin sautuka masu sauki tare da kunnen ethereal - sautuka waɗanda suke da karfi a bayyane, suna ba jiki jin ji mai karfi.

Hakazalika, idan aka kara karfin idanunka, da za ka ga haske na kowane launi da iri Idanunka na zahiri suna nuna maka iyakataccen kewayon haske, yayin da idonka na ruhaniya (etheric) yana ganin ainihin yanayin abubuwa a matsayin hotuna waɗanda suka kunshi hasken Allah mai kirƙira. Duk jikinka, wanda kake gani a matsayin tarin nama mai yawa, ba komai bane illa rakuman lantarki. Dr. Cryle ya nuna cewa kwakwalwar ɗan maraki da ya mutu, da kuma kwakwalwar ɗan adam da ya mutu, tana fitar da babban adadin hasken lantarki. Lokacin da ka rufe idanunka, yawanci kana ganin duhu ne kawai. Amma tare da ci gaban ruhaniya, za ka iya ganin haske mai ban mamaki kuma hasken yana haskakawa cikin duhu, kuma duhun bai gane shi ba (hasken sama da kasa).

Waɗannan gaskiya ne masu mahimmanci waɗanda mutane ba sa fahimta saboda hankalinsu yana daidai da iyakataccen kewayon girgiza mai karfi.

Fahimta ko wahayi: ikon ruhin ilimi mai cike da komai

To ta yaya za mu iya sanin gaskiyar da ke boye a bayan ji da fahimtarsu? Wannan ba zai yiwu ba ta

hanyar bincike ko bayani mai ma'ana, domin hankali yana daure da ji kuma yana iya fitar da abin da ji da gani ke bayarwa kawai. Ba shi da ikon fahimtar karfi marasa iyaka da ke kewaye da shi. Ta hanyar habaka fahimtar rai ko wata fahimta za a iya sanin gaskiya. Fahimta fahimta ce kai tsaye, ba ta hanyar ji da gani ba - ji mai tsarki, gaskiya, kuma koyaushe daidai na rai.

Za ka iya fahimtar yanayin wannan fahimta daga wadannan abubuwan da kake ji amma ba za ka iya bayyana su ba, wani lokacin ana kiransa "zuciyar mutum ita ce jagorarsa" Kana jin cewa wani abu zai faru ba tare da wata shaida ta ji ba. Gaskiya ce da ke bayyana kanta ba tare da wata alaƙa ta hankali da abubuwan da suka faru ba. Kuna iya zama a hankali kuna tunanin wani da ba ka gani ko tuntube shi ba tsawon lokaci, sannan ba zato ba tsammani ka haɗu da shi ko ka ji daga gare shi. Ta yaya hakan ya faru? Yana faruwa ta hanyar walkiya ta hankali. Kowa ya taɓa fuskantar irin wannan walkiya.

Kurakurai a cikin hukunci sun samo asali ne daga rashin fahimta Yawancin mutane suna jin zurfin cewa suna da ikon yin manyan abubuwa da cimma manyan abubuwa a rayuwa, amma saboda ba su da ikon fahimta, wannan damar da ke boye ta kasance ba ta barci ba. Don cin nasara da guje wa rashin jin daɗin da kurakurai ke haifarwa, dole ne mutum ya yi kokari ya fahimci gaskiyar da ke cikin komai. Wannan yana yiwuwa ne kawai ta hanyar habaka fahimta mai zurfi. Wannan shine gaskiyar aiki na lamarin. Saboda haka, ina ba da shawara ga kowa da kowa ya nemi gaskiya a cikin komai, ko a cikin dangantakarsa da wasu, a wurin aiki, a cikin aurensu - a takaice, a kowane fanni

na rayuwa. Ilimi yana da mahimmanci; yana da mahimmanci kuma ba za a iya raba shi da shi ba.

Rashin fahimta yana haifar da yanke shawara mara kyau da kuma ayyuka marasa kyau, musamman wajen zaɓar abokan hulɗa na kasuwanci marasa aminci ko kuma shiga cikin dangantaka ta sirri mara kyau. Tunda hankali yana da iyaka kuma yana da iyaka da bayanan da hankula ke bayarwa, idan aka yaudari hankula, mutum zai iya ɗaukar wani a matsayin mai ban mamaki ba tare da sanin ainihin yanayinsa ba.

Ko kuma za ka iya tunanin ka sami abokin rayuwarka (abokin rayuwarka) ka auri wannan mutumin, sai dai dangantakarka ta kare da saki ko kuma rashin jituwa mai rai saboda rashin jituwa da rashin jituwa. Amma fahimta ta ciki ba ta yin irin waɗannan kurakurai. Ba ya ganin maganadisu da ke fitowa daga idanu ko fuska mai kyau da haske; maimakon haka, yana ji kuma yana fahimta daidai abin da ke cikin zuciyar mutumin kuma yana san su da ainihin su.

Godiya ga fahimtar da na kirƙira tare da taimakon babban malamina, Sri Yuktiswar, ban taɓa yin kuskure game da yanayin ɗan adam ba Hankalina na ciki koyaushe ya kasance babban taimako a gare ni a wannan fanni. Amma ba na ƙoƙarin ganin mummunan gefen mutane. Domin taimaka wa wasu, ina ba su ƙaunata mara iyaka, ko da lokacin da na san za su iya amfani da amanata don amfanin kansu.

Mutane da yawa waɗanda ba su da fahimta suna zuba kuɗi a harkokin kuɗi da suka durkushe, kuma sakamakon haka, suna rasa duk abin da na yi nasara

a kowace shawara da na yanke godiya ga fahimtata da ba ta kuskure ba.

Yayin da mutum ke girma da girma, fahimta tana bayyana a matsayin wani yanayi na musamman ko murya mai natsuwa. Domin mata sun fi dacewa da ji fiye da maza, galibi suna da fahimta mafi girma, sai dai idan motsin rai ya shawo kansu. Maza galibi hankali ne ke jagorantar su, yayin da mata ke jagorantar su ta hanyar ji. Idan namiji yana da hankali mai kyau da kuma yanayi mai tausayi, wannan daidaito tsakanin hankali da ji babu shakka zai taimaka masa ya habaka fahimta.

Sanin manufar rayuwa ta hanyar fahimta

Idan ka yi amfani da basirarka, za ka san manufar wanzuwarka a wannan duniyar, kuma idan ka fahimci wannan manufar, za ka sami farin ciki Wannan duniya dandamali ne, kuma Allah ne darakta Idan kowa ya dage kan taka rawar sarki ko sarauniya, babu wani wasa mai nasara. Dole ne bawa, jarumi, da sarki su taka rawarsu don wasan ya yi nasara. Mugaye ne ke bata kyakkyawan shirin wasan kwaikwayo na allahntaka. Waɗanda suka zaɓi waɗannan rawar za su biya babban farashi saboda rashin biyayya ga jagorar allah.

Ko da kuwa matsayin duniya ne mutum ya samu ko kuma dukiya da ya tara, ba za a iya ɗaukarsa a matsayin mai nasara ba idan ya yi amfani da hanyoyin da ba su dace ba don cimma burinsa da kuma samunsa. Farin ciki na gaske yana yiwuwa ne kawai idan mutum ya taka rawarsa daidai, ba haka ba. Wanda ya taka rawar attajiri da wanda ya taka rawar

attajiri karami suna daidai a gaban Allah, domin a Ranar Karshe, Allah zai kwace dukiyoyinsu da sunayensu. Abin da kuka tanada a ranku shi ne abin da zai raka ku bayan kun bar wannan duniyar.

Manyan mutane da masu ilimi, annabawa da masu hikima, sun san gaskiya saboda ikonsu na fahimta. Suna fahimtar abubuwa ba kawai da idanunsu da tunaninsu ba, har ma ta hanyar fahimtarsu mai haske da ci gaba, wanda ta hanyarsa suke sanin komai.

Ba rawar da muke takawa ba ce take da muhimmanci a idanun Allah, amma yadda muke takawa. Kada ka yi bakin ciki ko ka yanke kauna idan rawar da kake takawa ta yi wahala. Yin rawar da kake takawa daidai zai tabbatar da nasararka a idanun Allah; in ba haka ba, ba za ka sami 'yanci da gaske ba.

Bimbini yana karfafa fahimta

Hanya daya tilo ta sanin gaskiya da kuma rayuwa bisa ga ka'idodinta ita ce ta hanyar habaka fahimta ta ruhaniya ko fahimta. Sannan za ku fahimci cewa rayuwa tana da ma'ana kuma muryarku ta ciki za ta jagorance ku kuma ta shiryar da ku, komai matsayinku a rayuwa.

Wannan muryar ta nutse ta kuma binne ta—tun da dadewa—ta hanyar tunani mara kyau. Hanya mafi inganci ta dawo da wannan gaskiyar tabbatacciyar fahimta ita ce ta hanyar yin bimbini a lokacin farkawa da safe da kuma kafin barci da daddare.

Kamar yadda mutum ke kiyaye alkawarin sana'a da zamantakewa, haka nan ya kamata mutum ya kiyaye alkawarin da ya yi da Allah. Muna iya tunanin

cewa rayuwarmu mai cike da aiki ba ta barin mu lokaci don al'amuran ruhaniya ba, amma babu abin da zai hana Allah tunaninmu da biyan bukatunmu. Dole ne mu yi addu'a, mu yi bimbini sosai, mu kuma jira amsarsa. Idan muka yi masa magana da kauna da kuma mai da hankali sosai, zai amsa addu'o'inmu. Sannan za mu ji kasancewarsa a matsayin farin ciki da kwanciyar hankali a cikin zukatanmu. Lokacin da wannan farin ciki da salama suka zo, an kafa dangantaka mai rai da tasiri da Ikon Maɗaukaki. Dole ne mu yi kokari mu yi amfani da wannan damar, domin babu wata nasara da za a iya cimmawa ba tare da kokari ba.

Idan ka shafe rayuwarka kanabin wani abu mai dadi, ba za ka taɓa sanin ainihin farin ciki ba. Rayuwa cikin sauki da ɗaukar rayuwa cikin sauki. Farin ciki yana cikin ba wa kanka isasshen lokaci don zurfafa tunani da tunani game da manyan abubuwa.

Ku bata lokaci ku kaɗai lokaci-lokaci kuma ku yi shiru na ɗan lokaci; za ku ga bambanci da kanku. Idan rediyo ko talabijin suna kunne a kowane lokaci, ko kuma idan motsa jiki da nishaɗi akai-akai suna mamaye hankalinku, zai lalata jijiyoyinku kuma ya sa ku fusata.

Kada ka yi ta dagewa sosai wajen gyara wasu, ka gyara kanka da farko—Allah ya gyara maka! Babban fagen samun nasara da nasara yana gida Mala'ika a cikin gidansa mala'ika ne a ko'ina Ana buƙatar muryar mutum mai laushi da halin kwanciyar hankali fiye da ko'ina

Karfin da ba ya taɓa gazawa

Idan muka haɗu da Allah, fahimta mai zurfi za ta zaburar da mu kuma ta shiryar da mu a cikin duk abin da muke yi Dole ne mu mallaki wannan iko mai albarka da saninmu. Yana cikinmu; kawai muna buƙatar bayyana shi. Ba na sha'awar waɗanda kawai suke son sani, amma ga waɗanda suke neman gaskiya da gaske, ina cikin zumunci da Allah koyaushe kuma ina neman waɗanda suke son saninsa da gaske kawai.

Za ka ga cewa wannan ikon yana aiki a cikin komai don inganta yanayinka da kuma saukaƙa maka abubuwa. Lokacin da ka haɗu da wannan ikon, lafiyarka za ta yi karfi da kuzarin sararin samaniya, kuma hankalinka zai kara kyau, mai da hankali, kaifi, da kuma ratsawa. Za ka fahimci cewa ranka jirgi ne na gaskiya mai rai ta Allah da hikimar da ba ta karewa.

Allah shine tushen lafiya, wadata, hikima, da farin ciki na har abada Idan muka haɗu da Shi, rayuwarmu za ta zama cikakke kuma cikakke Rayuwa ba tare da Shi ba cikakke ce Dole ne mu yi tunani a kan wannan iko mafi girma wanda ke ba mu rai, karfi, da hikima Dole ne mu yi addu'a cewa gaskiya ta kwarara cikin zukanmu, karfi cikin jikinmu, da farin ciki marar iyaka cikin rayukanmu

A bayan duhun idanu masu rufe akwai karfin ban mamaki na duniya, dukkan rayuka masu kyau da ruhohi masu daraja, da kuma faɗin sararin samaniya mara iyaka. Idan ka yi tunani, za ka fahimci gaskiya cikakke kuma ka shaida aikinta mai ban mamaki a rayuwarka da kuma duk abin da yake da ban mamaki da ɗaukaka a cikin halitta.

Allah Ya ba ku nasara, kuma amin su tabbata a gare ku

Azumi lafiya ne da walwala

"Ya kamata ku yi azumi, domin babu wani abu makamancin haka" (Hadith)

[Wannan batu bai saba wa azumi kamar yadda aka ambata a cikin Alqur'ani Mai Tsarki ba, kuma bai kira kowa ya bar hanyar azumin gargajiya da suke bi ba, wadda muke girmamawa, kuma muna girmama waƙanda suke azumi, muna addu'ar Allah ya albarkace su koyausha kuma ya karbi azuminsu Abin da ake nufi a nan shi ne azumin magani don takamaiman sakamako na zahiri da na ruhaniya, don haka wannan bayani ya zama dole]

Sakamakon jiki da abubuwan da suka faru na ruhaniya na azumi suna da ban mamaki. Rai yana 'yantu daga buƙatun jiki idan aka 'yantar da shi daga halaye masu nauyi da marasa kyau. Na kammala azumin kwana na talatin, kuma yana jin kamar na halitta kamar ban ɗaɗɗana abinci ba kwata-kwata.

Duk wanda zai iya ya yi kokarin yin azumi na tsawon kwana uku ko fiye idan zai yiwu, kuma a hankali zai ga cewa rayuwa ba tare da abinci ba abu ne mai yiwuwa ba.

Bai kamata mutane masu lafiya su ga yana da wahala su yi azumi na kwana uku ba. Ya kamata a yi azumi mai tsawo a farkashin kulawar kwararre. Duk wanda ke fama da rashin lafiya ko nakasa ta jiki, ya kamata ya yi azumi ne kawai bayan ya tuntubi likita mai kwarewa a fannin azumi da abinci mai gina jiki.

Ciwon jiki da radadi alamu ne na rashin aiki a tsarin jiki da kuma buƙatar gyara da gyara. Mutane suna kiyaye motocinsu da tsafta da kulawa sosai! Jikin ɗan adam ya fi kowace mota rikitarwa da

rikitarwa, kuma Allah yana son mu kiyaye ta da tsabta da aiki yadda ya kamata, muna dogara da ikonsa. Sirrin lafiya mai kyau ba wai kawai yana cikin sinadarai ba ne, har ma yana dogara ga ikon Allah, ko kuma karfin rai a cikin jiki.

Wannan ikon rai da ke cikin jikinmu hakika shine tushen rai. Iko ne mai dorewa wanda, bisa ga umarnin Allah, ke kirkira kuma yana kula da gabobinmu. Wannan ikon rai yana karfafawa ta hanyar karfin tunani kuma abinci yana ciyar da shi. Duk da haka, idan aka yi amfani da shi ba daidai ba, yana daina aiki kuma daga karshe ya fi aiki. Misali, ikonsa na iya raunana a idanu, yana haifar da gani mara kyau. Babu abinci da zai iya samar da karfi, babu canjin iska da zai iya wartsake kwayoyin halitta da kuma farfado da su, kuma babu abin da zai iya dawo da kuzari ga jiki lokacin da karfin rayuwarsa na asali ya fara raguwa.

Azumi yana kwantar da gabobin jiki da suka gaji, da kuma tsarin jiki da kuma kuzarin da ke cikinsa, yana 'yantar da shi daga yawan aiki. Idan ka daina ba da shawara ga kuzarin da ke cikinsa cewa dole ne ya dogara da hanyoyin abinci, ruwa, iskar oxygen, da hasken rana na waje domin wanzuwarsa, zai 'yantu kuma ya dogara da kansa.

Cin abinci fiye da kima na tsawon kwanaki 365 a shekara yana haifar da cututtuka daban-daban Cin abinci akai-akai, ko jiki yana bukatarsa ko a'a, hakika la'ana ce a kansa. Yawan mai da hankali kan jin dadinsa da kokarin gamsar da shi, yawan cututtuka za su sha wahala. Yana da kyau a ji dadin abinci, amma bauta masa yana da rikitarwa masu radadi da mummunan sakamako. Don haka, mutum yana cutar da kansa ta hanyar mannawa da jiki da bukatunsa. Lokaci ya yi da mutane za su fahimci cewa shine

karfin rai wanda ke kula da jiki kuma yana kiyaye shi da kuzari.

Dole ne mu—ba tare da sha'awa ba—mu fi mai da hankali kan hankali don karfafa ikonsa da kuma sa shi ya zama mai dogaro da kansa. Idan mutum ya dage kan mayar da hankalinsa ga jiki, hankali zai rama ta hanyar barin ikonsa, yana tilasta wa mutum ya dogara ga wani ko wani abu don taimako. Babu likita ko magani da zai iya taimaka wa majiyyaci wanda hankalinsa ya yi rauni sosai har rashin lafiyar ta tsananta. Kashi uku cikin huɗu na maganin yana cikin tunani.

A Indiya, muna koyon cin galaba a kan jiki da karfin hali, wanda ke ba mutum damar dogaro da hankali sosai. Waɗanda ke ci gaba da amfani da hanyoyin jiki don lafiya da warkarwa suna saba da su, don haka suna dogaro da su koyaushe. Amma ikon tunani shine mafi girma. Dole ne a hankali mutum ya koyi yadda zai yi amfani da hankali da iyawarsa; sannan mutum zai fahimci cewa hankali kayan aiki ne mafi girma, kuma hankali zai yi duk abin da aka bukata daga gare shi. Na gani kuma na fuskanci wannan da kaina a rayuwata.

Wata rana ina gabatar da lacca, kuma ya yi zafi sosai Fuskata tana diga da gumi, kuma ban sami mayafin hannuna ba. Na ɗan lokaci, na rasa abin da zan yi, amma na mayar da hankalina gaba ɗaya kan tsakiyar nufina (yankin da ke tsakanin girata) na yi addu'a a hankali, "Ya Ubangiji, da yardarKa, jikina yana da sanyi!" Nan da nan, gumin ya bace, jikina ya yi sanyi kamar yadda ya kamata! Saboda haka, dogaro da hankali yana da matuƙar fa'ida! Duk da haka, bai kamata mutum ya yi wuce gona da iri ya musanta jiki gaba ɗaya ba, domin idan mutum ya yi, ba zai iya tunani, cin abinci, ko motsawa ba.

Wasu mutane suna neman tabbatar da ikon tunani akan jiki, musamman don nuna lafiya Amma lafiya ba shine babban burin rayuwa ba Isa ga Allah shine ainihin manufa Mutum zai iya jin lafiya na ɗan lokaci, amma lokaci zai zo wanda babu abin da zai taimaka To, wa zai taimaka? Allah Azumi yana ɗaya daga cikin manyan hanyoyin kusantar Allah Yana 'yantar da ikon rai daga bauta ga abinci, yana tabbatar da cewa Allah yana kiyaye jikinmu kuma yana kiyaye su da rai

Amma halaye suna da karfi sosai har tunanin abinci kawai yana sa mutum ya so ya ci nan take. Wata rana, lokacin da nake karami a Indiya, na kamu da mura Ina son ɗan tamarind, wanda ake ɗauka yana da matuƙar illa ga mura. 'Yar'uwata ta ƙi da taurin kai, amma saboda juriyata, ta kawo min ɗan 'ya'yan itacen na tauna kaɗan sannan na tofa shi ba tare da na haɗiye ba, saboda sha'awar ɗanɗanon ta gamsu Mutane galibi suna karkashin cin abinci Abin takaici, Allah bai halicci jiki ta hanyar da za ta ba mu damar jin daɗin ɗanɗano da kuma yin wuce gona da iri ko cin abinci mara kyau ba tare da lalata tsarin narkewar abinci da sauran gabobin jiki ba.

Amma a gaskiya, hanya ɗaya tilo ta samun lafiya da farin ciki—tafarki mafi hikima—ita ce kame kai Daya daga cikin manyan nasarorin da mutum zai iya samu shine ya mallaki kansa, ba karkashin mulkin kama-karya na hankalinsa ba. Idan ka ɗora wa na'urar wutar lantarki mai yawa wanda ba zai iya jure irin wannan nauyin ba, zai kone. Haka nan, duk lokacin da ka cika tsarin narkewar abinci da abinci, karfin rai da ke da alhakin narkewar abinci zai ƙare. Lokacin da ka daina cin abinci mai yawa kuma lokacin da ka yi azumi, wannan karfin rai yana hutawa kuma yana cike da kuzarin sararin samaniya.

Idan motarka ta lalace, sai ka aika ta wurin gyara Bayan an kammala ayyukan da suka wajaba, ta fi kyau na ɗan lokaci har sai wani abu ya lalace, sannan ka mayar da ita don karin gyara da gyara. Haka kuma ya shafi jiki. Tasirin azumi yana da ban mamaki. Azumin kwana uku akan ruwan lemu zai gyara jiki na ɗan lokaci. Amma azumin da ya fi tsayi zai gyara shi gaba ɗaya, kuma za ka ji karfi kamar karfe. Idan kana son lafiya mai ɗorewa, ya kamata ka riƙa lura da inganci da adadin abincin da kake ci.

Ya kamata ku san abin da za ku yi yayin azumi Kula da lafiya yana da mahimmanci ga waɗanda ke son yin azumi fiye da kwana uku. Ban shawarce kowa da ya yi azumin farko ya daɗe ba, domin za su ji rauni da gajiya. Azumin rana ɗaya a mako a kan ruwan 'ya'yan itace ko kwana uku a jere a kowane wata a kan ruwan lemu hanyoyi ne masu kyau don saba wa kanka da azumi. Ya kamata mai azumi ya kasance a shirye don yin mu'amala da masu tausayawa waɗanda za su tabbatar musu da cewa za su yi rashin lafiya ko su mutu (Allah ya kiyaye) idan ba su ci ba. Gaskiya ne cewa za ku iya jin rauni a lokacin azumi mai tsawo, amma wannan yana faruwa ne kawai a cikin 'yan kwanakin farko saboda karfin rayuwarku ya saba da abinci. Amma a hankali, yayin da kwanaki ke shuɗewa, kuna rasa duk wani rauni. Karfin rayuwarku da ruhinku suna rabuwa daga abinci, kuma kuna ganin cewa jiki yana da karfi ta hanyar rai.

Na san sirrin da mutum zai iya yin azumi ba tare da rage wani nauyi ba Idan aka sarrafa karfin rai da gangan, ana iya amfani da shi don rage nauyin jiki ko kiyaye shi. Lokacin da aka yi amfani da wannan hanyar, zafin jiki na jiki ba ya raguwa, komai tsawon lokacin azumi. Ta hanyar jawo kuzarin sararin samaniya ta wata hanya ta musamman a jiki, karfin

rai yana cike da wannan kuzarin maimakon dogaro da tushen waje.

Rayuwa har abada ce kuma ba ta dogara da numfashi, abinci, ruwa, ko hasken rana ba. Ka tuna cewa kai rai ne mai mutuwa wanda ke rayuwa da farko ta ikon Allah ba tare da wani abu ba.

Sani yana raye bayan mutuwar jiki, amma matsakaicin mutum yana rasa wannan jin dadin ci gaba kuma yana tsammanin sun mutu Kowannenmu zai fuskanci mutuwar jiki wata rana, don haka babu bukatar jin tsoronsa Ba kwa jin tsoron rasa jin dadi a jikinku yayin barci; maimakon haka, kuna rungumar barci a matsayin yanayin 'yanci da kuke tsammani. Hakazalika, mutuwa yanayi ne na hutawa - ritaya daga rayuwa Babu abin tsoro Lokacin da mutuwa ta zo, yi dariya a kai. Mutuwa kawai gwaji ne wanda manufarsa ita ce koyar da darasi mai zurfi Kai rai ne, kuma rai ba ya mutuwa. Babu bukatar jira mutuwa ta koya maka wannan lokacin da za ka iya saninsa yanzu. Darasin farko da dole ne ka koya shine rayuwa ba ta dogara da abinci ba. Ta hanyar azumi, za ka iya tabbatar da wannan da kanka.

Kowa ya kamata ya yi aiki don haɓaka kwarewar tunaninsa don ya iya yin aikinsa da kyau a kowane yanayi ya kamata a bi tsari da ladabi; duk da haka, bai kamata mutum ya kasance mai taurin kai ba amma mai sassauci da hankali wajen magance rayuwa da kalubalenta.

Duk halayen yaro na asali suna samuwa ne tsakanin shekaru uku zuwa bakwai. Yanayi mai tallafi yana taimakawa wajen jagorantar ci gabansa. Duk da haka, canza halaye masu kyau yana bukatar jagora na musamman.

A makarantar sakandare ta, na ba wa yaran horo mai zurfi kan yadda za su magance jiki. Sun yi azumi

kuma sun kwana a kan bargo a kasa ba tare da matashin kai ba. Wani lokaci suna yin bimbini na tsawon sa'o'i. Taimaka wa yara su 'yantu daga kangin jiki yana da matukar muhimmanci kuma albarka ce ta rayuwa. Da zarar, ɗaya daga cikin ɗalibana ya zauna yana yin bimbini na tsawon sa'o'i goma sha biyu ba tare da ya yi kiftawa ba. Irin wannan daidaito yana kawo farin ciki mai yawa. Horarwa mafi kyau tana cikin daidaito, ilimin kimiyya na jiki, hankali, da rai. Wannan shine ainihin da mahimmancin azumi.

Akwai ilimin metaphysical, na transcendental a bayan azumi Hakika, mutum ba ya rayuwa da burodi kadai Abubuwa biyu suna ɗaure mu zuwa duniya: numfashi da abinci A lokacin barci, mutum ba ya san bukatar numfashi ko abinci ba saboda rai yana rabuwa da sanin jiki Azumi yana ɗaga hankali ta hanya ɗaya Ta hanyar azumi, hankali yana dogara da ikonsa na ciki Lokacin da waɗannan iko suka bayyana, karfin rai a cikin jiki yana karuwa ta hanyar kuzarin dawwama wanda ke gudana akai-akai daga sararin samaniya zuwa jiki ta hanyar kwakwalwa da kashin baya

Idan aka raba karfin rai daga tushen kayan waje da ke kula da jiki, yana jin goyon baya daga ciki, kuma hankali ya fahimci cewa kayan da jiki ya dogara da su kawai alamu ne masu karfi da karfi na kuzari. Sannan hankali zai iya hulɗa kai tsaye da karfin rai, yana umurtansa da ya kawo canje-canjen da ake so a jiki.

Hankali yana da ikon yin komai Shi ya sa Yesu Kiristi ya iya mayar da duwatsu su zama burodi, kamar yadda ruwa ke gudana daga tsakanin yatsun Annabi, aminci ya tabbata a gare shi, lokacin da ya sanya hannunsa a cikin wani akwati da ke ɗauke da

ruwa kaɗan ya ce: Ku zo zuwa ga tsarkakewa mai albarka da albarka daga Allah.

Saboda haka, cikakken dogaro ga abinci rashin adalci ne ga tunani da kuma karfin rai da ke cikin mutum Ta hanyar azumi mai tsawo, wanda ke azumi ya fahimci cewa komai hankali ne

Kowace iko, jiki, ko abu a cikin wannan duniyar samfuri ne na tunanin Allah, kamar yadda duk abubuwan da kake gani a mafarki tunanin da ba a sani ba ne ya kirƙira su.

Hankali yana sarrafa jiki A lokacin azumi, idan kana tunanin jikinka zai raunana sakamakon haka, hakika zai raunana Kuma idan kana tunanin azumi zai rage karfinka, zaka ji rauni sakamakon wannan tunanin

Amma idan ka shawo kan kanka cewa jikinka yana da karfi, ba za ka ji gajiya ba; maimakon haka, za ka ji kuzari mai kyau da wartsakewa. Yawancin mutane ba su san wannan ba domin ba su taɓa fuskantar hakan ba.

Hankali ba zai bayyana abubuwan al'ajabinsa ba sai idan ka kunna ikonsa Kuma ba zai yi aiki ba matuƙar ka dogara da abubuwan duniya sosai Saboda haka, abubuwan al'ajabinsa suna boye daga fahimta ta yau da kullun.

Amma idan ka koyi - ta hanyar azumi - dogara ga hankali, za ka same shi yana aiki a cikin komai, ko a cikin shawo kan rashin lafiya, kawo wadata da yalwa, ko kuma cimma burin rayuwa na ƙarshe: neman Allah

Duk wanda zai iya sarrafa tunaninsa shi ma zai iya sarrafa jikinsa da buƙatunsa, kuma zai sami zaman lafiya da 'yanci daga ƙuntatawa ta duniya da ke haɗa rai da jiki wuri ɗaya.

A gefe guda kuma, bai kamata a yi imani da rashin wanzuwar abu da kuma kasancewar ruhi a

duniya baki d'aya ba bisa ga ka'idoji ko ka'idoji marasa ma'ana wadanda ba za a iya bayyana su da ma'ana ba, a'a, ya kamata a dogara ne akan tushe mai amfani da kuma zurfin fahimtar kai.

Mutane galibi suna gane jikin da abinci ke ci, amma ba sa fahimtar cewa tushen jiki shine karfin rai. Babu abinci ko wata hanya ta waje da za ta iya farfado da jikin da aka janye wutar sararin samaniya daga gare shi.

Alakar da ke tsakanin jikin dan adam na zahiri da tunani shine makamashi, ko kuma karfin rai. Tsoffin masanan Indiya sun gano wannan kuzarin (prana) kuma sun habaka kimiyyar da ake kira pranayama , wanda ke nufin sarrafa ikon rai a cikin jiki da gangan.

Annabi Isa Almasihu ya yi azumi a jeji na tsawon kwana arba'in. Kuma Annabi, tsira da amincin Allah su tabbata a gare shi, ya kan yi azumi yana cewa: "Azumi za ka yi lafiya."

Wadanda ba sa yin azumi ba za su iya sani daga gogewa cewa rayuwa tana yiwuwa ba tare da abinci ba

A matakan farko na azumin mako guda, yunwa tana nan. Amma, yayin da kwanaki ke shudewa, jin yunwa yana raguwa, kuma mai azumi yana fuskantar sauki, kuzari, kuzari, da kuma jin 'yanci daga kuntatawa na jiki. Me yasa? Domin hana jiki abinci na zahiri yana tilasta masa ya dogara da abinci mai gina jiki: wani abu mai karfi, kuzari, aiki, ko karfin rai.

Nufin dan adam shine babban mai samar da kuzari Ta hanyar karfin niyya da sha'awa ta bazata, mutum zai iya samun ikon ruhaniya cikin sauri daga ma'ajiyar da ba ta da iyaka.

Mutumin da ba ya son yin ayyukansa na yau da kullun yana jin karancin kuzari da kuzari. A gefe guda kuma, wanda ke aiki tukuru, da himma, kuma da

sha'awar aiki ta gaske, yana shiga cikin iskar sararin samaniya, kuma jikinsa da ruhinsa suna cike da abubuwan kuzari.

Duk wanda ya san kuma ya aikata hanyoyin rayuwa ta metaphysical tare da karfin niyya, kuma ya san yadda zai jawo karfin rai daga tushen sararin samaniya mara karewa, ya 'yantu daga kuntatawa da yawa na jiki.

Masu hikima da yogis na Indiya sun ce abu abu ne mai hankali wanda aka tattara. Wasu daga cikinsu sun tabbatar da wannan gaskiyar ta hanyar nuna ikon da suke da shi na canza jikinsu da sauran abubuwa ta hanyar son rai.

Kimiyyar zamani ta tabbatar da cewa abu ya kunshi karfin girgiza. Sinadaran sinadarai da suka kunshi dukkan siffofi da siffofi a cikin sararin samaniya, daga duwatsu da duniyoyi zuwa ga mutane, ba komai bane illa siffofi daban-daban da bambance-bambancen girgizar lantarki. Misali, kankara tana da siffa ta sanyi, nauyi, da siffarta. Ana iya gani da tabawa. Idan muka narke kankara, sai ta koma ruwa. Idan muka tafasa ruwa, sai ta koma tururi sannan ta zama ba a iya gani. Saboda haka, daga mahangar kimiyya, kankara ko duser kankara ba ta wanzuwa da gaske, duk da cewa tana iya gani ga hankalinmu. Asalinta shine electrons marasa ganuwa, ko nau'ikan makamashi.

A wata ma'anar, abin da za a iya narkarwa ko narkewa zuwa yanayin da ba a gani ba ba za a iya cewa yana da ainihin wanzuwa ba. Daga wannan mahangar, ana iya daukar abu a matsayin babu shi, amma wanzuwarsa tana da alaƙa da juna.

Akwai kwayar halitta dangane da tunaninmu. Amma a zahiri, iko ne da ba a iya gani wanda ba ya

mutuwa ko canzawa sai dai a cikin bayyanar da siffar jiki.

Hakazalika, tunanin ɗan adam da kwayoyin halitta alamu ne na sanin Allah, suna wanzuwa ne kawai a cikin tsari. Gaskiyar magana ita ce kawai tunanin duniya yana wanzuwa da gaske.

Kamar yadda aka haifi yaro daga iyaye, haka nan kwayoyin halitta suka dogara da tunani domin wanzuwarsa. Kwayoyin halitta samfurin tunanin Allah ne kuma yana bayyana a zuciyar ɗan adam. A cikin kanta, kwayoyin halitta ba su da gaskiya saboda ba su da wanzuwa ta zahiri.

Karfin lantarki na abu, kodayake mahaukaci ne, yana ɗauke da rawar jiki na karfin rayuwa na sararin samaniya mai sanin kansa, wanda hakan ke fitowa daga tushen allahntaka.

Allah ya ce, "Hasken sammai da kasa," don haka bari haske ya kasance, kuma akwai haske. Wannan yana nufin cewa mayar da hankali kan tunanin allahntaka da nufin allahntaka ya zama haske ko makamashi mai girgiza

Ruwan sama na rayuwa da electrons waɗanda daga baya suka yi rawar jiki da karfi mai yawa sun zama karfin yanayi daban-daban masu haske. Waɗannan karfin da aka bayyana a matsayin muhimman abubuwan abu waɗanda daga cikinsu aka haɗa sararin samaniya ta zahiri.

Kwayar halitta gaskiya ce kuma ana iya fahimtarta ga sanin ɗan adam. Amma ta hanyar gogewa, dabaru, da wasu gwaje-gwajen dakin gwaje-gwaje, ɗan adam ya gano cewa dole ne akwai wani karfin kirkira na dindindin wanda ba ya canzawa a bayan duk hotuna da siffofin duniyar da ke bayyane.

Ana iya fahimtar wannan gaskiyar ta hanyar fahimtar yanayin teku, wanda ke wanzuwa duk da

cewa rakuman ruwansa bayyanannu ne na ɗan lokaci na babban abu guda ɗaya: teku kanta rakuman ruwa ba za su iya wanzuwa ba tare da teku ba, amma teku tana wanzuwa tare da rakuman ruwa da kuma ba tare da su ba.

Ana iya fahimtar waɗannan ra'ayoyi ta hanyar tunani, amma ba za a iya fahimtar su da gaske ba sai dai idan mutum ya koyi canza abu zuwa karfin rai, da kuma karfin rai zuwa sanin sararin samaniya, kamar yadda annabawa, wasu manyan mutane, da waɗanda ke da ilimin kansu suka yi kuma suka ci gaba da yi. Ga waɗannan mutane masu wayewa, abu ba ya wanzuwa a cikin kansa, domin sun san da tabbacin cewa a karkashin rakuman halitta akwai teku na ruhu mara canzawa da ba ya canzawa.

A cikin falsafar Vedanta da Yoga, duniya mafarki ne a cikin sanin Allah na har abada (wanda barci ko barci ba ya kama shi) Abubuwa da tunani, duniya tare da taurari da taurari, rakuman ruwa masu yawa a saman da kuma rakuman ruwa masu zurfi, masu haske na halittar abu, ikon ɗan adam na ji, nufin, da sani, da yanayin rayuwa da mutuwa, dare da rana, lafiya da rashin lafiya, nasara da gazawa, duk gaskiya ne bisa ga dokar dangantaka da ke jagorantar wannan mafarkin sararin samaniya.

Duk abin da aka fahimta ta hanyar hangen nesa na dangantaka gaskiya ne kawai ga mai mafarkin ɗan adam, wanda ke taka karamin rawa a cikin babban mafarkin sararin samaniya. Don tserewa daga ruɗani na sararin samaniya, ko dokar dangantaka, ɗan adam dole ne ya farka daga wannan mafarkin zuwa sanin Allah na har abada.

Ba za mu iya canza wannan mafarkin ta hanyar tunani ko musantawa ba, ta hanyar karɓar rai yayin kin mutuwa, ko kuma ta hanyar amincewa da lafiya

yayin da muke watsi da rashin lafiya Kowace yanayi muhimmin bangare ne na akasin sa, kamar ɗayan gefen tsabar kuɗi ko zane. Abubuwa biyu ba su bambanta ba amma suna da alaƙa. Mai neman gaskiya baya koƙarin raba su a cikin tunaninsa, sai dai ya wuce su ta hanyar ilimi da hikima.

Duk wanda yake son ya yarda da abubuwa masu kyau, masu farin ciki, da amfani kawai a matsayin gaskiya game da yanayi mai kama da juna biyu, mutum ne da ya nutse cikin ruɗani na duniyar mafarki.

Kamar yadda mutum yake da mafarkai da suke kama da gaske na ɗan lokaci, amma suna rasa ingancinsu lokacin da suka koma yanayin farkawa, haka nan yana yiwuwa mutum ya farka daga mafarkin abu da yake kama da gaske ya rayu a cikin duniyar ruhu ta gaske kuma ba ta canzawa.

Mutum cikakke ne kawai, wanda ya koyi faɗaɗa da canza saninsa zuwa Cikakken Maɗaukaki mara iyaka ta hanyar tunani da tunani, zai iya fahimtar halitta a matsayin mafarkin allahntaka. Kawai za su iya bayyana da tabbaci cewa abu ba ya wanzuwa Ta hanyar ci gaba da horar da kai, haɓaka ƙarfin ciki, da kuma yin zuzzurfan tunani na yoga na kimiyya, ko kowace hanya zuwa ga fahimtar ruhaniya - ko dai bangaskiya, ƙauna, hidima, kin kai, ko bauta ta gaskiya - mai neman Allah zai iya wargaza abubuwa biyu kuma ya fahimci haɗin kai na har abada a bayan duk bayyanar da yawa da bambancin ra'ayi.

Duk wanda aka 'yanta daga ruɗani na sararin samaniya ya san cewa Allah Maɗaukaki yana cikin dukkan wanzuwa, kuma ta haka ne yake taɓa saninsa na allahntaka kuma ya fahimci ainihin gaskiya.

Salam alaikum barka da warhaka

Mai arziki shine wanda Allah ya wadata

Kamar yadda malamin Paramhansa Yogananda ya ruwaito

Sarki Akbar (1556-1609 CE) yana ɗaya daga cikin sarakunan Mughal na Indiya kuma ɗaya daga cikin manyan sarakunan nahiyar Asiya a tarihi. Ya sami lakabin "Majibincin Bil Adama" saboda adalci da adalcinsa ga mutanensa da kuma kulawarsa ta gaske ga jin dadinsu. Ya kuma yi aiki tukuru don dawo da yankunan Indiya da suka bace da kuma hada su wuri ɗaya mai karfi da karfi.

Akbar babban mai fafutukar hakuri tsakanin addinai daban-daban a Indiya A lokacin mulkinsa, Hindu da Musulunci sun bunkasa tare cikin cikakken jituwa Sarkin Musulmi (Akbar) wani lokacin yakan sanya tufafin Musulunci ya je ya yi sallah a masallaci, kuma a wasu lokutan yakan sanya tufafin Indiya ya je haikalin Hindu don yin bimbini da ibada.

Wannan sarki mai girman kai da karimci bai taɓa tsayawa kwana ɗaya yana ba da kyaututtuka da gudummawa ga mabukata da cibiyoyin zamantakewa a duk faɗin kasar ba.

Al'adarsa ce hawa a cikin karusar sarauta mai tsada wadda dawaki takwas masu kyau suka zana. Masu gadi da masu shela za su sanar da isowar gagarumin jerin gwanon sa da ganguna, kuge, da kaho a ko'ina cikin birnin.

Duk da wannan ɗaukaka da ɗaukaka, akwai umarni masu tsauri daga babban mutum da ya yi na dakatar da jerin gwanon a kowane lokaci da kuma a

kowane wuri idan wani daga cikin waɗanda abin ya shafa yana son yin roko a gare shi ko neman taimako.

Wata rana, yayin da jerin gwanon sarauta mai girma ke ratsawa ta wata babbar hanya mai cike da bishiyoyi a bangarorin biyu, sarkin ya hango makafi biyu zaune a 'yan mitoci kaɗan, suna ihu don neman taimako da agaji

Dattijon ya umarci keken ya tsaya a gaban makaho na farko, wanda yake ihu:

"Masu kuɗi su ne waɗanda sarki ke ba wa arziki"

Bayan ya saurari wannan kalmar da kyau, sai ya roki direban ya matsa zuwa wurin wani makaho da ke ihu:

"Mai arziki na gaske shine wanda Allah ya waɗata shi"

Tsawon wata guda, sarki yana jin waɗannan jimloli guda biyu duk lokacin da ya wuce ta wurin makafi biyu, waɗanda ke rokon Allah da waɗata. A karshe, tausayi ya motsa shi, kuma yana son taimaka wa mutum na farko, wanda taken sa shine: "Mafi arziki shine wanda sarki ke waɗata"

Wata rana, Akbar ya roki mai yin burodi na fada ya gasa masa babban burodi (irin kamaj mai kauri) tare da tsakiya cike da zinare tsantsa. Akbar ya ba wa makaho na farko wannan burodin kuma ya yi watsi da na biyu gaba ɗaya, wanda ke fatan samun arziki daga Allah, ba sarki ba.

Ba da daɗewa ba bayan haka, Akbar ya tafi farauta, kuma da dawowarsa sai ya wuce ta wannan titi ya ga makahon da ya ba shi burodin zinare har

yanzu a wurinsa, yana ihu kamar da: 'Mai arziki shine wanda sarki ya wadata'

Ya nemi a tsayar da karusar sarki a gaban makahon, ya ce masa: "Me ka yi da burocin da na ba ka?"

Mutumin ya amsa:

'Mai girma, burocin da ka ba ni da kyau ya yi girma kuma bai yi gasa sosai ba saboda ya yi nauyi sosai, don haka na sayar da shi kan fils goma ga ɗayan makahon kuma na yi godiya da karɓar waɗannan fils ɗin waɗanda suka samo asali ne daga karimcinka'

Akbar ya duba ko'ina don neman ɗayan makahon amma bai same shi ba Bayan ya yi masa tambaya game da shi, ya ji cewa ya ba matarsa burocin, kuma da zarar ta buɗe shi, sai ta sami zinariyar da shi, suka sayi gida mai sauki, kuma yanayinsu ya inganta bayan Allah ya biya musu bukatunsu kuma ya wadatar da su da yalwar alherinsa.

Da jin haka, sarki ya fahimci muhimmancin abin da ya faru da tawali'u mara misaltuwa, ya yi kamar yana nuna tashin hankali da fushi sannan ya ci gaba da tsawatar wa makaho na farko, yana cewa:

'Me ka yi, wawa? Ka ba abokinka burodina cike da zinariya wanda ya dogara ga Allah ba ni don wadata ba. Daga yanzu dole ne ka ɗauki takensa kuma ka yi shela kamar yadda yake faɗa: Mai arziki shine wanda Allah ya wadata'

Ko wani abu da ya shafi hakan:

Wanda yake da Mai bayarwa yana bayarwa

Shi kadai ake kira mai arziki

Salam alaikum barka da warhaka

Abincin Magnetic ko na ilimi

Idan mutane suna magana game da abinci ko abinci mai gina jiki, yawanci suna nufin abincin jiki da ake amfani da shi don kiyaye jiki. Amma akwai wasu nau'ikan abinci waɗanda ba su da kasa da abinci na zahiri, kuma galibi sun fi mahimmanci.

Daga cikin waɗannan abincin ilimi ko na ruhaniya:

Aikin tunani ko tattara hankali, hikima da fahimtar ruhaniya

Abincin jiki yana karfafa kwayoyin jiki, yayin da abincin hankali ke dɗora wa hankali da ra'ayoyi masu kyau, yayin da abincin hikima ke wartsake rai da haɓaka iyawarsa.

Ciyar da hankali yawanci ya kunshi ra'ayoyin da mutum ke tunani da waɗanda yake karɓa daga wasu ta hanyar hulɗa da su.

Mutane masu natsuwa da dɗabi'a masu kyau suna taimakawa wajen sanya tunaninmu ya zama mai jan hankali da lafiya. Ba abu ne mai wahala a tantance ko mutum yana samun isasshen iliminsa daga yanayi mai natsuwa ko mai cike da rudani ba. Damuwa, damuwa, da rudani duk suna fitowa ne daga hulɗa da mutanen da ba daidai ba, ko abokai ko dangi, wanda ke haifar da tunani mai ban tsoro da yanayi mai wahala.

Jiki yana samun kuzari da aiki daga abinci na zahiri, yayin da abinci mai maganadisu ke ba wa jiki da tunani kuzarin kuzari waɗanda suka fi sauƙin

**narkewa fiye da abinci mai karfi da ruwa wadanda ba
za a iya canza su cikin sauki zuwa makamashin rai ba.**

Idan ka iya mayar da jahilci zuwa hikima

Daga rauni da rauni zuwa lafiya da kuzari

**Yi tafiya da karfin hali da karfin hali - ko da kai
kadai - a kan hanyoyin rayuwa**

**Da kuma farin cikin ciki na samun lamiri mai rai
da kuma natsuwa**

**Da kuma imani mara misaltuwa game da adalcin
Allah da kuma nasarar gaskiya akan karya da kuma
gaskiyar akan rufani**

**Kuma lokacin da kuke kokarin fitar da tunaninku
kowace rana zuwa mata kai mafi girma da inganci**

Tana da zuciya mai kauna da godiya

Kuma kyawawan niyya ga wasu

Ciyar da hankalinka yana da maganadisun

**Sannan zai jawo hankalinka ga duk abin da yake
da kyau da amfani**

Daga abubuwa, mutane, da yanayi

**Tana matukar bukatar ci gaba da tafiya zuwa
gabar tsaro da tsaro**

Kuma a karshe amma ba mafi karanci ba

**Idan ka yi kokari don samun abin da kake bukata
kuma ka gamsu da abin da Allah ya saukaka maka**

**Ka kasance mai wadata a cikin ruhi da gamsuwa
fiye da wadanda suka shagaltu da abin duniya da
kuma sha'awar jin dadinsa na ɗan lokaci**

Salam alaikum barka da warhaka

**Allah ba ya barin wadanda suke kaunarsa
Daga littafin Yogi's Memoirs: Tarihin Rayuwa
(Falsafancin Indiya a Rayuwar Yogi)**

**"Da ace mahaifinmu ya raba ka da gadonka,
Mukunda ⁽¹⁾, da ka cancanci hakan, domin kana bata
rayuwarka da wauta da wauta!"**

**Haka wa'azin babban ɗan'uwana ya isa kunnena.
Na dawo da Jitendra daga jirgin kasa, an lullube shi
da kura lokacin da muka isa gidan Ananta, wanda
daga karshe ya kaura zuwa tsohon birnin Agra.
Babban ɗan'uwana ya yi aiki a matsayin akawu a
sashen ayyukan gwamnati, don haka na ce masa, "Ka
sani, ɗan'uwa Ananta, ina rokon Allah ya ba ni
gadona."**

**Ya amsa: "Kudi ne ya fara zuwa, kuma Allah ne ya
fara zuwa daga baya! Wa ya sani? Rayuwa na iya
ɗaukar lokaci mai tsawo!"**

**Na ce: "Allah ne ya fara zuwa, kuma kudi bawansa
ne! Kuma wa zai iya annabta? Rayuwa na iya zama
gajeru!"**

**Amsata ta zo ba zato ba tsammani, ba tare da na
ji cewa wani abu zai faru ba (Amma kaico! Ananta ta
bar wannan duniyar tun tana karama)**

Idanun ɗan'uwana sun yi haske da gamsuwa, yayin da yake fatan dawowata gida, sai ya ce:

"Ina tsammanin hikima ce daga gidan tarihi Amma a gare ni da alama kun bar Benares!"

Sai na ce masa, "Zaunata a Benares ba ta yi nasara ba, domin na sami duk abin da zuciyata ke so a can! Kuma za ka iya tabbata cewa abin da na samu ba wanda (malamin) ka haɗu da shi a cikin kungiyarka ba ne, ko ɗansa"

Ananta ta yi min dariya da tunawa da abin da ya faru, tana yarda cewa malamin da ya zaɓa ya zama jagora na, Benares, ya zama ba shi da hangen nesa da fahimta. Ya tambaye ni:

"To mene ne shirinka, ɗan'uwana da ya ɓace, mai yawo?"

Na amsa, ina bayani: "Jitendra ya roke ni in raka shi zuwa Agra don jin daɗin abubuwan al'ajabi na Taj Mahal, bayan haka za mu je wurin jagorana wanda na samu kwanan nan, wanda ke da gidan tarihi a Varanasi"

Ananta ya yi mana mu'amala mai kyau, kuma da yamma ya ci gaba da kallona akai-akai da idanu masu duba, don haka na ce wa kaina:

"Na san abin da ke bayan wannan kallon! Yana dafa wani abu!"

Kuma hakika, abin da na annabta zai faru a lokacin karin kumallo, Ananta ya yi kama da wanda ba shi da laifi yayin da yake tattara zaren tattaunawar jiya, yana cewa, "To, haka kuke ji ba kwa bukatar kuɗin mahaifinmu!"

Na ce: "A'a, dogarota ga Allah ne kawai"

Ya amsa: "Kalmomi ba su da arha, Mukanda! Kaddara ta kare ka har zuwa wannan lokacin. Amma abin kunya ne idan ka dogara ga wannan hannun da ba a gani don samar maka da abinci da matsuguni! Tabbas za ka koma bara a kan tituna!"

Na ce: "Allah ya kiyaye! Ba zan dogara ga masu wucewa ba maimakon Allah, wanda ke buɗe kofofin abinci ga waɗanda suka bauta masa kuma suka dogara gare shi, kuma yana ba su hanyoyin rayuwa marasa adadi, sai dai roko da roko!"

Ya ce: "Duk wannan furuci ne na magana da kuma harshe mai ban tsoro! A ce na roke ka ka gwada falsafarka, wadda kake alfahari da alfahari da ita, a zahiri a wannan duniyar, za ka yarda?"

Na ce: "Eh, na yarda! Shin ya halatta a takaita Allah ga fannin nazari kawai?"

Ya ce, "Za mu gani a yau za ku sami damar ko dai ku faɗaɗa ra'ayina ko kuma ku amince da ingancinsu."

Ananta ta dakata sosai na ɗan lokaci, sannan ta ci gaba da magana a hankali da nutsuwa, tana cewa:

"Ina ba da shawarar ka aika ni da abokinka Jitendra da safiyar yau zuwa garin Brindbane da ke kusa, bisa sharadin cewa ba za ka ɗauki ko da rupee ɗaya ba, ba za ka roki abinci ko kuɗi ba, ba za ka gaya wa kowa game da halin da kake ciki ba, kuma ba za ka zauna ba tare da abinci ba ko kuma ka makale a Brindbane ba. Idan ka koma gidana a nan kafin tsakar dare ba tare da ka karya kowace ka'ida ta wannan gwajin ba, ni ne mutum mafi mamaki a Agra!"

Na ce, "Kuma na yarda da kalubalen"

Babu wani jinkiri a cikin kalmomi na ko a cikin zuciyata. Tunawa da farin ciki game da shiga tsakani na Allah ya bayyana a gabana: warkarwa ta daga cutar kwalara mai kisa ta hanyar roko ga Allah a gaban siffar Lahiri Mahasya; kyautar kyanwa biyu da ke tashi a kan rufin gidan Lahore; laya da ta zo daidai lokacin da take cikin damuwa da takaici na Bareilly; sakon yanke hukunci daga bawan Banaras wanda ba a san shi ba a wajen farfajiyar Pandit; hangen nesa na Uwa Mai Tsarki da jin kalmomin soyayya masu ban mamaki da kuma amsawarta nan take ga bukatsu na ta hanyar Guru Mahasya; jagorar da ta zo a lokacin karshe kuma ta taimaka mini na sami takardar shaidar sakandare; sannan kuma malamin unguwa, albarkar karshe da ta zo mini a tsakiyar hazo na rayuwa na mafarki ba zan taba barin "falsafar" ta ta zama ba ta isa ga gwagwarmaya a cikin wannan duniyar mai tsauri ba, duniyar da ta yi imani da shaida da hujja kawai.

Dan'uwana ya amsa, "Karbar kalubalen abin alfahari ne a gare ka, kuma zan raka ka zuwa jirgin kasa yanzu haka."

Sai Ananta ta juya ga Jitendra, wanda ke kallon mamaki, ta yi masa magana, tana cewa: "Dole ne ka raka shi a matsayin shaida, kuma watakila a matsayin wanda aka azabtar!"

Cikin rabin sa'a, ni da Jitendra mun yi tikiti na hanya daya don wannan tafiya ta bazata, bayan da Ananta ta yi mana cikakken bincike a wani kusurwar tashar jirgin kuma ta tabbatar da cewa ba mu da kuɗi a wurinmu, kuma cewa guntun yadin da muka naɗe a kugunmu ba sa boyewa fiye da yadda ake bukata.

"Ananta, ki bani rupee dāya ko biyu a matsayin ajiya domin in aiko miki da sakon waya idan akwai rashin sa'a," abokina ya yi zanga-zanga a tsakiyar rikicin da ke kara kamari tsakanin kuɗi da imani.

Na yi masa ihu cikin ba'a: "Jitendra, ba zan ci gaba da wannan gwajin ba idan kina dāuke da kuɗi a matsayin garantin karshe."

Jitendra ta amsa, "Kallon tsabar kuɗi yana kwantar da hankali" Amma ba shi da wani zaɓi illa ya yi shiru lokacin da ta tsawatar masa da karfi

Babban dān'uwana ya ce, "Mukanda, ni ba mai tausayi ba ne"

An ji wani irin tawali'u a muryar Ananta, watakila lamirinsa yana yi masa zafi saboda aika yara biyu marasa kuɗi zuwa wani birni na daban, ko kuma saboda rashin imani da ikon Allah, sai ya kara da cewa:

"Idan, da wata dama ko alheri, na sami nasarar shawo kan wahalar Brandyban, zan roke ka ka tsarkake ni a matsayin almajirinka."

Wannan alƙawarin bai saba da al'adu da al'adu na asali ba. A cikin iyalai na Indiya, babban dān'uwa ba kasafai yake yin sujada ga waɗanda suka kanana ba; shi ne na biyu bayan uba wajen karɓar girmamawa da biyayya daga waɗanda suka kanana da shi. Duk da haka, babu lokacin da ya rage don yin tsokaci kan abin da ya faɗa, domin jirgin ya riga ya fara tafiya.

Jitendra ya yi shiru cikin baƙin ciki yayin da jirgin ke tafiya da sauri, sannan daga karshe ya koma kan kujerarsa ya matse ni da karfi a wani wuri mai zafi, yana cewa:

"Ban ga wata alama da ke nuna cewa Allah zai ba mu abinci na gaba ba!"

Sai na ce, "Ka kwantar da hankalinka, mai shakka, gama Allah yana aiki a boye"

Ya amsa: "Za ka iya yi masa gaggawa? Ina jin yunwa kawai ina tunanin abin da ke jiran mu na bar Varanasi don jin dadin ganin Taj Mahal, ba don shiga kabarina ba!"

Sai na ce, "Ka yi karfin hali ka yi murna, Jitendra! Ba mu kan hanyarmu ta fara kallon abubuwan al'ajabi na Brindiban ba?" Ina cike da sha'awar tunanin cewa zan taka kafa a kasar da Ubangiji Krishna ya albarkace ni."

A lokacin ne kofar dakinmu ta buɗe, sai mutane biyu suka shiga. Tasha ta gaba ita ce ta karshe.

Bakon da ke zaune a gabana ya yi mini magana da sha'awa sosai, yana tambaya: "Kai mutane, kuna da abokai a Brandenburg?"

Na juya masa kallona cikin sanyi, ina cewa, "Wannan ba ruwanka ba ne"

Ya ce, "Watakila kun gudu daga iyalanku a karkashin sihirin barawo na zuciya ni ma mutum ne mai sha'awar ruhaniya, kuma zan tabbatar kun sami abinci da mafaka daga wannan zafin rana mai zafi."

Na amsa: "A'a, yallabai, ka bar mu mu kadai. Kai mai karimci ne, amma ka yi kuskure wajen tunanin mu 'yan gudun hijira ne."

Tattaunawarmu ta kare a can Da zarar jirgin ya tsaya kuma ni da Jitendra muka sauka a kan

dandamali, abokanmu biyu masu damar sun rungume mu suka kira taksi

Mun sauka a gaban wani babban coci a wani wuri mai kyau a tsakiyar bishiyoyi masu kore. A bayyane yake cewa masu taimakon sun shahara a wurin, yayin da wani yaro mai murmushi ya kusanto mu ya jagorance mu ba tare da yin tsokaci ba zuwa dakin liyafa inda wata tsohuwa mai mutunci da haske ta tarbe mu.

Daya daga cikin mutanen ya yi wa mai masaukin baki jawabi, yana cewa, "Mama Gauri, sarakunan biyu ba za su iya halarta ba. A karshen minti na karshe, shirinsu ya canza kuma sun aiko muku da godiya ta gaskiya da kuma gafara mai zurfi. Amma mun kawo wasu baki biyu waɗanda na ji, lokacin da muka haɗu a cikin jirgin kasa, su zama almajiran Ubangiji Krishna."

Sahabbai biyu suka nufi kofar, suna cewa: "Mun yi muku bankwana, kanan abokanmu biyu, za mu sake haɗuwa, in Allah Ya yarda."

Uwa Jouri ta yi murmushi mai daɗi da taushi ga bakin da ba a zata ba yayin da take cewa, "Barka da zuwa! Ba za ku iya zuwa nan a rana mafi kyau ba ina tsammanin sarakuna biyu za su zo wannan gidan ibada. Ina matukar farin ciki da zuwanku, in ba haka ba da na narke da kunya idan abincin da na shirya da kyau bai sami wanda zai dandana shi ya kuma ji daɗinsa ba!"

Waɗannan kalmomi masu daɗi sun yi tasiri mai ban mamaki ga Jitendra, wanda ya fashe da kuka Bala'in da ya ji tsoro a Brindbane ya rikide zuwa liyafa da ta dace da sarakuna da sarakuna Wannan juyi na

abubuwan da suka faru kwatsam ya yi masa yawa. Mai masaukin baki ta kalle shi da mamaki amma ba tare da yin tsokaci ba, watakila ta san da tashin hankalin matashin.

An gayyace mu zuwa cin abincin rana, sai Mama Jouri ta kai mu dakin cin abinci, wanda yake da kamshi mai dadi, sannan ta bace a cikin dakin girkin da ke kusa.

Kuma ina jiran wannan lokacin, don haka na zaɓi wani wuri mai dacewa a jikin Jitendra na matse shi kamar yadda ya matse ni a cikin jirgin kasa, ina cewa:

"Allah yana aiki, kuma da sauri ma, ku marasa bangaskiya!"

Mai masaukin baki ta dawo dauke da fanka, wadda ta yi mana feshi a salon gargajiya na Gabas ba tare da tsayawa ba, yayin da muke zaune a kan barguna masu ado. Sufaye sun kawo nau'ikan abinci kusan talatin daban-daban. Wannan ba abincin rana ba ne na yau da kullun, amma biki ne mai dadi! Tun lokacin da muka isa wannan duniyar, ba mu taɓa dandana irin waɗannan abubuwan ci ba.

Ya yi wa mai masaukinmu jawabi, yana cewa: "Waɗannan abinci ne da suka dace da sarakuna, uwar gida mai daraja! Ban san abin da ya fi muhimmanci baƙon masarautarki ya fi halartar wannan liyafa! Kin ba mu tunawa da rayuwa da ba za mu taɓa mantawa da ita ba!"

Tunda yanayin Ananta ya hana mu bayyana karin bayani, ba za mu iya bayyana wa uwargidan mai daraja cewa godiyarmu tana da ma'ana biyu ba, amma sadaukarwarmu a bayyane take. Mun tafi da

albarkarta da kuma gayyatarta mai kyau don sake ziyartar gidan ibada.

Zafin waje ya yi tsauri sosai, don haka ni da abokina muka nemi mafaka a inuwar bishiyar kadamba kusa da kofar gidan ibada. Wannan ya biyo bayan kalmomi masu zafi, yayin da Jitendra, a karo na biyu, ya bayyana fargabarsa da shakkunsa, yana cewa:

"Wace irin matsala ka shigar da ni ciki! Abincin rana ya kasance abin sa'a! Kuma yanzu ta yaya za mu ji dafin kyawawan wannan birni ba tare da ko sisi ɗaya a hannunmu ba? Sannan, za ka iya gaya mini yadda za mu iya komawa gidan Ananta?"

Sai na ce: "Yanzu da cikinka ya cika, da sauri za ka manta da Allah!"

Kalmomina ba su da tsauri, amma suna da suka. Lallai tunanin ɗan adam yana da ɗan gajeren lokaci idan ana maganar ni'imar sama! Babu wani mutum ɗaya a wannan duniyar da bai sami amsar rokonsa ba.

Jitendra ya amsa, "Ba zan taɓa mantawa da wautata ta ɗaukar kasada da mutum marar hankali kamar ku ba!"

Na ce, "Ya isa haka, Jitendra, domin Allahn da ya ciyar da mu shi ne Allahn da ke kula da mu a Brindban kuma zai dawo da mu Agra!"

Da na gama magana sai wani saurayi, wanda fuskarsa ke nuna kwarin gwiwa da ta'aziyya, ya matso kusa da mu da sauri yana tsaye a karkashin bishiyarmu, ya sunkuya a gabana ya ce:

"Kawata, kai da abokin tafiyarka dole ne ku kasance baki a nan, don haka ku bar ni in zama mai masaukin baki da jagora."

Duk da cewa fuskar mutumin Ba'indiye ba ta yi laushi ba, nan da nan fuskar Jitendra ta koma rawaya saboda rashin lafiya. Na ki tayin cikin ladabi. Amma saurayin ya fusata sosai, ta wata hanya, a wasu yanayi, da abin dariya ne. Ya amsa:

"Tabbas ba za ka iya kawar da ni ba!"

Na ce, "Me zai hana?"

Ya kalle ni da karfin hali ya ce, "Domin kai ne malamina. Yayin da nake bimbini da tsakar rana, na ga Ubangiji Krishna mai albarka a cikin wahayi, sai ya nuna mini siffofi biyu a karkashin wannan bishiyar. Daya daga cikinsu fuskarka ce, malamina, wadda na saba gani a cikin bimbini! Da na yi farin ciki idan ka karbi hidimata ta tawali'u!"

Sai na ce, "Ina kuma farin ciki da ka same ni, Allah bai yashe mu ba, kuma mutum bai yashe mu ba!"

Ko da yake na tsaya babu motsi, ina murmushi ga wannan fuskar da ke gabana mai cike da sha'awa, jin girmamawa ya sa na sunkuya cikin ruhu a kafafun allahntaka

Yaron ya ce, "Abokai na, ina matukar sha'awar ku girmama gidana da ziyara!"

Na ce, "Kai saurayi ne mai karimci, amma ba za mu iya yin hakan ba domin mu baki ne na ɗan'uwana a Agra."

Ya ce, "To, ku bar ni akalla in raka ku duka zuwa Brindiban a matsayin abin tunawa da wannan taron."

Na karbi gayyatar da farin ciki. Saurayin—wanda sunansa Pratap Chatterjee—ya nemi karusa mai jan doki, muka nufi haikalin Madhana Mohana da sauran haikalin Krishna. Duhu ya fadfi yayin da muke addu'a a cikin haikalin. Bayan haka, Pratap ya ce:

"Zan iya neman izininka don in sha wasu kayan zaki?"

Ya shiga wani shago kusa da tashar jirgin kasa, yayin da muke yawo a kan babban titi, wanda yanzu haka yake cike da mutane kuma ya yi sanyi sosai Abokinmu ya bace na dƙan lokaci ya dawo yana dƙauke da kayan zaki masu yawa. Ya yi murmushi yana rokon Allah yayin da yake riƙe da tarin takardun kuƙi tare da tikiti biyu da ya saya don tafiyarmu zuwa Agra, yana cewa, "Ina rokonka ka ba ni wannan girmamawa ta ruhaniya."

Karbata ba komai ba ne illa girmamawa ga wannan hannun da ba a gani. Shin karimcinsa—wanda Ananta ta yi masa ba'a—ba ya wuce gona da iri ba?

Mun nemi wani kusurwar da ba ta da nisa da tashar sai na ce:

"Pratap, zan koya muku Kriya: Hanyar Lahiri Mahasya, mafi girman yoga na wannan zamani Kuma wannan hanyar tasa za ta zama jagorar ruhaniyarku"

An fara gabatar da wannan gabatarwa cikin rabin sa'a, kuma na yi wa sabon almajiri jawabi, ina cewa: "Kriya za ta zama dutse mai daraja da zai cika sha'awarka. Wannan fasaha, wadda kake gani a matsayin mai sauƙi, ta kunshi hanyar ci gaba cikin sauri na ruhaniya. Littattafan tsarki na Indiya sun ce mutum da aka haifa yana buƙatar shekaru miliyan

don a 'yantar da shi daga yaudarar sararin samaniya, amma wannan dogon lokacin halitta zai iya raguwa sosai ta hanyar Kriya Yoga. Kamar yadda Jagades Chandra Bose ya tabbatar da cewa ana iya hanzarta girman shuka fiye da yadda aka saba, haka nan kuma za a iya hanzarta girman ruhaniya na ɗan adam ta hanyar ilimin sihiri. Ka kasance mai gaskiya a cikin aikinka, kuma za ka kusanci Allah, Malamin Malamai da Jagoran Jagora"

Pratap ya ce cikin tunani, "Ina jin matukar farin ciki da na sami wannan mabuɗin yogic mai albarka wanda na daɗe ina nema. Tasirinsa na ruhaniya zai 'yantar da ni daga kuntatawar hankali kuma ya tura ni zuwa manyan wurare. Ganin Ubangiji Krishna a yau babbar albarka ce a rayuwata."

Mun zauna na ɗan lokaci cikin nutsuwa, sannan muka yi tafiya cikin nutsuwa zuwa tashar Joy ta cika ni yayin da na hau jirgin kasa, yayin da Jitendra ke kuka. Bankwana da Pratap ya kasance mai ban tausayi, cike da nishi da kuka daga abokaina biyu. Da zarar na sake jin labarin, Jitendra ya cika da bakin ciki, ba don kansa ba a wannan karon, sai dai don kansa, sai ya fara cewa:

"Kai, imanina ga Allah ya yi rauni! Zuciyata ta taurare, amma yanzu ba zan taɓa shakkar kulawar Allah ba"

Da tsakar dare ya yi, sai ga masu kasada biyu da aka aika ba tare da ko sisi ba sun shiga gidan Ananta. Fuskarsa ta yi kyau kamar yadda aka yi alkawari, cike da mamaki. A hankali, ruwan sama ya sauka a kan tebur. Ya ce cikin barkwanci, "Faɗi gaskiya, Jitendra! Shin wannan saurayi bai koma fashi a kan hanya ba?"

Amma da zarar ya ji cikakken bayani game da labarin, ɗan'uwana ya fara damuwa sosai sannan ya yi magana da himmar ruhaniya wadda ban taba gani ba a da:

"Dokar wadata da bukata tana isa ga fahimtar juna fiye da yadda na zata. Kuma a karon farko na fahimci dalilin da yasa ba ka damu da kuɗi da kuma tarin abubuwan da ke cikinsa ba a wannan duniyar."

Duk da cewa lokaci ya yi da za a makara, ɗan'uwana ya dage kan sadaukar da shi ga Kriya Yoga. Don haka, Jagora Mukanda dole ne ya ɗauki nauyin "ɗalibai" biyu da bai nema ba a rana ɗaya.

Washegari da safe muka ci karin kumallo a cikin yanayi na kwanciyar hankali da jituwa wanda ya bace a ranar da ta gabata, na yi wa Jitendra murmushi na ce:

"Ba za a hana ka ganin Taj Mahal ba. Bari mu duba kafin mu tafi Serampur."

Mun yi bankwana da Ananta kuma muka kalli abin tunawa mafi girma da alfahari na Agra: Taj Mahal, farin marmara yana haskakawa a cikin hasken rana kamar mafarkin cikakken jituwa. An kewaye shi da bishiyoyin cypress masu duhu, ciyayi masu ganye, da tafki mai natsuwa, cikinsa an kawata shi da sassaka masu rikitarwa waɗanda aka lullube da duwatsu masu daraja. Kyawawan furanni da siffofi sun haɗu kuma sun ratsa ta cikin marmara mai launin ruwan kasa da shunayya, yayin da hasken da ke fitowa daga kusurwoyin ya wanke kaburburan Sarki Shah Jahan da Mumtazi Mahal, sarauniyar masarautarsa kuma abin da yake so.

Jin cewa na ga isasshe kuma ina sha'awar ganin malamina, nan da nan na tafi tare da Jitendra zuwa kudu zuwa Bengal Abokina ya ce, "Mukanda, ban ga iyalina ba tsawon watanni. Na canza shirye-shirye na kuma zan iya ziyartar malamin ku a Serampur daga baya."

Abokina - wanda za a iya kwatanta shi da mai halin dabi'a - ya bar ni a Calcutta, kuma na isa ta jirgin kasa na gida a Cebrampur, mil goma sha biyu daga arewa

Na ji mamaki sosai lokacin da na fahimci cewa kwanaki ashirin da takwas sun shude tun lokacin da na haɗu da malamina a Varanasi kuma ya gaya mini: "Za ka dawo nan da makonni huɗu!" Kuma a nan na tsaya da zuciya mai karfi a farfajiyar gidan ibadarsa a kan Rai Ghat mai natsuwa, na shiga gidan ibada a karon farko inda aka kaddara ni in yi mafi yawan shekaru goma masu zuwa tare da babban malamina na Indiya, malamina Swami Sri Yukteswar!

Malama Paramhansa da Tagore

Daga littafin (Falsafancin Indiya a Rayuwar Yogi)

Ga mai hikima Paramhansa Yogananda

"Rabindranath Tagore ya koya mana mu rera waka ta halitta da kuma ba zato ba tsammani a matsayin hanyar bayyana kai, kamar tsuntsayen waka"

Wannan bayanin ya zo mini ne daga Bhola Nat, wani yaro ɗan shekara 14 mai hazaka a Makarantar Ranchi, bayan na yaba wa wakarsa mai daɗi wata safiya. Da ko ba tare da wani lokaci ba, yaron zai yi ta yawo da wakoki kamar rafi mai jituwa. Ya taɓa karatu a Santinakitan da ke Tagore, ma'ana "tashar jiragen ruwa ta zaman lafiya," a Bulpur.

Na ce wa abokina, "Wakokin Rabindranath suna ta yawo a bakina tun kuruciyata. Duk 'yan Bengal, har ma da mutanen kauyen da ba su da ilimi, suna jin dadin wakarsa mai ban mamaki."

Kuma ta karanta tare da Bhola wasu baitoci na Tagore, wanda ya kafa dubban wakokin Indiya a cikin kida, waɗanda wasu daga cikinsu wakokin nasa ne wasu kuma na da.

Bayan mun gama waka, na ce, ina dariya, "Na haɗu da Rabindranath nan da nan bayan ya sami kyautar Nobel ta Adabi, na ji sha'awar ziyartarsa saboda na yaba da jarumtarsa ta rashin diflomasiyya wajen mu'amala da masu sukarsa."

Bhola ya yi tambaya da himma game da labarin, sai na ce: "Masana ilimin harsuna sun yi wa Tagore suka mai zafi saboda ya gabatar da sabon salo ga wakokin Bengali ta hanyar haɗa maganganun magana da na gargajiya ba tare da la'akari da iyakokin harshe da masana ilimin harsuna ke daraja ba. Wakokinsa sun kunshi gaskiya mai zurfi ta falsafa a cikin maganganu masu kyau da motsin rai, ba tare da bin ka'idodin adabi da aka kafa ba."

"Wani mai suka mai tasiri ya taɓa kwatanta Rabindranath—da raini da raini—a matsayin 'mawakin kurciya wanda ya sayar da kukan sa ga mawallafa kan karamin kuɗi' Amma ɗaukar fansar Tagore ta zo! Duk duniyar adabi ta Yamma ta girmama shi bayan an fassara littafinsa (Gitanjali: Tayin Waka) zuwa Turanci Babban rukuni na malamai, ciki har da tsoffin masu sukarsa, sun yi tafiya ta jirgin kasa zuwa Santiniketian don taya su murna"

Rabindranath ya karɓi baƙi bayan dogon jinkiri da gangan, sannan ya saurari yabonsu mai daɗi cikin shiru da rashin kulawa A karshe, ya juya musu makaman suka, yana cewa:

"Jama'a, furanni masu kamshi na girmamawa da girmamawa da kuka ba ni a nan sun haɗu da kamshin rainin da kuka yi a baya. Akwai wata alaƙa tsakanin samun kyautar Nobel da wannan godiya ta kwatsam da kuka yi mini? Har yanzu ni ne mawakin da ya bata maka rai lokacin da na miƙa furannina masu tawali'u a wurin ibada na Bengal."

"Jaridu sun buga takaitaccen bayani game da tsawatarwar Tagore mai karfin hali, kuma na yaba da faɗin gaskiya na mutumin da ba a ruɗe shi da zagi da munafunci ba."

⁽¹⁾ ne ya gabatar da ni ga Rabindranath a Calcutta , wanda kawai yake sanye da kayan Bengali, kuma wanda ya kira Tagore a matsayin mala'ika (Gurudeva) cikin ƙauna."

"Rabindranath ya karɓe ni da fara'a, kewaye da ni da yanayi mai kyau, al'adu masu wadata, da kuma ladabi na gaske Tagore ya amsa tambayata game da tushen littattafansa ta hanyar cewa manyan wahayinsa sun fito ne daga littattafan addini da kuma ayyukan mawaƙi Vidyapati, wanda ya rayu a ƙarni na sha huɗu."

Da waɗannan abubuwan tunawa, na fara rera wata tsohuwar waƙar Bengali wadda Tagore ya saba da ita zuwa sabuwar siffa, wadda ta fara da "Haske Hasken fitilar ƙaunarka" Bholā ta haɗu da ni a cikin waƙa mai daɗi yayin da muke yawo a farfajiyar makaranta.

Kimanin shekaru biyu bayan kafa Makarantar Ranchi, na sami gayyata daga Rabindranath don in ziyarce shi a Santiniketan don tattauna manufofinmu na ilimi da na karɓa cikin farin ciki kuma na tafi na same shi. Lokacin da na isa, ya zauna a teburinsa, kuma ya burge ni a matsayin misalin namiji na gaske, kamar yadda kowane mai fasaha zai iya tunanin

fuskarsa mai kyau, mai siffa mai kyau tana haskaka girma da mutunci, wanda aka tsara ta da dogon gashi, gemu mai gudana, da manyan idanu masu kirki, duk an kawata su da murmushin mala'iku. Muryarsa mai dadi, kamar sautin sarewa, ta ja hankalin zuciya. Yana da tsayi, karfi, da natsuwa, yana nuna tausayin mace da rashin laifin yaro mai farin ciki. Ina shakkar ko wani ra'ayi na wani mawaki da aka yi wahayi zuwa gare shi zai iya samun bayyananniyar magana fiye da wannan mai karatu mai tausayi da rai.

Nan da nan na fara da Tagore a kan wani bincike mai zurfi da kwatantawa na cibiyoyin ilimi guda biyu, waƙanda aka gina bisa ka'idodi marasa tsari. Mun sami kamanceceniya da yawa a tsakaninsu, kamar koyo a waje, sauki, da karfafa kerawa a cikin kananan yara. Duk da haka, Rabindranath ya ba da muhimmanci sosai ga nazarin adabi da waƙa, da kuma bayyana kai ta hanyar kiɗa da waƙa, wani abu da na riga na lura a Bhola. Yaran Santiniketan suna yin shiru na ɗan lokaci, amma ba su sami horo na musamman na yoga ba.

Mawakin ya saurara sosai ga bayanin motsa jiki na Yoga wanda ke cajiƙin kwayoyin jiki da aiki da kuzari, da kuma hanyar tattara yogic da ake koya wa dukkan almajiran Ranchi.

Tagore ya gaya mini game da matsalolinsa na farko a fannin ilimi, sannan ya ce mini cikin dariya, "Na gudu daga makaranta bayan na kai shekara biyar." Nan da nan na fahimci yadda tunaninsa mai laushi na waƙa ya yi karo da mummunan yanayin tarbiyya na makarantar.

Mawakin ya yi nuni da kyau ga kungiyar ɗaliban da ke karatu a cikin lambun da ke cike da kyawawan halaye, yana cewa:

"Saboda wannan dalili na kafa Cibiyar Santinikitan a karkashin inuwar bishiyoyi da kuma kyawun sararin samaniya. Yaron yana jin cewa yana cikin yanayinsa na halitta tsakanin furanni da tsuntsayen waka don ya iya bayyana wadatar da ke cikin baiwarsa. Ba za a iya fitar da ita ko cika ta daga tushe na waje ba, amma ilimi ya kamata ya zama taimako wajen bayyana taskokin hikima mara iyaka da aka boye a cikin zurfin ran ɗan adam" ⁽²⁾

Na yarda da shi na kuma kara da cewa: "Halayen kyawawan halaye na yara da kaunarsu ga jarumai da jarumtaka sun mutu sakamakon yunwa a makarantu na yau da kullun saboda an takaita su ga abinci wanda ya kunshi kididdiga, abubuwan da suka faru, da lokutan tarihi".

Mawakin ya yi magana mai daɗi game da mahaifinsa, Devendranath, wanda ya ba shi kwarin gwiwa ya hau Santiniketan. Ya ce: "Mahaifina ya ba ni wannan fili mai albarka inda ya gina haikali da gidan baki. Kwarewata ta ilimi ta fara a nan a shekarar 1901 da yara goma kacal. Fam dubu takwas da suka zo mini da kyautar Nobel da na kashe wajen kula da makarantar."

Dattijon Tagore (Devendranath), wanda aka fi sani da Maharishi (Babban Mai Hikima), mutum ne mai ban mamaki kwari da gaske, kamar yadda labarin rayuwarsa ya nuna. Ya shafe shekaru biyu yana kuruciyarsa yana tunani a cikin gidajen ibada na Himalayan. Hakazalika, mahaifinsa, Dwarkanath, ya shahara a ko'ina cikin Bengal saboda karimcinsa na taimakon jama'a. Daga wannan kasa mai albarka ta samo asali, iyali masu haske Rabindranath ba shi kaɗai ba ne a cikin salonsa na kirkira; danginsa sun raba baiwarsa. 'Yan uwansa, Gogonendra da Upanendra, ana ɗaukarsu a matsayin ɗaya daga cikin

fitattun masu fasaha a Indiya ⁽³⁾ Dan'uwan Rabindranath, Dwijendra, shi ma masanin falsafa ne mai zurfi wanda tsuntsaye da dabbobi na daji suka kaunace shi.

Rabindranath ya gayyace ni in kwana a gidansa na baki. Abin mamaki ne a wannan maraice lokacin da mawakin ya zauna tare da gungun dalibai a farfajiyar! Lokaci ya yi kama da ya tsaya cak, kuma yanayin ya bayyana a gare ni kamar tsohuwar gidan ibada, tare da mawakin Tagore kewaye da almajiransa, wanda ke cikin yanayi na farin ciki da kauna mai tsarki Tagore yana saka da kuma kammala kowace alaka ta soyayya da zare na jituwa da jituwa. Abin mamaki, wata fure mai ban mamaki ta wakokin ruhaniya ta gaske ta yi fure a cikin lambun Allah, tana jawo hankalin wasu zuwa gare ta da kyawun halitta da kamshi!

Cikin muryarsa mai dadi, Rabindranath ya karanta mana wasu daga cikin wakokinsa masu dadi da ya rubuta. Yawancin wakokinsa da labaransa, wadanda aka tsara don kawo farin ciki da jin dadi ga almajiransa, suna cikin Santiniketan. Kyawun wakarsa, a gare ni, tana cikin ambaton Allah a kusan kowace baiti, duk da cewa ba a ambaci sunan mai tsarki a sarari ba. Misali, ya ce:

"Idan na bugu da waka, sai in manta da kaina in kira ka abokina, kai wanda kai ne maigidana!"

Bayan cin abincin rana washegari, na yi bankwana da mawakin ba tare da son rai ba. Ina farin ciki da karamar makarantarsa ta girma ta zama Jami'ar Kasa da Kasa ta Vizva Bharati ⁽⁴⁾, inda dalibai daga dukkan kasashe ke samun yanayi mai kyau.

Inda hankali ya 'yantu daga tsoro kuma aka daga kai sama

Inda ilimi yake da 'yanci kuma ba shi da kamewa,

**Duniya ba ta zama sassa da suka wargaje
ta hanyar kananan ganuwar gida ba**

**Kuma inda kalmomi suka fito daga zurfin
gaskiya,**

**Kuma kokari mai karfi yana faɗaɗa isa ga
kamala**

**Inda tushen hankali bai bace a cikin
hamadar yashi da ta lalace ta al'adun matattu
ba,**

**Kuma yayin da yake ci gaba a cikin tunani
da aiki mai faɗaɗawa,**

**Domin kasata ta farka cikin sararin
wannan 'yancin, ya mahaifina ⁽⁵⁾**

Mabudɓin sirrin nasara

**Nasara na nufin gamsuwa da gamsuwar mutum a
cikin muhallinsa Nasara ta gaskiya sakamakon ayyuka
ne da aka gina bisa ka'idodin adalci, kuma ta kunshi
farin ciki da walwalar wasu a matsayin muhimmin
ɓangare na farin cikin mutum. Idan muka yi amfani da
wannan ka'ida a rayuwarmu ta zahiri, ta hankali, ta
ɗabi'a, da ta ruhaniya, za mu sami cikakkiyar ma'anar
nasara.**

**Mutane suna da ra'ayoyi daban-daban da ra'ayoyi
game da nasara, ya danganta da burinsu a rayuwa. Ba
sabon abu ba ne a ji wasu mutane suna kwatanta
nasara da sata, suna faɗin abubuwa kamar, "Ya yi
nasara ɓarawo!" Wannan yana nuna cewa nasara a
kowane fanni da nau'ikanta abin so ne kuma ana
nema. Duk da haka, nasararmu bai kamata ta cutar da
wasu ba.**

**Akwai kuma wani ma'auni na nasara: idan muka
sami damar kawo sakamako mai jituwa da amfani ga
kanmu, ya kamata mu haɗa da wasu a cikin**

nasararmu mu kuma raba musu 'ya'yan itacen da ke cikinta.

Wani zai iya zaɓar yin shiru na tsawon lokaci, yana kin yin magana da 'yan uwansa a wannan lokacin. Duk da cewa wannan mutumin zai iya samun kwanciyar hankali a cikin zuciyarsa sakamakon haka, halayensa na son kai ne kuma yana cutar da farin cikin iyalinsa. Ba za a iya daukarsa a matsayin wanda ya yi nasara da gaske ba sai dai idan waɗanda suke kauna suma sun amfana daga nasarar da suka samu.

Hakazalika, cimma nasarar abin duniya ba wai kawai hakkinmu ne na jin daɗin rayuwa da kanmu ba, har ma da alhakin dabi'unmu ga wasu dangane da taimaka musu su inganta yanayin abin duniya da yanayin rayuwarsu.

Duk wanda ke da hankali zai iya samun kuɗi Amma idan yana da kauna a zuciyarsa, ba za su taɓa amfani da wannan kuɗin don dalilai na son kai ba; maimakon haka, za su raba shi da wasu Kuɗi la'ana ce da rashin daɗi a hannun masu son kai da masu kwazo, kuma albarka da kyauta a hannun masu kirki da rayuka masu karimci.

Misali, Henry Ford ya sami arziki, amma bai yi imani da sadaka ba, wanda ya gani a matsayin karfafa rashin aiki da lalaci. Madadin haka, ya samar da aiki da abubuwan more rayuwa ga mutane da yawa. Idan Henry Ford ya sami kuɗi yayin da kuma ya samar da wadata ga wasu, to ya yi nasara ta hanyar da ta dace.

Ko da manyan tsarkaka ba sa samun cikakken ceto sai sun raba nasararsu—abubuwan da suka fuskanta na ruhaniya da kuma iliminsu mafi girma—da wasu ta hanyar taimaka musu su kai ga fahimta mai

tsarki. Saboda haka, waɗanda suka kai irin waɗannan mata kai kuma suka kai ga irin waɗannan yanayi suna sha'awar ba da fahimta ga waɗanda ke bukatarta.

Idan kana son cimma nasara ta gaskiya, ba wai kawai za ka tabbatar da farin cikin kanka ba, har ma da farin cikin wasu.

Bambance-bambance a cikin mizanin nasara tsakanin Gabas da Yamma

Akwai mata kai daban-daban na nasara a Gabas da Yamma Abin takaici, Gabas tana kara kwaikwayon munanan abubuwan da take gani a fina-finan Yamma Duk da cewa wasu fina-finai suna ba da ta'aziyya, rayuwa ta gaske tana nuna cewa nasara ba ta da sauƙi Rayuwa sau da yawa tana da tsauri kuma ba ta da gafara, kuma dole ne mu yi gwagwarmaya don samun abin rayuwa Yi la'akari da ƙoƙarin da ake bukata don kiyaye jikinka da kuma kiyaye shi lafiya kuma ba shi da rashin lafiya! Ko da kun yi nasara, wannan nasarar ba ta dade ba. Daga karshe za a kwantar da gawar. Ya zama dole a yi gwagwarmaya da ƙarfi da yawa, na ciki da na waje, don cimma nasarar da ake so. Waɗannan rundunonin suna aiki ba tare da gajiyyawa ba don hana ku duk wani ci gaba mai ma'ana.

Yamma ta mayar da hankali kan nasara ta ɗan lokaci ko ta ɗan lokaci da ta shafi wannan rayuwar ta yanzu. Gabas, a gefe guda kuma, tana mai da hankali kan nasara cikakke, mai ɗorewa, kuma mai ɗorewa.

Waɗanda muka kira waɗanda suka kai kololuwar nasara ta har abada (masu nasara a duniyoyi biyu waɗanda suka yi nasara a idanun Alkali)

Wadannan mutane suna da farin ciki a jiki, hankali, da ruhi. Suna iya samun wasu abubuwa, amma suna da wadata mai yawa: wadatar kwanciyar hankali ta ciki da fahimtar ruhaniya game da alakar da ke tsakanin rai da ruhin allahntaka, da kuma alakar da ke tsakanin jiki da rayuwar sararin samaniya.

A Gabas, ana sanya ra'ayin irin wannan nasara a cikin tunanin yaron. A Yamma, ana ba wa yaron bank na aladu kuma ana koya masa burin kudi don biyan buƙatu.

Yana da kyau a yi aiki tukuru don cimma isasshen nasara ta duniya, amma ya kamata a koya wa yara darajar nasara mai dorewa. Arzikin rai yana dawwama har abada a cikin bankin har abada, kuma za ku iya cire farin ciki daga wannan bankin a kowane lokaci.

Amma ko da nasarar ruhaniya na iya zama ta gefe d'aya kuma ba ta da daidaito idan kana da nauyin kayan aiki da ba za ka iya cikawa ba.

Manyan yogi wadanda suka 'yantar da kansu daga dokokin yanayi ne kawai za su iya yin watsi da al'amuran duniya gaba d'aya.

A Gabas, babban abin da aka fi mayar da hankali a kai shi ne gina farin ciki na ruhaniya, yayin da galibi ba a yin watsi da abubuwan rayuwa na zahiri ba. A Yamma, akwai wasu abubuwan jin dadi na zahiri amma kaɗan ne farin ciki na ruhaniya. Abin da ake buƙata shi ne daidaito tsakanin su biyun, domin mai da hankali kan wani fanni d'aya kawai na rayuwa yana haifar da rashin daidaito da rashin iya magance buƙatun rayuwa cikin hankali.

Misali, idan mai zane ya mayar da hankali kan fasaha kawai kuma ya yi watsi da komai, zai haifar da rashin daidaito wanda ke bayyana a matsayin damuwa da rashin farin ciki. Duk da haka, mai da hankali kan fasaha tare da ruhaniya, aiki, kimiyya, da hidima zai haifar da daidaito mai kyau, cikakken nasara, da farin ciki na gaske.

Idan dukiya ta haɗu da rashin lafiya da matsaloli, sakamakon zai zama da yawa Tsafta da kiwon lafiya suna daga cikin karfin Yammacin duniya. Ana sarrafa kwari masu cutarwa da kwayoyin cuta masu kisa yadda ya kamata a kasashe masu tasowa, yayin da suke da yawa a wasu. Amma kwar da waɗannan kwari ba shine babban abin da za a cimma ba, saboda akwai wasu nau'ikan matsaloli a kasashe masu tasowa, kamar su kuɗaɗen da ba su da wahalar biya da kuma matsalolin kuɗi masu shakatawa saboda tsarin siyan kashi-kashi—wahalolin da ke damun barci da kuma lalata kwanciyar hankali.

Rayuwa ba wai kawai rayuwa ba ce

Allah bai halicci wannan duniya don mu kawai mu ci abinci, mu yi barci, mu mutu ba, amma domin mu san nufinsa mu kuma fahimci manufar wanzuwarmu. Mutane kaɗan ne masu hikima suka fahimci ma'anar shirin sararin samaniya, amma yawancin mutane makafi ne kuma ba su san wannan manufar ba. Duniya ta zama ɗakin azabtarwa ga waɗanda ke rayuwa cikin rashin sanin shirin allahntaka. Amma idan ka ɗauki abubuwan da suka faru a rayuwa a matsayin malamanka kuma ka koya daga gare su ainihin yanayin wannan duniyar da kuma rawar da aka ba ka a cikin wasan kwaikwayo na sararin samaniya, waɗannan abubuwan sun zama haske mai

mahimmanci a kan hanyar zuwa ga gamsuwa da farin ciki mai dorewa.

Allah ya sanya rudin sararin samaniya ya yi karfi sosai

Muna rayuwa ne a cikin duniyar da ke cike da rudani da rudani. Kuna iya tunanin kuɗi yana nufin farin ciki, amma idan kun same shi, kuna ganin har yanzu ba ku da farin ciki. Kuna iya samun arziki kuma - Allah ya kiyaye - rasa lafiyarku. Ko kuma kuna iya samun lafiya mai kyau ku rasa kuɗinku. Ko kuma kuna iya samun wadata da lafiya amma kuna fuskantar matsaloli da yawa tare da wasu, kuna ba da alheri kawai don a gamu da kiyayya da fushi. Ba tare da Allah ba, babu wani abu a wannan rayuwar da zai iya gamsar da ku da gaske.

Da Allah yana son mu rayu cikin sanin abin duniya kawai, da mun gamsu da abubuwan duniya kuma mun gamsu da hanyoyin duniya.

Shin ka taɓa ganin garken tumaki? Idan ɗaya daga cikinsu ya yi tsalle, sauran garken suna kwaikwayonsa ba tare da bata lokaci ba Yawancin mutane haka suke, wani zai iya kawo wani ra'ayi ko ya gabatar da wani sabon salo, wasu kuma nan take za su hau kan wannan tsari su kwafi shi. Wannan tsari ya dade tsawon tsararraki. Kowace kasa tana da al'adu da al'adunta, kuma ba za mu iya da'awar cewa duk daidai ne ko kuma daidai ba. Amma wa ya sani? Wasu daga cikin waɗannan al'adu da al'adu na iya zama marasa ma'ana, marasa ma'ana, kuma marasa amfani.

Akwai hanyar tantancewa da kuma yin hukunci kan waɗannan al'adu da al'adu

Da farko, kowace al'ada tana da hujja Idan muka ga cewa hujja har yanzu tana da gaskiya, to al'adar tana da ma'ana da fa'ida. Duk da haka, ba hikima ba ne a bi al'adu a makance. Dole ne mu san gaskiya kuma mu bi ta, mu fahimci abin da zai iya kawo mana farin ciki sannan mu yi amfani da ita.

Ya kamata a saukaka rayuwa Idan za ka yi nazarin halayen dabi'un dan adam da gaske, za ka ga cewa wasu daga cikin al'adunmu da al'adunmu abin dariya ne.

A Yamma, mutane suna bin ka'idodi da yawa. Akwai takamaiman tufafi don fita da yamma, liyafar cin abinci, ziyara, da fita. Har ma na taba ganin tallan jaket na musamman ga masu shan taba!

Tsarin tsari yana da kyau, amma bin tsari da tsari fiye da kima yakan haifar da wahala

A Gabas, gidaje da tufafi suna da sauki. A Yamma, rayuwa tana da sarkakiya har ta sa farin ciki ya bace mana saboda yawan mai da hankali kan yin abubuwa ta wata hanya ta musamman.

Me yasa ake rikitar da rayuwa ta hanyar jaddada yadda ake shirya gida da teburi ta wata hanya?

A Gabas, idan muka gayyaci mutane su ziyarce mu, kowa yana jin dafi kuma yana fatan wadannan ziyarar.

A Yamma, ana gayyatar baki, sannan a yi sa'o'i na shiri mai zurfi don tabbatar da komai ya yi kyau Da zarar baki suka iso, mai masaukin baki yana jiran tafiyarsu da doki!

Ya kamata a saukaka rayuwa, tufafi, da abinci Cin abinci a gidajen cin abinci ba zai zama mai amfani ga tattalin arziki ba, amma yana da kyau a yi hakan lokaci-lokaci. Ba daidai ba ne a batar da sa'o'i masu yawa a cikin kicin, ba tare da barin lokaci don jin dadin wasu abubuwa mafi mahimmanci ba.

A lokacin tafiye-tafiye da laccocina, na saukaka abincin da nake ci kawai, kawai na ajiye madara, latas, da cuku a dakina, kuma na ji dadin hakan.

Aljanna tana cikinmu, ba a cikin abubuwa ba

A cikin horon da muka yi na son yin aure a Indiya, mun koyi yadda za mu sarrafa sha'awarmu da kuma daukaka kanmu fiye da abin da muke so, ba mu so, kuma ba mu fi so ba. Mun gode wa duk abin da muka samu a Yamma, duk da haka, yawancin mutane ba sa jin dadi duk da cewa suna da abubuwa da yawa, kamar ba su da su kwata-kwata. Sha'awa ba ta da iyaka. Da safe, bayan aski da sanya tufafi, abu na farko da miji yake so shi ne karin kumallo. Da zarar ya zauna a teburin, yana fatan matarsa ta shirya wani abu daban. Ita ma, tana fatan ta sami mafi kyawun faranti, cokali, wukake, da cokali mai yatsu.

Kwanaki suna shudewa, kuma sha'awar wannan da wancan ta ci gaba har sai babu abin da zai gamsar da su A karshe, ma'auratan sun kasa faranta wa juna rai kuma ba su sami farin ciki ko da a cikin 'ya'yansu ba, suna rasa farin cikin aurensu. Domin suna jin takaici, suna juya wa wadanda suka fi kusa da su. Matar tana gunaguni, tana gunaguni, kuma tana sukar mijinta fiye da kima, yayin da yake yi wa yaran ihu, kuma yaran suna tawaye wa iyayensu kuma suna aikata ayyukan wauta tare da abokansu (don haka zagayowar ta ci gaba)

Ba laifi ba ne a mallaki dukiya; abin da bai dace ba shine a bar kayanmu su mallake mu Dole ne mu 'yantar da kanmu daga sha'awar mutane da abubuwa domin sha'awa tana kawo rashin jin dadi

Aljannata tana cikina Yayin da nake jin dadin ni'imomin Allah, ina gode masa, kuma farin cikina yana karuwa Ba tare da wannan gamsuwa ta ciki ba, har ma jin dadin duniya da farin cikinta suna zama jahannama na fahimci cewa ba tare da wannan farin cikin ciki ba, nauyin da aka dora mini da zai hana ni kwanciyar hankalina ya kuma hana ni farin ciki na.

Babban makiyin farin ciki shine rancen kuɗi don siyan kayan jin dadi. Mutane suna kuskuren yarda cewa ba za su iya yin farin ciki ba sai sun sami wani abu na musamman. Amma ko da bayan sun sami wannan abu, ba za su sami farin ciki na gaske ba, duk da farin cikinsu na ɗan lokaci. To mene ne amfanin bin kawacen farin cikin duniya wanda ke alkawarin karya alkawarinsa?

Ya kamata mutane su rayu ba tare da buƙatar dukiya mai yawa da ke buƙatar kulawa akai-akai ba

Babu shakka cewa siyan wani sabon abu abin jin dadi ne. Amma bayan wani lokaci, wannan jin dadin yana raguwa a hankali, kuma za ka iya rasa sha'awarsa gaba ɗaya, ka manta da shi kuma ka yi sha'awar wani abu. Duk da haka, ba za a manta da lissafin wannan kayan ba, musamman idan ka saya a kan lokaci!

Ya kamata mutum ya mallaki ragamar rayuwarsa ya kuma saukaka ta gwargwadon iyawarsa. Ya kamata ya adana kuɗi don abubuwan buƙata da gaggawa, ya fi ba da fifiko ga tanadi fiye da kashe

kudi kan abubuwan jin dadi, kuma ya taimaki wasu gwargwadon iyawarsa. Idan ka taimaki wasu, taimako zai zo maka ta wata hanya, kuma ba za ka rasa komai ba kuma za a hana ka komai.

Na san tabbas cewa duk abin da nake bukata zai zo mini, saboda haka ban damu da abin da makomar za ta kunsu ba. Wannan ba alfahari ko zato ba ne, domin na taba aiki da ingancin wannan iko mai albarka a rayuwata sau da yawa.

Ko ina iyo a saman rayuwa ko kuma ina nutsewa cikin zurfin teku, na san cewa ina tare da Allah kuma yana tare da ni, kuma babu abin da zai iya cutar da ni. Wannan ilimin ya ba ni farin ciki mai zurfi da ba za a iya misaltawa ba.

Ba don fahimtar ruhaniya da gogewa da na samu ba, da na zama mutum mafi bakin ciki a duniya da na sami dukiya mai yawa, amma na ki barin ta ta zama bayina, kuma ban bar ta ta taba ni ko ta canza ni ba, ina ba da duk abin da na samu a hanyar Allah da kuma ga wadanda ke cikin bukata. Farin cikina shine babban abin mallakata—taska da har sarakuna ba za su iya mafarkin ta ba.

Nasara ta dogara ne da nasarar cikin gida

Idan ka ga mutane da yawa ba su da farin ciki ko nasara, kada ka dauka cewa wannan shine kaddararsu. Za ka iya tsara kanka cikin duk abin da kake so ya zama. Nasararka ta ciki ita ce ke sa ka yi nasara. Idan ka rasa wani abu a cikin kanka, ba za ka yi farin ciki ba. Amma idan ka rasa wani abu a waje amma kuma kana cikin farin ciki a cikin kanka, babu shakka za ka yi nasara. Saboda haka, ba zai yiwu a yi hukunci ga mutane bisa ga yanayinsu na waje ba.

Daga cikin jama'a masu yawa, akwai mutanen da suka kai matsayin ruhaniya kuma suka ji dadin kwanciyar hankali da farin ciki na ruhaniya.

Saboda wannan dalili, nasarar dabi'a da ta hankali—'Yantar da kai daga ka'idodin munanan halaye da sha'awa marasa kyau—yana kawo farin ciki mafi girma fiye da nasarar abin duniya. Nasarar ilimi tana da walwalar tunani wanda yanayi na waje ba zai iya daukewa ba. Kuna iya batar da duk lokacinku wajen tara dukiya, amma wannan dukiya ba za ta ba ku kwanciyar hankali da tsaro mai dorewa da kuke nema ba. Akasin haka, zai kawo muku bakin ciki, domin farin ciki da kwanciyar hankali na gaske suna zaune a cikin tunani, ba a cikin abin duniya ba.

Idan ba ka dauki lokaci don gina tunaninka ba, babu wani abin duniya da zai gamsar da kai. Wannan noma ba azabtarwa ba ce, a'a, horar da hankalinka ne don renon tunani da ayyukan da ke haifar da farin ciki.

Farin cikinka shine nasararka, don haka kada ka bari wani ya sace maka shi Kare kanka daga wadanda ke kokarin bata maka rai Lokacin da nake yaro, nakan rasa fushina duk lokacin da wani ya yada jita-jita game da ni Daga baya, na fahimci cewa kwanciyar hankalina ya fi muhimmanci fiye da amincewar mutane ko yabo

Lamiri wata ji ce mai fahimta da ke bayyana ainihin yanayin mutum da manufofinsa. Idan lamirinka ya kasance mai tsabta, kuma ka san kana yin abin da ke daidai, ba ka da abin tsoro. Lamiri mai tsabta shaida ce ta kyawawan halaye daga Allah. Samun 'yanci a kotu na lamiri yana nufin samun farin ciki da samun albarkar Allah.

Idan mutum ba ya samun kudi, to saboda ba ya mai da hankali kan samun kudi. Haka nan, idan ba ya jin dadi, saboda ba ya mai da hankali kan samun farin ciki.

Alfadari da ke dauke da kayan zinare a bayansa bai san darajar abin da yake dauke da shi ba. Haka kuma, mutum yana shagaltuwa da daukar nauyin rayuwa a kafadunsa da fatan samun farin ciki a karshen hanya har ya manta cewa yana dauke da farin ciki na ruhaniya mai girma da dorewa a cikinsa.

(Kamar rakuma a cikin jeji, suna mutuwa saboda kishirwa yayin da ake daukar ruwa a bayansu)

Domin yana neman farin ciki a cikin "abubuwa" bai san cewa yana da wadatar farin ciki a cikin kansa ba

Ba da wajibi ne ya zama wajibi

Yoga ba ta ba da shawara a yi sakaci ko a kauce wa nauyin rayuwa ba. A maimakon haka, tana rokon ka ka cika zuciyarka da Allah yayin da kake taka rawarka a cikin wasan kwaikwayo na rayuwa. Idan kana son rayuwa mai zaman kanta a cikin dazuzzuka ko tsaunuka, kana tunanin za ka sami Allah ta hanyar barin ayyukanka, dole ne ka fara shiri kuma ka iya zama cikin bimbini (har yanzu) duk rana na tsawon kwanaki da yawa a lokaci guda. Irin wannan kokarin tabbas abin yabawa ne ga waɗanda suka iya shi. Amma mafi girma shine kasancewa a duniya, amma ba nasa ba; don cika ainihin nauyinka don amfanin wasu yayin da a lokaci guda kake tunanin Allah.

Dole ne a bambanta tsakanin manyan ayyuka da kananan ayyuka, a fifita mafi mahimmanci fiye da

mafi muhimmanci. Bugu da kari, kada wani aiki ya saba wa wani. Littattafai suna gaya mana cewa lokacin da wani aiki ya saba wa wani, shaida ce cewa ba aikin gaske ba ne. Misali, idan ka nemi nasarar kuɗi ta hanyar da za ta bata lafiyarka, kana sakaci da lafiyar jikinka. Haka nan, idan ka shagaltu da addini har ka yi sakaci da nauyin kuɗinka, ba ka daidaita ba domin ka bar wani aiki ya saba wa wajibinka ga jiki da iyalinka. Kuma idan ka yi sakaci da aikinka ga Allah saboda duk hankalinka yana kan iyalinka, wannan ba aikin gaske ba ne.

Mutane da yawa suna tambaya: "Shin ya kamata mu fara samun nasara ta abin duniya don cika wajibanmu na duniya sannan mu nemi Allah?" ko kuma "Ya kamata mu fara neman Allah sannan mu nemi nasara?"

Allah ne ya fara zuwa, kuma bai kamata mu fara ko mu kare ranarmu ba tare da tunaninsa da kuma yin tunani sosai a kansa ba. Dole ne mu tuna cewa ba tare da karfi da kuzari da muke samu daga Allah ba, ba za mu iya cimma komai ba. Saboda haka, babban aikinmu a gare shi ne. Idan muka cika dukkan wasu wajibai ba tare da cika wajibai a gare shi ba, ba zai yi farin ciki ba. Ya fi kyau mu yi ayyukanmu ta hanyar da za ta faranta wa Allah rai.

Abin mamaki ne a yi tunanin hada neman Allah da nasarar abin duniya. Amma sai dai idan mutum ya yi bimbini sosai a kai a kai, don sanin Allah ya tabbata da farko, duniya za ta mamaye tunaninsu, kuma ba za su sami lokacin da ya rage musu ba don al'amuran ruhaniya. Kuma idan ba mu da tabbacin cewa Allah yana tare da mu, ayyukanmu na duniya sau da yawa suna zama tushen azabar tunani. Amma idan ka ji

cewa Allah yana tare da kai a kowane lokaci kuma ka yi tunaninsa yayin da kake cika ayyukanka, za ka kasance cikin mutane mafi farin ciki.

Masu albarka ne wadanda ke kaunar Allah, domin suna cikin gamsuwa ta har abada da jin dadi na har abada

Da ban sami koyarwar malamina ba, Swami Sri Yukteswar, wadda ta ba ni fahimtar Allah, da na dade da rasa kudurina kuma da ban sami damar taimaka wa mutane da gina haikali don neman Allah da yin bimbini a kansu ba. Duk da wannan duka, wasu sun nemi su toshe min hanya maimakon su ba ni hadin kai.

Duk wanda ya yi wa mutane mu'amala kamar shi ne ubangijinsu wanda ya wajaba a gare su su yi masa biyayya, za su juya masa baya su yi kokarin kawar da shi ta kowace hanya da hanyoyi.

Amma idan ka yi kokarin shirya da wasu da kuma ba su shawara da kauna ta gaske, za su naɗa ka sarkin zukatansu. Kuma idan ka kaunaci kowa daidai gwargwado, za ka iya gane wadanda suka amsa wannan kaunar.

Kaunar Allah ba ta da misaltuwa

Da ake ka san labarin kaunar Allah da wasu masu bauta ke fuskanta tare da Allah! Babu wata kwarewa a rayuwa da za ta iya kwatantawa da wannan farin cikin da na san wani waliyyi wanda koyaushe yake cikin kaunar Allah, kuma fuskarsa tana haskaka kaunar Allah mai tsarki. Idon Allah koyaushe yana kan wadanda suke kaunarsa, kuma ba ya taɓa barin su ko da na ɗan lokaci.

Ina ganin Allahna kaunatacce a cikin komai da ke kewaye da ni

Na gan shi yana kallona daga furanni yana kallona daga taga wata.

Ina ganin hakan a fuskar yanayi da kuma a fuskokin wadanda ke da ruhohi masu daraja da kuma zukata masu kirki

Bai kamata mu yi watsi da Babban Masoyinmu ba, tushen dukkan alheri, kauna, da alheri. Kuma bai kamata mu bar zukanmu su cika da ruhani da kananan abubuwa na wannan duniyar ba, sai dai da kaunar Allah, wadda ke rayar da zuciya, tana wahazaka da tunani, kuma tana sabunta karfin rai. Wannan kauna ba ta misaltuwa. Lokacin da kaunar Allah ta mallaki halittar mai nema, kwayoyin jikinsa suna farin ciki, kuma yana cike da farin ciki mafi girma. Game da wannan gogewa, daya daga cikin masoyan Allah ya rera waka:

Lokacin da Ubangijin Duniya ya shiga wani haikali na ruhaniya

Farin ciki ya mamaye zuciyata, kuma na manta bugunta

Kamar yadda dukkan kwayoyin halitta a jikina suka manta da ayyukan da aka ba su

Ta yi mamaki yayin da take sauraron muryar rai madawwami

Muryar mafi soyuwa a duniya muryar Allah tushen rai

Zuciyata, kwakwalwata, da kowace kwayar halittata sun kasance masu amfani da wutar lantarki

Domin ta taba ta da kasancewar mafi tsarkin allahntaka

Wannan ɗan gajeren bayani ne game da kaunar Allah da tasirinta ga rayuwar wadanda suke kaunar Allah

Bakin cikin da kiyayya da yaki ke haifarwa da barinsa a zukan mutane shaida ne cewa ruhi, tausayi, kirki, da kauna manyan iko ne. Kiyayya tana lalata abubuwa, yayin da kauna ita ce mafi girman karfi mai ginawa a duniya.

Saboda haka, abokaina kaunattu, dole ne mu fahimci rashin amfani na kiyayya da wauta na yaki, mu kuma juya ga Allah da dukkan halittarmu mu kaunace shi da dukkan zukanmu Domin kaunarsa tana ba da nasara cike da cikakken gamsuwa da gamsuwa: nasara da ba za a iya cimma ta ba.

Soyayya ce kawai za ta gina duniya mafi kyau, ta kawo alheri ga mazaunanta, ta kuma ba su rayuwa mai daraja. Idan kasashe za su daina ɗora wa junansu alhakin ta hanyar da ba ta dace ba, maimakon haka su rungumi kauna da goyon bayan juna, za mu shaida nasarar duniya, wadda dukkan mutanen duniya za su ci gajiyar 'ya'yanta.

Ka yi tunanin miliyoyin da aka kashe wajen kashe wani mutum ta hanyar wani a yake-yake! Abin kunya ne ga ɗan adam! Kuma menene sakamakon karshe zai iya zama banda ciwo, wahala, halaka da barna?

Hanya ɗaya tilo da za a kawo karshen wannan wahalar ɗan adam ita ce ta hanyar soyayya.

Muddin wata kasa ta gina kuma ta kirkiro makaman kare dangi, sauran kasashe za su yi kokarin

kirkiro hanyoyi da makamai masu inganci da kisa don kare kansu, kuma mutane za su rayu cikin tsoro koyausha Me yasa dukkan kasashe ba sa haɓaka kauna da fahimta maimakon kara rura wutar kiyayya da yaƙi? Mafita ta gaskiya tana cikin addinin kauna da fahimta na duniya baki ɗaya Soyayya tana sa ɗan adam ya yi nasara

Ikon da ke bayan kowace iko

Da farko dai, cimma nasara tare da Ubangijin Duniya Mutane suna cikin aikinsu sosai har suna tunanin ba su da lokacin yin tunani game da Allah. Amma me zai faru da mutum idan Allah ya janye ikonsa daga jikinsa da tunaninsa? Zuciya za ta daina bugawa, kwakwalwa kuma za ta rasa ikon tunani.

Allah shine kaunar Allah a bayan kowace kaunar ɗan adam, tunanin duniya a bayan kowace tunani, babban nufin da ke bayan kowace nufi, babban nasara da ke bayan kowace nasara a duniya, kuma babban iko da ke bayan dukkan iko

Jinin ne a kowace jijiya da kuma numfashin da ke bayan kalmomin

Idan ya janye ikonsa daga gare ni, nan take zan daina magana kuma muryata za ta yi tsit har abada

Da ikonSa bai yi aiki a cikin zukanmu da tunaninmu ba, da mun zama gawawwaki marasa rai

Bari mu kiyaye - Allah ya kiyaye ku - abin da ke da kyau ... kuma mu tuna cewa aikinmu na farko a rayuwa yana ga Allah

Idan muka cika wannan aiki mai tsarki, muna haɗuwa da tushenmu kuma zukanmu suna cike da

farin ciki; wannan shine babban nasara da babban nasara Aminci ya tabbata a gare ku

Labarin Sarkin Ascetic

Tun da daɗewa, a Indiya, wani babban malami mai suna Vyasa ya rayu, marubucin Bhagavad Gita, mafi girman rubuce-rubucen ruhaniya na Hindu Ta hanyar karfinsa na ruhaniya mai girma, ya sami damar kiran ruhi mai girma cikin mahaifar matarsa. Yayin da tayan ke girma a cikinta, uban ya ba wa yaron da ba a haifa ba asirin ilimi da kuma ainihin hikima ta hanyar tunanin matarsa.

A lokacin da aka haifi yaron, an sanya masa suna Sukdeva Godiya ga horo da kulawar mahaifinsa mai hikima, ya tabbatar da cewa yaro ne mai ban mamaki a kowane fanni. Lokacin da yake da shekaru bakwai, ya haddace dukkan littattafan falsafa da hikima kuma a shirye yake ya bar duniya don neman malami mai ilimi don samun karin ilimi.

A Indiya, mai neman gaskiya yana neman malaman ruhaniya har sai ya sami wanda ya fahimci cewa shi ne jagoran da Allah ya aiko masa domin ya cece shi daga duhun jahilci zuwa hasken ilimi.

Idan sha'awar ilimin ruhaniya ta fara, mai neman yana samun koyarwa ta ruhaniya lokaci-lokaci daga tushe daban-daban. Amma idan sha'awar Allah ta yi karfi, Allah zai aiko masa da malamin ruhaniya wanda ya yi imani da ilimin allahntaka, wanda ke aiki a matsayin hanyar tsarkakewa ta jagorantar mai neman ilimi zuwa gidan ruhaniya—zuwa mulkin Allah a cikin ɗan adam.

Lokacin da Sukdeva ya yanke shawarar fara neman jagora na ruhaniya, mahaifinsa ya shawarce

shi da ya je wurin Sarki Janaka, gwamnan lardin Sukdeva ya d'auki littattafansa ya nufi fadar sarki. Da zarar ya shiga kofar fada, sai ya ga sarki zaune a kan karagar zinare mai lu'u-lu'u da lu'u-lu'u, kewaye da wasu mata suna fesa masa magoya bayan itacen dabino (kamar yadda aka saba a zamanin da a Indiya a lokacin bazara mai zafi)

Sarki Gnaka a lokacin (monji) ne a kan karagarsa yana shan taba ta hanyar hookah ta gabas, kuma yaron Sukdeva ya yi mamakin wannan abin da ya gani, ya ce a ransa: "Kun ji mahaifina da ya aiko ni wurin wannan sarkin duniya! Ta yaya mutum mai irin wannan dabi'ar son abin duniya da kuma hali zai zama malamina?!"

Amma Sarki Gnaka sarki ne kuma waliyyi. Ya rayu a duniya amma ba na duniya ba ne. Saboda ci gaba a ruhaniya, ya fahimci ta hanyar tausayi abin da ke cikin zuciyar Sukdeva, wanda ya bar fadarsa ya dawo daga inda ya fito.

Sarki-waliyyi ya aika da manzo bayan yaron, yana rokonsa ya dawo Bayan dawowarsa, malamin da almajirin suka haɗu ido da ido, inda sarki ya sallami mataimakansa nan take suka shiga tattaunawa mai ban sha'awa da zurfi game da Allah da abubuwan al'ajabinsa.

Awa huɗu suka shude, sai Sukdeva ya fara rawar jiki ya ji yunwa, amma bai so ya dame Sarki Gnaka ba, wanda ya nutse cikin tekuna na Allah kuma ya bugu da kaunarsa.

Da zarar wani sa'a ya wuce, sai ga manzanni biyu sun iso, suna ihu: "Mai girma, birnin gaba d'aya yana

ci, kuma harshen wuta yana kusantowa fadar. Shin za ka yi kirki har ka kula da ayyukan kashe gobara?"

Sarki ya amsa, "Ina tattaunawa da abokina Sukdeva game da Allah mai rahama wanda ke kare duk wanda ke neman mafaka a gare shi kuma yana dogara ga taimakonsa. Ba ni da lokacin yin wani abu kuma. Ku bar ni kawai ku je ku taimaki sauran ku kashe wutar."

Bayan wani awa guda, sai manzannin biyu suka koma wurin Sarki Janaka suka yi ihu, "Ya Sarkin Zamani, muna rokonka da ka tafi nan take. An kewaye fadar da wuta, kuma wutar tana gab da dakinka da sauri."

Sarki ya amsa, "Babu matsala! Kada ka dame ni, har yanzu ina shan ruwan inabin allahntaka tare da abokina kaunatacce. Ka tafi ka yi abin da za ka iya."

Sukdeva ya yi mamakin martanin sarki, amma ya yi kokarin kwantar da hankalinsa, ba tare da ya ji wani hayaniya da ke kewaye da shi ba. Bayan dan lokaci kafan, mutane biyu, wadanda harshen wuta ya kone, suka kusanci sarki suka yi ihu da karfi: "Ya sarki mai girma, duba! Wutar da ke ci tana gab da gadon sarautarka! Ka gudu, Mai Martaba, kafin wutar ta cinye ka!"

Sarki ya amsa, "Je ka, don kare kanka, ina jin lafiya da kwanciyar hankali a hannun Allah, Mai Karewa, kuma ba na jin tsoron wuta da harshenta mai lalatawa."

Mutanen biyu sun tsere da rayukansu, kuma wutar ta fara kusantar tarin littattafan Sukdeva da ke

kusa da shi, duk da haka sarkin ya kasance cikin nutsuwa kuma bai damu da duk abin da ke faruwa ba.

A nan, Sukdeva ya firgita ya rasa nutsuwarsa. Ya tashi daga kujerarsa ya fara buga harshen wuta da hannunsa, yana kokarin kare littattafansa masu daraja. Sai Sarki Gnaka ya yi murmushi, da alama, harshen wuta ya bace kamar ba su taɓa kasancewa ba. Sukdeva ya yi mamakin abin da ya gani, ya koma kan kujerarsa, ya cika da mamaki da ruɗani.

A karshe, sarkin ya ce a hankali, "Ya kai yaro Sukdeva, lokacin da ka gan ni, ka yi tunanin ni sarki ne da aka nutsar da shi cikin abubuwan duniya, amma ka kalli kanka! Ka yi watsi da Allah Mai Iko Dukka da Kariya don kare littattafanka, alhali ban kula da mulkina da fadara da ke konewa ba, Allah ya yi wannan mu'ujiza don ya nuna maka cewa duk da son zuciyarka a duniya, ka fi son littattafanka fiye da Allah, kuma ka fi son masarautara, duk da cewa ina rayuwa a duniya maimakon kebewa da kuma bauta wa gumaka."

Sukdeva ta ji kunya, kuma a lokaci guda ta fahimci cewa wannan sarki mai tsarki - kuma babu wani - jagoran ruhaniyarsa - shi ne kuma ba wani ba.

Sarki Ganakka ya roki Sukdeva da ta yi masa gwaji mai tsauri don ya koya masa fasahar rayuwa a duniya ba tare da faɗawa cikin tarkonta ba kuma a ɗaure ta da ka'idodinta. Wata rana, sarki ya ba Sukdeva kwano biyu cike da mai, ya ce masa: "Saka kwano a kowane hannu ka shiga dukkan ɗakunan fadar da kayan ɗakinta masu tsada, ka dawo gare ni bayan ka ga duk abubuwan da ke cikinta. Amma ka tuna cewa ba zan karɓe ka a matsayin almajirina ba idan ka bar digo ɗaya na mai ya faɗi a kan kafet."

Sarki ya nemi masu tsaronsa guda biyu su raka Sukdeva

Wannan gwajin ya yi wahala kwarai da gaske, amma bayan awanni biyu, Sukhdeva ta yi nasara. Bai bar digo ɗaya na mai ya zube daga kwano biyu da suka cika da hannayensa ba.

Sarki ya ce masa, "Sokdeeva, ki gaya min cikakkun bayanai game da kowane ɗaki a cikin fadar."

"Maigidan Sarauta," Sukdeva ya amsa, "hankalina ya dugunzuma gaba ɗaya wajen hana mai ya zube a kan kafet, don haka ban lura da wani abu a cikin fadar ba."

Sarki ya amsa, "Kin ba ni kunya, Sukdeva! Ba ki ci jarabawata ba na roke ki da ki duba komai a cikin ɗakunan fada kuma a lokaci guda kada ki bari digo ɗaya na mai ya zube daga kwano biyu. Ki koma ki sake gwadawa, ki zo wurina idan kin gama ki fada mini abin da kika gani."

Bayan awanni goma, Sukhdeva ta dawo cikin nutsuwa. Bai zubar da mai ba kuma bai yi gumi ko tashin hankali kamar da. Ya kuma iya amsa tambayoyin sarki game da abubuwan da ke cikin fadar da kuma bayyana cikakkun bayanai game da ɗakunanta da cikakken daidaito.

Sarki Gnaka ya yi farin ciki da nasarar da Sukdeva ta samu a jarrabawar, sannan ya ce da murya mai taushi:

"Dana, soyayya ce ga dukiya, ba mallakar kanta ba, ita ce tushen wahala"

Ya Sukhdeva, a wannan duniyar ba mu da komai; an ba mu abubuwa don amfani da su a lokacin zamanmu na ɗan lokaci a wannan duniyar, wasu suna da amfani fiye da wasu, amma ku tuna cewa masu kuɗi da talakawa za su bar komai a baya idan lokacin tafiya ya yi. Bai kamata mutum ya rayu rayuwa mara daidaito ba, yana tunanin Allah kawai da kuma yin watsi da ayyukansa na duniya, kamar mai da hankalinsa kan mai ba tare da ganin abubuwan da ke cikin fadar ba. Amma a ziyararku ta biyu, kun mai da hankali sosai kan mai, amma a lokaci guda kun ga komai a cikin fadar kuma kun shagaltu da mafi kyawun bayanansa. Haka kuma, dole ne ku ci gaba da tunaninku da Allah, kada ku bar man hikima ya zube daga cikin jirgin hankalinku, kuma a lokaci guda ku kasance masu himma wajen yin abin da ke daidai da yin nagarta don taimaka wa kanku da waɗanda Allah ya sanya a cikin kulawarku.

Salam alaikum barka da warhaka

Shin mutuwa mafari ce ko karshe?

Tsawon shekaru da watanni, na gudanar da bincike mai zurfi da ci gaba har sai da na san sirrin rayuwa da mutuwa da kuma ko rayuka za su koma ga jiki bayan sun bar jikinsu da ya tsufa

Ga yawancin mutane, wannan ba komai bane illa ra'ayi, ko kuma kawai imani saboda rashin hujja. Amma ba na magana ne kawai daga imani ba; Na sami shaidar rayuwa bayan mutuwa da sake haihuwa. Saboda haka, zan iya tabbatar da wannan gaskiyar daga gogewata ta kaina.

Ko da yake mutane suna daukar mutuwa da tsoro da bakin ciki, wadanda suka riga mu zuwa wadannan wurare masu farin ciki suna daukar mutuwa a matsayin abin farin ciki, zaman lafiya, da 'yanci.

Rayuwa bayan mutuwa za ta kasance mai ban sha'awa! Ba za a bukaci daukar wannan babban tarin kasusuwa tare da duk wani ciwo da wahalhalu da ke tattare da shi ba. Rayuka a cikin duniyar da ba ta da tabbas suna rike da saninsu kuma suna farin ciki da 'yancinsu daga duk wani kuntatawa na zahiri da na zahiri.

A lokacin mutuwa, mutum yana mantawa da iyakokin jikin zahiri kuma ya fahimci yadda suke da 'yanci. Akwai jin tsoro na dan lokaci: tsoron abin da ba a sani ba, tsoron wani abu da ba a sani ba ga sanin dan adam. Amma sai rai ya fuskanci ilimi mai zurfi da kuma farin ciki mai yawa idan aka 'yantar da shi daga dukkan kuntatawa, musamman jin cewa yana wanzuwa a wajen kejin jiki.

Babu abin tsoro, domin matukar mutum bai mutu ba, yana nan da rai, kuma idan ya mutu, karshensa ne kuma babu abin da zai rage da za a ji tsoro.

Mutuwa abu ne da aka saba gani: sauyi da kowane dan adam ke fuskanta Bari mu ta'azantar da kanmu da gaskiyar cewa mutuwa tana faruwa ga kowa, kuma lokaci ne na hutawa daga nauyin rayuwa da damuwa.

Mutuwa wata kyakkyawar rayuwa ce, amma bai kamata mutum ya yi fatan samunta a matsayin mafaka daga darussa masu tsauri na rayuwa ba. Gudu kuskure ne. Duk abin da mutum yake a wannan duniyar, dole ne ya fuskanci su da jarumtaka da

jarumtaka. Idan mutum ya yi nasarar fuskantar kalubalen rayuwa, mutuwa za ta zama lada mai kyau.

Mutuwa ba karshenta ba ce, amma 'yanci na ɗan lokaci ne da dokar adalci ta Allah (Karma) ta ba wa rayuka lokacin da suka yi ayyukansu da kyau, ko kuma lokacin da ciwo ya kare karfinsu don kada su iya jure rayuwa da ci gaba a kan hanyarsu.

Ga waɗanda ke shan wahala (da waɗanda ke tunani), mutuwa 'yanci ce daga azabar jiki mai raɗaɗi zuwa yanayin natsuwa, farkawa, da kwanciyar hankali Ga tsofaffi, fansho ne da ya cancanci a samu ta hanyar shekaru na aiki da gwagwarmaya mai ɗorewa Ga kowa, hutu ne mai maraba Amma a lokacin wannan hutun, sha'awar barci da ba ta cika ba a lokacin wanzuwar duniya ta farka, kuma rai yana jin bukatar cika su Lokacin da waɗannan sha'awar suka yi karfi sosai, rai yana komawa duniya kuma an sake haifar da shi.

Hakikanin kanmu, ko kuma ranmu, ba ya mutuwa a cikin ainihinsa. Za mu iya yin barci na ɗan lokaci saboda wannan canjin da ake kira mutuwa, amma ainihin asalinmu ba zai taɓa baɗewa ba. Muna wanzuwa, kuma wanzuwarmu har abada ce. Rakuman ruwa suna zuwa bakin teku sannan su koma teku ba tare da sun rasa ainihinsa ba; maimakon haka, suna haɗuwa da teku ko kuma suna dawowa a matsayin wani rakuman ruwa.

Jiki ya fito daga teku mai sararin samaniya kuma zai lalace, amma ainihin ruhin da ke zaune a cikin jiki ba zai taɓa daina wanzuwa har abada ba. Gama halakar wannan ainihin allahntaka ba zai yiwu ba.

Me yasa muke kuka idan wadanda muke kauna suka mutu? Domin muna bakin cikin rashinmu Idan wadanda muke kauna sun bar mu mu yi karatu a makarantu fiye da makarantun rayuwa, ya kamata mu yi musu murna maimakon yin bakin ciki a kansu. Yin bakin ciki ga wadanda suka mutu yana sa su daure a duniya da igiyoyin bakin cikinmu, yana hana su ci gaba zuwa manyan mataakai na sararin samaniya marasa iyaka na Allah.

Mutuwa tana zuwa ga wadanda ke aiki tukuru da himma a rayuwa a matsayin ci gaba zuwa matsayi da matsayi mafi girma. Ga wadanda suka gaza, hakan ma yana zuwa ne don ba su sabuwar dama a cikin sabon yanayi don sake gwadawa da cimma nasara.

Wadanda ba su da wayewa suna ganin mutuwa a matsayin katanga mai kauri wadda ke boye abokansu da kaunatattunsu a bayanta har abada. Amma wadanda ba su da alaƙa da sha'awar son kai, wadanda suke kaunar wasu a matsayin bayyanar Allah ta ɗan adam, sun fahimci cewa a cikin mutuwa, kaunatattunsu suna komawa ga Allah don su hura iska mai faɗi ta 'yanci da farin ciki mai tsarki.

Ya kamata mu aika da tunani mai kyau ga wadanda suka rasu mu roki Allah ya ba su kwanciyar hankali da ta'aziyya a sabuwar duniyarsu. Ana iya yin hakan ta hanyar mai da hankali sosai kan batun da ke tsakanin gira da aika sakon ruhaniya ga kaunatattunmu a lahira. Ya kamata mu kuma aika musu da tunanin karfafawa da kauna. Idan sakonninmu suna ci gaba, tabbas za su ji su kuma su mayar da martani ga yadda muke ji. Domin su ma, suna tunaninmu kuma suna sha'awarmu, kamar

yadda suke farin ciki duk lokacin da muka tuna da su kuma suna aika musu sakonnin kauna da bege.

Kuma rana za ta zo da Allah zai sake hada wadanda suke kaunar juna, kuma za mu san cewa wannan rayuwar dan adam ba ita ce kawai abin da ke wanzuwa ba, amma kawai hanyar haɗi ce a cikin sarkar dangantaka ta har abada da ba ta karyewa tare da abokanmu da kaunatatunmu a wannan rayuwa da kuma gobe.

Salam alaikum barka da warhaka

sakamako mai adalci

Hankali yana kirkira kuma yana kirkira komai, don haka dole ne a shirya da shi yadda ya kamata don kada ya kirkira.

Ra'ayoyi da abubuwa masu kyau ne kawai idan ka riƙe ra'ayi, da himma da kuduri, zai yi

Zai dauki siffar da ake iya gani da kuma gani idan mutum ya iya amfani da nufinsa don dalilai

Kasancewarsa mai amfani da kuma ginawa koyausha, yana zama uban kaddararsa

Akwai hanyoyi guda uku masu mahimmanci don daukar karfin zuciya da kuma sa shi ya zama mai karfi da tasiri:

Zabar aiki mai sauƙi ko sana'a wadda a da ba ta yiwuwa a yi aiki da ita ko kuma a kware ta, da kuma kudurin da ake da shi na yin aiki da ita,

Nasara a wannan aikin ko sana'ar

Da farko, a tabbatar da cewa abin da aka zaɓa ya isa, sannan kada a yi kasa a gwiwa idan aka fuskanci gazawa.

Kuma gazawa

Mayar da hankali kan kokari kan manufa ɗaya da kuma amfani da dukkan kuzari da damar da ake da su don cimma hakan

Wannan shine burin

Yana da matuƙar muhimmanci a tabbatar da cewa, a cikin zuciya mutum mai natsuwa, abin da mutum yake so da kuma kokarinsa

Rokonsa yana cikin mafi kyawun amfaninsa kuma bisa ga nufin Allah. Sannan zai iya amfani da cikakken ikonsa.

Nufinsa na cimma burinsa, yayin da yake mai da hankalinsa ga Allah, tushen dukkan iko

Da nasarorin da aka samu

Tsoro yana raunana kuzarin rayuwa

Hankalin ɗan adam babban rumbunan makamashi ne ko ayyuka masu mahimmanci. Wannan aikin yana

Amfani da shi akai-akai a cikin motsin tsoka da aikin zuciya, huhu, da diaphragm

Tsarin metabolism na kwayoyin halitta da halayen sinadarai na jini, da kuma aikin gabobin ji

(Jijiyoyi) Bugu da ƙari, ana kashe kuzari mai yawa a cikin

Tunani, motsin rai, da kuma nufin

Tsoro yana raunana muhimman ayyuka. Yana daga daga cikin makiyan masu karfi na masu aiki. Tsoro ya dogara ne akan

Ta hanyar matsewa da toshe ayyukan rayuwa wadanda yawanci ke gudana akai-akai zuwa ga jijiyyoyi, yana bayyana kamar haka

Ya gurgunta, don haka jiki ya zama mai kasala kuma kuzarinsa yana raguwa sosai kuma yana raguwa sosai

Tsoro ba ya taimaka maka ka kawar da dalilin tsoronka. Yana raunana niyya kuma yana motsa kwakwalwa fiye da kima.

Don aika siginar hana gabobin jiki Tsoro yana kama zuciya kuma yana kawo cikas ga aikin

Narkewar abinci yana haifar da matsaloli da yawa na jiki Idan sani ya ci gaba da mai da hankali ga Allah

Ba za mu ji tsoron komai ba kuma za mu iya shawo kan kowace cikas da cikas da karfin hali da imani

Buri sha'awa ce da ba ta da kuzari. Niyya ita ce kudurin yin wani abu: cika buri ko

A gefe guda kuma, ana iya bayyana sha'awar Will ta hanyar cewa: "Ina aiki ba tare da gajiyyawa ba har sai na cimma abin da nake so"

"Ina so" Idan mutum ya horar da nufinsa, zai iya sakin ikon ayyuka masu mahimmanci

Kuma yana jagorantar ta, ba wai kawai tana fatan wani abu ba tare da yin abin da ya wajaba ba

Don samun wannan abu

Sabbin kokarce-kokarce bayan gazawa suna haifar da ci gaba na gaske

Ko da gazawa ya kamata ta zama abin karfafa gwiwa ga karfin hali da kuma ci gaban jiki da ruhaniya.

Ga kowane aiki, yana da amfani a yi nazarin duk abubuwan da suka dace, yanayi, da yanayi domin kawar da su

Kawar da yiwuwar maimaita kurakurai iri daya a nan gaba Kashe gazawar ita ce hanya mafi dacewa

Kuma lokacin da ya fi kyau don shuka tsaban nasara

Busawa da naushi daga yanayi na iya haifar da raunuka da raunuka, amma ya kamata mutum ya kasance cikin natsuwa

A tsaye kuma da kawunanmu a sama Ba dole ba ne mu daina kokari, amma mu sake gwadawa

Banda haka, ko sau nawa muka gaza, dole ne mu yi kokari idan muka yi tunanin hakan

Ba mu da karfin da za mu kara gwagwarmaya, har sai mun ji a cikin zuciyarmu cewa mun yi iya kokarinmu

Mun yi iya kokarinmu, kuma za mu yi iya kokarinmu har sai kokarinmu ya yi nasara.

Dole ne mu dage a yakin rayuwa har zuwa karshe, ta amfani da karfin ikonmu mai karfi

Cin Nasara ga dukkan wahalhalun rayuwa

Sabbin kokarce-kokarce bayan gazawa suna haifar da ci gaba na gaske, amma dole ne a hada waɗannan kokarce-kokarce tare da karfafa su.

Tare da kulawa mai kyau da kuma ingantaccen aiki mai kyau

Ko da ka gaza zuwa yanzu, ba hikima ba ne ka daina faɗa ka ɗauki gazawa a matsayin kaddara

Kuma bisa ga kaddara, ya fi kyau mutum ya mutu yana yaki da ya daina kokari matuƙar yana da lokaci

Zai iya cimma abubuwa da yawa, domin kokarinsa zai ci gaba zuwa sabuwar rayuwa ko da bayan mutuwar

Nasara da gazawa sakamako ne mai kyau na abin da mutum ya yi a baya, ban da abin da

Yana yin hakan yanzu Saboda haka, dole ne a farka da ra'ayoyin nasara kuma a sake samun su daga yanayin da suka gabata.

Tare da aiki da kuzari don iya sarrafa tunanin gazawa a rayuwar yanzu

Wahala da matsalolin da mutum mai nasara ke fuskanta na iya zama mafi girma fiye da waɗanda wasu ke fuskanta

Mutumun da bai yi nasara ba ya fuskanci hakan Amma na farko ya horar da kansa ya ki ra'ayin gazawa gaba ɗaya

Kuma a cikin cikakken bayani a kowane lokaci

Dole ne a canza tunani daga takaici da yanke ƙauna zuwa nasara da nasara, daga damuwa zuwa natsuwa

Daga ruɗani na hankali da damuwa ta tunani zuwa mayar da hankali kan tunani, daga ruɗani da hargitsi

Zuwa ga zaman lafiya, kuma daga zaman lafiya zuwa ga ni'ima ta ruhaniya mai tsarki

Idan ka mallaki wannan ilimin kai, manufar rayuwarka za ta kasance da nasara kuma za a cimma ta.

Mai ɗaukaka

Wajibcin nazarin psychoanalysis

Ga waɗanda ke son yin nasara, muna ba da wannan shawara:

Wani sirrin nasara shine nazarin halayyar ɗan adam Dubawa madubi ne wanda mutum zai iya gani ta ciki.

An bayyana zurfin zuciyarka, wanda in ba haka ba, zai kasance a boye daga gare ka. Yi kokarin gano wuraren gazawa.

Bambance tsakanin halaye masu kyau da marasa kyau da kuma halaye masu kyau Yi amfani da nazarin kai don fahimtar inda kake a yanzu

Me kake son cimmawa, kuma waɗanne cikas ne suka tsaya maka a hanya? Ka fayyace yanayin ainihin aikinka

San manufar rayuwarka. Yi kokari ka mallaki dukkan halayen mutum na gaske.

Kuma mai daraja, ba ta motsa sha'awa da sha'awa ba, yayin da take kiyaye tunaninta cikin jituwa da jituwa da Allah

Za ka ci gaba da sauri, lafiya da kwarin gwiwa a kan hanyar zuwa ga burin da kake so

Babban burin shine a sami hanyar zuwa ga Allah Amma akwai ayyuka da nauyi

Dole ne a cika waƙannan abubuwa kuma a cika su a wannan duniyar Karfin iko tare da himma zai taimaka mana

Domin fayyace waƙannan alkawurra da kuma cika su gaba ɗaya

Ikon kirkirar kirkire-kirkire

Menene himma? Iko ne na kirkira a cikin mutum: walkiya daga mahalicci

Rashin iyaka yana ba da ikon kirkirar wani abu da babu wanda ya taɓa kirkira a da, kamar yadda yake bayarwa

Kwarin gwiwar yin abubuwa ta hanyar sabuwa da kirkire-kirkire. Nasarorin da mutum mai ruhi ya samu

Shirin zai iya zama mai ban mamaki da ban mamaki kamar tauraron harbi Kuma da alama yana kirkirar wani abu

Daga babu komai, yana tabbatar da cewa abin da ya yi kama da ba zai yiwu ba hakika yana yiwuwa ta amfani da

Mutum shine mafi girman ikon kirkira na ruhi

Ruhin himma da kirkire-kirkire yana bawa mutum damar tsayawa kan kafafunsa, 'yanci da kuma 'yancin kai;

Daya daga cikin siffofin nasara

Sifar Allah tana cikin kowa

Mutane da yawa suna ba da uzuri ga gazawarsu yayin da suke Allah wadai da wasu. Dole ne mu juya wannan

Matsayin shine a yi watsi da kurakuran wasu (wadanda ba sa cutar da mutane) sannan a sanya kurakuran mu a karkashinsu

Na'urar hangen nesa (microscope)

A wasu lokutan yana da mahimmanci a yi nazari kan wasu, amma a irin wannan yanayin, dole ne mutum ya boye tunaninsa.

Ba tare da son zuciya da wariya ba Tunani mai kyau da rashin son kai kamar madubi ne

Madubin da ke bayyana, mai karfi, wanda ba ya girgiza da hukunci cikin gaggawa. Kuma duk abin da ya bayyana a cikin wannan madubin

Zai bayyana kamar yadda yake a zahiri, ba tare da kawatawa ko murdiya ba

Bari mu ga siffar Allah a cikin kowane ɗan adam, ba tare da la'akari da launin fata ko akida ba. Za mu ɗandani zakin soyayya.

Tsarki shine lokacin da muka ji haɗin kanmu da ɗan adam, ba kafin mu yi hidima ga juna ba.

Mukan manta da karamin kai (idon kai) mu kuma taɓa babban kai wanda ba shi da iyaka ko kuntatawa

A gare ta: Ruhun allahntaka wanda ke haɗa dukkan mutane kuma ya haɗa su wuri ɗaya

Dabi'un hankali suna iko da rayuwar ɗan adam

**Dabi'un ɗan adam suna da ikon hanzarta ko
jinkirta nasara. Ba wahayi ne na ɗan lokaci ko**

**Ra'ayoyi masu kyau, hakika halaye na tunani na
yau da kullun, suna kayyade hanyar rayuwarmu**

**Dabi'un tunani suna da alaƙa da tunanin da ke
jawo hankalin wasu nau'ikan abubuwa da mutane
zuwa gare mu**

**Kuma Yanayi Dabi'un tunani masu kyau suna ba
mu damar jawo hankalin damammaki masu kyau da
amfani, amma**

**Mummunan ɗabi'u na ilimi suna kusantar da mu
ga waɗanda ke da halaye da sha'awa na duniya, da
kuma ga yanayi waɗanda ba su dace ba.**

An ba da shawarar

**Ana iya kawar da munanan halaye kuma a kawar
da karfinsu ta hanyar guje wa duk wani abu da zai iya
tayar da su.**

**Ko kuma a farfado da shi, ba tare da mai da
hankali a kansa ba koyaushe Bayan haka, ya kamata a
mayar da hankali kan al'adar**

**Alheri da kuma yin aiki don ci gaba da haɓaka shi
har sai ya zama muhimmin ɓangare na rayuwarmu
wani abu ne da za mu iya yi**

Ka dogara da shi ka kuma dogara da shi

**A cikinmu akwai kungiyoyi biyu masu adawa da
juna a cikin gwagwarmaya mai ɗorewa: karfin da ke
tilasta mana mu yi abin da bai kamata mu yi ba**

Mukan yi, wasu kuma suna ba mu shawara abin da ya kamata mu yi, abubuwan da suka fi kama da haka.

Wahala Muryar farko ita ce muryar mugunta, yayin da murya ta biyu kuma ita ce muryar alheri ko ta Allah

Ta hanyar darussan da muke koya a kullum masu wahala, muna ganin cewa munanan halaye suna ciyar da itace

Sha'awar abin duniya marar iyaka, yayin da kyawawan halaye ke ciyar da bishiyar buri

Kuma manyan buri na ruhaniya Dole ne a mai da hankali kan ci gaba mai kyau.

Domin bishiyar ruhaniya mai albarka, domin wata rana mu girbe 'ya'yan ilimin kai mai girma

Ciwo

Idan mutum zai iya 'yantar da kansa daga dukkan munanan halaye, kuma idan zai iya yin duk abin da zai iya

Abin da ke da kyau da daraja shi ne kauna ta hanyar girma da kirki, ba wai don mugunta tana kawo bakin ciki da nadama ba

Zai girma cikin ruhi kuma ya ci gaba a kan hanya

Mutum zai sami 'yanci idan ya bar munanan halayensa da son rai kuma ta hanyar zaɓi. Za su sami 'yanci ne kawai idan

Ya zama kwararre, mai iya ba da umarni ga yadda yake ji, tunaninsa, da kuma nufinsa don yin abin da ya dace

**Ya yi hakan, koda kuwa ya saba wa son zuciyarsa.
A cikin wannan ikon kame kai da kuma mallakar kai**

Tsabar 'yanci na har abada tana cikin

**Na ambaci wasu muhimman siffofi na nasara zuwa
yanzu: tunani mai kyau, yin aiki tukuru,**

**Nazarin halayyar ɗan adam, himma, da kuma
kame kai Littattafai da yawa sun jaddada ɗaya ko fiye
daga cikin waɗannan**

**Fiye da waɗannan siffofi, amma bai yarda da ikon
allahntaka da ke bayan abubuwan ba**

**Wannan shine nasara Daidaita nufin Allah shine
mafi mahimmancin abu don cimma nasara**

**Nufin Allah shine karfin da ke motsa duniya da
duk abin da ke cikinta, da kuma duniya da duk abin
da ke cikinta Nufin Allah ne**

**Allah ne ke tura taurari a sararin samaniya, kuma
nufinsa ne ke sanya taurari a kan hanyoyinsu**

**Kuma zagayowar haihuwa, girma, da rubewa suna
mulkin dukkan nau'ikan rayuwa Albarka ta tabbata ga
Allah, kuma albarka ta tabbata ga nufinsa. Mai hikima
kuma mai cikakken sani**

**Aminci, rahama da albarkar Allah su tabbata a
gare ku**

farin ciki na ruhaniya

Ainihin abin da ya faru na farin ciki na ruhaniya
Allah ya ba mu ikon wahayi na ruhaniya: ikon jin daɗin
kasancewarsa a cikinmu Amma mugayen rundunonin
rayuwa sun kirkiro nau'ikan kwaikwayon karya da na
yaudara. Murnar ɗan lokaci na barasa da kwayoyi jabu ne na

abubuwan ruhaniya na gaske. Amfani da barasa da kwayoyi
sau da yawa yakan haifar da sha'awar ayyukan jima'i
wadanda ke hana samun wahayi na ruhaniya ta hanyar
.takaita hankali da sanin jiki sosai

Mutane da yawa suna shan giya don kawar da damuwa
da kuma goge abubuwan tunawa masu zafi da tayar da
hankali. Amma irin wannan mantuwa tana hana mutum
hikimar ruhaniya ta asali—hakika, tana hana shi karfin da ke
taimaka masa ya shawo kan matsalolinsa da kuma samun
.farin ciki mai dorewa

Allah shine tushen farin ciki da farin ciki, kuma yana son
mu nemi ni'imarSa mai sabuntawa koyaushe mu same ta a
cikin kanmu

Akwai wani iko mai rufi, mai kama da Shaidan -
Shaidan, Iblis, Ma'kiyin Kristi, ko kuma Ma'kiyin Kristi - wanda
ke kokarin yin barna ga dukkan kyawawan bayyanannu da
.ra'ayoyi masu ban mamaki a cikin wannan sararin samaniya

A cikin halitta, muna ganin rundunonin alheri da
mugunta guda biyu suna adawa da juna kuma suna saba wa
juna: Allah ya halicci soyayya, kuma ikon aljani ya halicci
kiyayya Allah ya halicci kirki da karimci, kuma ikon aljani ya
halicci son kai da son kai Allah ya halicci zaman lafiya da
jituwa, kuma ikon aljani ya halicci sabani da rikici

Da yake ya san haka, mai neman ya fahimci cewa
barasa da kwayoyi suna da matukar illa ga farin cikinsa
domin suna boye farin cikin ruhaniya na gaske kuma suna
lalata kwayoyin kwakwalwa, suna yin mummunan tasiri ga
hankalinsa da fahimtarsa. Ko da shan giya ko miyagun
kwayoyi sau daya na iya haifar da jaraba, musamman idan
akwai yiwuwar wadannan abubuwa masu cutarwa daga
rayuwar da ta gabata. Dole ne a guji miyagun abubuwa
.domin suna da mugunta

Idan ka fuskanci farin ciki na ruhaniya na gaske, za ka
ga cewa babu wata kwarewa da za a iya kwatantawa. Ya
kamata iyaye su yi kokari koyaushe su cusa wa ' ya'yansu

wayewar ruhaniya ta hanyar koya musu bimbini da fahimta
mai kyau, don kada su fadfa cikin jarabar yin wasa da wutar
.jin dadin yaudara da na karya

Jin dadi na gaske ba shi da iyaka. Amma jin dadin da
ake samu daga barasa da kwayoyi ba ya dadewa kuma suna
.barin nadama da ji na barna kawai a bayansu

Kowace dare, a lokacin barcinmu mai natsuwa da
kwanciyar hankali, muna jin dadin kwanciyar hankali da farin
ciki. Idan muka yi barci mai zurfi, Allah yana ba mu damar
rayuwa cikin yanayi mai kyau da natsuwa na sani, wanda
muke mantawa da duk damuwa da damuwar wannan
duniyar. A cikin tunani, za mu iya fuskantar wannan yanayi
mai albarka ko da a lokacin da muke farkawa, kuma mu
.dandani kwanciyar hankali a wani mataki

Lokacin da farin ciki na Allah ya sauko, numfashina ya yi
sanyi, kuma ruhuna ya tashi, yana jin dadin yin barci dubu a
lokaci guda, duk da haka ban rasa hankalina na yau da
kullun ba. Wannan kwarewar sararin samaniya an tanada ta
ne ga wadanda suka zurfafa cikin zurfin samun mafi girman
.yanayin sani

Idan rayuwarka ta cika da farin ciki mai yawa na Allah,
jiki zai yi shiru gaba daya, numfashi zai daina gudana, tunani
zai natsu, har ma a hankali ya bace. Mai bimbini yana jin
gaskiyar ransa da kusancinsa da Mahalicci, don haka yana
shan ruwan dadi na Allah kuma yana dandano farin ciki
.wanda adadin giya dubu ba zai iya bayarwa ba
Matsakaicin mutum yana jin bacci a iyakar da ke
tsakanin farkawa da barci, yana jin dan gajeren jin dadi,
amma wannan jin yana bacewa da sauri yayin da yake shiga
cikin barci mai zurfi. Barci ba cikakken rashin sani bane
domin, yayin da kake farkawa, kana sane ko barcinka yana
.da natsuwa ko a'a

Akwai yanayi da yawa na barci—wasu haske, wasu
kuma masu zurfi. Amma abubuwan ruhaniya da mutum ke
fuskanta tare da Allah a cikin yanayi na sani sun fi dadi da

wartsakewa fiye da babban farin ciki na barci ko barci (barci
ko barcin da ke gaban yin barci)
Bayan asirai da asirai na barci akwai wadannan farin ciki
masu tsarki

Zan iya ci gaba da kasancewa a kowace irin yanayi da
nake so, sau da yawa ina kasancewa tsakanin duniyar barci
da sanin duniya: a cikin yanayi mai kyau
Hankalin ɗan adam yana da faɗi mai faɗi, mara iyaka,
amma sau da yawa mutum ba ya san hakan. Zan iya
fuskantar yanayi biyu a lokaci guda: barci mai zurfi da
cikakken farkawa. Ko kuma zan iya barci, mafarki, da jin duk
.abin da ke faruwa a kusa da ni a lokaci guda
Wani lokaci ina barci kamar mutum na yau da kullun.

Haka kuma ina iya barci da lura da kaina sosai. A cikin
yanayi mafi girma, jikinka da hankalinka suna barci, duk da
haka kana sane da duk abin da ke faruwa. Wannan yana
yiwuwa ne kawai ta hanyar haɓaka ikon shiga cikin yanayi
mafi girma na sani da gangan da kuma komawa cikin
.yanayin farkawa na yau da kullun

Babu buƙatar jin tsoron barin jiki ba tare da yiwuwar
dawowa ta hanyar tunani, kwanciyar hankali, ko tunani ba.
Wannan ra'ayin, wanda wasu ke tallatawa, ba shi da tushe.

Mannewa ga jiki yana da karfi sosai har ba shi da sauƙi a
guje masa. Ko da sanin ya kamata ya bace, ba zai yiwu a bar
jiki gaba ɗaya ba matuƙar tunanin da ke cikin zuciyar
.mutum ya ci gaba da kasancewa tare da shi

Idan ka yi tunanin wani abu da zurfi, wannan abu zai
zama mafarki, ba tare da wata gaskiya ta zahiri ba. Dole ne
a fahimci bambanci tsakanin tunani da sanin kai. Muhimmin
shaidar sanin kai na Allah - na sanin Allah a cikinka - ita ce
ka kasance cikin farin ciki da gaske ba tare da wani sharafi
.ba

Idan ka fuskanci karuwa da ci gaba da farin ciki a cikin
bimbini, ka sani cewa kana fuskantar kasancewar Allah a
cikin ranka. Duk da haka, idan akwai ɗan hutu ko katsewa a

cikin kwararar farin ciki mai tsarki, wannan shaida ce ta wani
abu na daban a cikin saninka wanda dole ne a kawar da shi
.domin dawo da farin ciki na ciki

Malamin ruhaniya, wanda ya san Allah da gaske, yana
da buri daya: ya ba da jagoranci na ruhaniya ga waɗanda ke
nemansa, yana karfafa su su yi tunanin Allah kuma su
kusance shi a zuciya, rai, hankali, da aiki. Duk waɗanda suka
ji daɗinsa za su sami albarkar Allah ta wurinsa, domin shi
.kayan aiki ne kawai mai tawali'u a hannun Allah Maɗaukaki
Mutum ba zai iya zama tare da Allah kawai ta hanyar
tunanin cewa ya sami wayewar ruhaniya Inganta kai da
gyaran ɗabi'a muhimman abubuwan da ake bukata don isa
ga manyan matsayi Akwai babban bambanci tsakanin sanin
Allah ta hanya mai yiwuwa da kuma saninsa ta hanyar
gaske. Ta hanyar tawali'u, hikima, gaskiya, halin kirki, da
sha'awar zuciya ne kawai mutum zai iya sanin Allah da
gaske. Masu tawali'u ne suka san Allah kuma Allah ya yarda
.da su

Waɗanda suka zurfafa cikin sanin sararin samaniya ta
halitta suna haɓaka iyawa ta ruhaniya da iko akan ikon
halitta Duk da haka, babu wanda ya isa ga sanin allahntaka
na gaske da ke amfani da ikonsa don yin alfahari da nuna
.kansa, ba tare da hikima ko hankali ba
Mutane masu hikima sun fahimci cewa Allah shi kaɗai
ne wakili a cikin rayuwa. Kuma cikin tawali'u, suna danganta
.masa baiwar da ya ba su

Shin duk abin da ke cikinsa ba mu'ujiza ba ne? Kuma
?shin mutum, kawai saboda wanzuwarsa, ba mu'ujiza ba ce
Idan ɗan adam bai gamsu da duk abubuwan al'ajabi da
?Allah ya halitta ba, me yasa waliyyai za su yi karin mu'ujizai
Waliyyan Allah masu adalci ba sa yin komai sai idan
Allah ya umarce su da yin hakan, wani lokacin kuma saboda
.dalilai marasa ma'ana da wahalar fahimta
Zan yi misali da yadda sani mai girma ya bambanta da
sani mai zurfi

Hankali mafi girma shine yanayin da zaka iya - yayin da kake farkawa da barci da kuma cikakken sani - haifar da duk wani jin dadi a jiki ta hanyar da ba ta dace ba kuma ba tare da wani abin motsa jiki na waje ba

A cikin duniyar tunanin da ba a sani ba (duniyar mafarki), za ka iya shan kofi na madara mai zafi, amma wannan gogewar an dora maka ita. A cikin mafi girman sani, za ka iya fuskantar abu daya, ko wani abu, ta hanyar son .sani

Sai dai idan mutum zai iya yin hakan, bai kamata mutum ya yaudari kansa ya yi tunanin cewa ya kai kololuwar wayewa mafi girma ba. Hanya na iya zama mai tsawo, amma tafiya ta mil dubu ta fara da mataki daya. Muddin mutum ya ci gaba da kasancewa mai kyakkyawan fata, babu .wani cikas da zai iya hana cimma burin da ake so

Miliyoyin mutane suna sha'awar abubuwan al'ajabi na tunanin da ke bayyana a lokacin barci. Amma a cikin yanayi mafi girma, za ka iya gani ko sanin abin da kake so, ba ta hanyar tunani ba, amma ta hanyar gaskiya zan iya zama a kan wannan kujera in juya hankalina zuwa kowane wuri in ga .ainihin abin da ke faruwa a can

Wani lokaci almajirai suna rayuwa a cikin tunaninsu, wani lokacin kuma suna hawa zuwa ga mafi girman sani. Kuma akwai wasu zaɓaɓɓun mutane waɗanda suka iya wuce mafi girman sani da kuma samun sanin sararin samaniya: duniyar ruhun allahntaka, wanda ba shi da asali ko dalili

A cikin yanayi na sanin yakamata na ruhaniya, mai neman ba ya buƙatar tunanin da ya gabata don fuskantar abubuwa Lokacin da suka haɗu da sanin sararin samaniya, saninsu yana faɗaɗa kuma yana haɗuwa da kowace kwayar halitta ta rayuwa, yana sanin dukkan sararin samaniya da dukkan halittu. Wannan gogewa wani karin sani ne mara iyaka. Waɗanda suka fuskanci wannan fahimta suna jin suna nan a cikin zaruruwan ciyawa da saman tsaunuka, da kuma

a cikin kowace kwayar jikinsu da kowace kwayar halitta a
.sararin samaniya

Amma sanin sararin samaniya ya wuce haka ma
Lokacin da mutum zai iya jin kasancewarsa a cikin
dukkan rayuwa

Joy kuma ta san abin da ke bayan wanzuwa
Yana haɗuwa da sanin Allah mai cike da dukkan komai
Aminci ya tabbata a gare ku

Hankali

Hankali shine hanyar da za mu iya fahimtar duniyar Siffofi, wanda ba a gane shi ta hanyar gabobi biyar ko hankali ba. Gaskiya ne cewa duniyar Siffofi tana bayyana a cikin kuma ta hanyar duniyar ji, kuma gaskiya ne cewa sanin na biyu yana nufin sanin na farko, amma akwai bambanci a yadda aka san su biyun.

Za mu iya sanin duniyar ji da gani a dukkan fannoni ta hanyar fahimtar ji ko tunani kawai? Hakika babu. Akwai gaskiya, abubuwan mamaki, dokoki, da alaƙa marasa iyaka, a cikin yanayi da kuma cikin jikinmu, waɗanda suka kasance littattafai masu rufewa da boye sirri ga ɗan adam. To ta yaya za mu iya fahimtar duniyar ruhaniya da ta fi gaban dukkan tunani da fahimtar ji?

Hankali yana fitowa kuma yana aiki daga cikin rai, yayin da tunani yana fitowa ba tare da Hankali ba yana ba mu damar tsayawa fuska da fuska da gaskiya, yayin da tunani yana ba mu hoto kai tsaye game da shi

Hankali yana ganin gaskiya a matsayin cikakkiyar halitta saboda wata alaƙa mai ban mamaki da ban

mamaki (tsakaninta da gaskiya), yayin da hankali ke aiki don raba gaskiya da kuma wargaza ta.

Kowanne ɗan adam yana da ikon fahimta, kamar yadda yake da hankali. Kuma kamar yadda ake horar da tunani da kuma inganta shi, haka nan za a iya horar da fahimta da kuma habaka ta. A cikin fahimta, muna cikin cikakken jituwa da gaskiya. Duniyar jin dadi , tare da haɗin kai a adadi) da kuma dokokin ciki waɗanda ke mulkin duniyar ruhaniya, kuma mu ma muna bin Allah

Ta yaya muke tantance wanzuwarmu? Shin ta hanyar fahimtar ji ne? Shin hankalinmu yana sanar da mu wanzuwarmu kuma yana bayyana tushen saninmu game da wanzuwarmu? Ba shakka ba. Jin wanzuwar ba ya dogara ne akan gabobi, waɗanda ba za a iya sanin komai ba tare da fahimtarmu ta farko cewa mu ɓangare ne na tsarin ji da kanta.

Shin fahimtar ji da kuma tsarin tunani suna nuna mana cewa muna wanzuwa? Hakika a'a, domin bayanan tunani sun kunshi ra'ayoyin ji kuma su - kamar yadda ya bayyana - ba za su iya tabbatar mana da cewa muna wanzuwa ba

Aikin tunani ba zai iya ba mu fahimtar wanzuwa ba saboda wanzuwa yana cikin tsarin tunani da kansa Idan muka kwatanta kanmu da duniyar waje kuma muka yi kokarin yin tunani ko yanke shawara cewa muna wanzuwa, sanin wanzuwa yana nan a cikin aikin tunani da tunani Ganin iyakokin tunani da rashin isassun hankula, ta yaya za mu san cewa muna wanzuwa? Amsar tana cikin fahimtar rai ne kawai. Wannan ilimin bayyananne ne. Yana wuce hankali da hankula, waɗanda ba su da wanzuwa ba tare da fahimta ba.

Hankali yana da wahalar bayyanawa domin yana kusa da mu duka Kowannenmu yana jin sa Shin ba mu

san menene sanin wanzuwa ba? Ya saba da rashin yarda da ma'ana Idan ka tambayi wani ta yaya ya san yana wanzuwa, ba zai iya amsawa ba Sun sani, amma ba za su iya bayyana shi ba Suna iya kokarin bayyana shi da kuma bayyana shi, amma kalmominsu ba za su iya bayyana abin da suke ji a cikin kansu ba Hankali yana da wannan ikon a cikin dukkan siffofi da bayyanarsa

Hanya ta huɗu, wadda aka yi bayani a wani wuri, ta dogara ne akan fahimta. Da zarar mun mai da hankali a kanta, haka nan za mu san Allah.

Ta hanyar fahimta, mutum yana zuwa ga sanin Allah, kuma ana kafa alaƙa tsakanin duniyar ji da ta manufa. Ana gane ta a cikin duniyar ji da ta cikinta. Sannan tasirin gaɓoɓin zai shuɗe, tunani masu tayar da hankali ya faɓe, kuma mun san Allah—tushen ni'ima—kuma a cikinmu akwai wayewar sanin Allah Ɗaya da Duk a Cikin Ɗaya. Wannan ita ce fahimtar da annabawa, manyan mutane, da masu hikima na duniya ke da ita.

Hanya ta uku, ko kuma hanyar tunani da aka bayyana a baya, ita ma tana kai mu ga duniyar fahimta idan muka yi aiki da ita da himma da himma, amma hanya ce ta kai tsaye kuma tana buƙatar ƙarin lokaci don ƙirƙirar abin da ke faruwa a cikinmu ta hanyar fahimta kai tsaye ko ilimi.

Saboda haka, ta hanyar fahimta za mu iya sanin Allah a cikin dukkan bayyaninSa, Hankalinmu ba zai iya bayyana mana Shi ba, domin suna ganin bayyanarSa ta waje kawai. Babu wata hankali ko tunani da za ta iya sanin Allah da gaske, domin hankali ba zai iya wuce bayanai da bayanai na ji ba. Yana iya tsarawa da fassara ra'ayoyin ji ne kawai.

Idan gaɓoɓi suka kasa kusantar da mu ga Allah, hankali ma ya gaza domin ya dogara da su. Saboda

haka, dole ne mu koma ga hangen nesa na ciki don bayyana Allah a cikin siffarsa mai albarka da sauran bayyanannunsa.

Duk da haka, akwai cikas da dama ga wannan fahimta mai fahimta, kamar rashin lafiya, raunin tunani, shakku, kasala, burin abin duniya, tunani mara kyau, da rashin kwanciyar hankali Waɗannan cikas ko dai an gada su ko kuma an same su ta hanyar hulɗa da wasu. Ana iya shawo kan sha'awarmu ta gado ga abubuwa masu cutarwa da marasa lafiya ta hanyar kokarin tunani mai karfi, kamar yadda za mu iya shawo kan gazawa da takaici ta hanyar karfin zuciya. Tare da kokarin da ya dace da kuma haɗin gwiwar mutanen kirki—waɗanda suka sadaukar da kansu ga Allah—za mu iya cire munanan halaye daga lambun rai mu dasa nagari a madadinsu.

Sai dai idan mun raka waɗanda suka gani, suka taɓa, kuma suka fahimci gaskiya a rayuwarsu, ba za mu san menene gaskiyar ba.

Ruhin bincike yana cikin kowa, kuma kowane mutum a wannan duniyar mai neman gaskiya ne, wanda shine gadonsa na har abada, kuma yana ci gaba da nemansa, cikin hikima ko da wauta, har sai ya same shi ya dawo da shi gaba ɗaya.

Ba a makara ba Waɗanda suka yi kokari za su yi nasara, kuma waɗanda suka dage za su isa inda za su nufa!

Dan adam da ba a iya gani

Jagora Paramhansa Yogananda

Ra'ayin cewa mutane a matsayin halittu marasa ganuwa ga ido tsirara ya zama kamar ba na halitta ba ne kuma ba shi da ma'ana. Muna ganin kanmu kowace rana a matsayin halittu na zahiri. Amma akwai hanyoyi da yawa da muke bayyana yanayinmu na boye da mahimmanci.

Misali, idan ka rufe idanunka, jikinka zai zama ba a iya ganinsa a gare ka. To ta yaya za ka san kana wanzuwa? Kana jin nauyin jikinka, kuma kana iya ji, ka ji kamshi, ka dandana, ka kuma ji, amma kai kanka ne kawai a cikin tunani da ji. Kai boyayyen jiji ne wanda tunani da yawa ke juyawa a kai. Yanzu buɗe idanunka. Tambayar ita ce: kai ne siffar da kake gani, ko kuma ainihin halittar da ka ji ɗan lokaci da ya wuce da idanunka a rufe?

Mutum mai gani ba shi da wani muhimmanci. Kai ko rai da ke boye shi ne abin da ke da muhimmanci. Yayin da kake barci, ba ka san mutumin da ake gani ba, amma kana sane da kanka domin idan ka farka za ka san ko barcinka yana cikin kwanciyar hankali da natsuwa ko a'a. Saboda haka, boyayyen kanka gaskiya ne. Ba tare da wannan mutum da ba a gani ba, hotonka da ake gani ba zai yi wani ma'ana ko muhimmanci ba.

Ba tare da boyen mutum ba, jiki zai zama mara amfani, kamar gawa marar rai ko gawa mai tauri

Boyayyen zuciya, na ciki shine na gaskiya Duk da haka, abin mamaki, mutane ba sa kokarin yin nazarin yanayin wannan boyen mutum! Hankalinsu ya mayar da hankali ne kan siffar jiki, wanda za su iya tabawa cikin sauki su gani. Saboda haka, suna batar da dare da rana suna kula da jikinsu na zahiri da bukatunsa, ba sa tsayawa su yi la'akari da cewa ainihin abin da ba a gani a ciki shine ainihin gaskiya.

A cikin jiki na zahiri akwai jikin haske mai kamanni iri ɗaya. Duk da cewa ba a iya gani ga mutum, amma ruhin ruhin duniya ne ko kuma na zahiri.

Mutanen da aka yanke yatsa suna jin kamar har yanzu suna nan. Duk wanda ya rasa gaba ya san wannan jin ɗaɗin. Akwai wata abokiyar zama ta boye,

ta boye ko kuma abokiyar zama ga kowace gabobi a jiki. Bayan zuciyar zahiri akwai zuciya ta boye, wadda ba tare da ita ba. Mutane suna da gabobi marasa ganuwa na gani, ji, kwakwalwa, kashi, da jijiyoyi. Waɗannan gabobi, waɗanda sune kyallen haske da aiki, sune jikin ɗan adam marar ganuwa. Jikin duniya ko ta boye yana kama da jikin zahiri da ake iya gani. Bambancin shine cewa siffarsa mai haske da mahimmanci tana da matukar rauni.

Idan jiki ya kamu da nakasa, bai kamata mutum ya shawo kan kansa cewa ganinsa ya bace ko kuma cewa ya rasa hannu ba. Idanu da hannaye marasa ganuwa har yanzu suna nan. Duk da cewa hannun jiki na iya gurgunta, hannun da ba a ganuwa ba ba a nakasa ba. Kada ka taɓa yarda cewa gabobin da ba a ganuwa suna shafar su ta kowace hanya ta hanyar rashin lafiyar gabobin jiki, domin tunani mara kyau zai hana kwararar kuzarin da ke cikin sani zuwa ga gabobin jikin jiki.

Wutar lantarki tana gudana ta cikin wayar. Wanne ya fi muhimmanci: wayar ko wutar lantarki? Wayar tana wanzuwa ne kawai don barin wutar lantarki ta ratsa ta. Kasancewar wutar lantarki ba ta dogara da wayar ba. Haka nan, jiki yana wanzuwa ne don a yi amfani da shi ta hanyar abin da ba a gani, rai, ba akasin haka ba.

Abin takaici, wannan boyen mutum yana daure da jiki! In ba haka ba, za mu iya tafiya a kan ruwa, mu tashi a sararin samaniya, mu koma ga jiki!

Jikin jiki mai lullube yana da fahimtar ji fiye da takwararsa ta zahiri. Mutane sun kirkiro injuna waɗanda, a wasu lokuta, sun fi jikin jiki nesa ba kusa ba, wanda aka iyakance shi da kuntatawa da yawa. Amma yayin da saninka game da jikin jiki ke faruwa, za ka ga cewa yana iya jin abin da kunne ba zai iya ji

ba kuma yana iya ganin abin da ido ba zai iya gani ba. Hakanan yana iya kamshi, dandana, da taɓa abubuwa fiye da sararin ji na zahiri.

Mutane koyaushe suna damuwa da kuma sha'awar fitilar jiki ba tare da sun taɓa neman wutar lantarki ta sirri da ke haskaka wannan fitilar ba.

Mutum mai gani ya kunshi abubuwa goma sha shida: sinadarai masu guba waɗanda za a iya siyan su a kasuwa! Jikin zahiri ba shi da wani amfani idan aka kwatanta da abubuwan da ke cikinsa. Lokaci ya yi da ɗan adam zai fahimci ɗan adam da ba a gani. Wannan ɗan adam mai boye shi ne wanda ke da iyawa, tunani, da kuma aboki wanda yake kauna kuma yake tunani, kuma ba tare da shi ba, jiki na zahiri ba shi da komai sai sinadaran da aka haɗa shi da su.

Dole ne a mayar da hankali kan hankali zuwa ciki, nesa da ɗan adam da ake iya gani a zahiri.

Jikin jiki yana fama da ciwon baya da ciwon mara, kuma yana lalacewa da lalacewa yayin tsufa. Kullum yana kuka, yana nishi, da kuma sha'awar wannan ko wancan.

Mutum da ake gani ba zai iya jure faɗuwa mai karfi, mai murkushe kashi ba, kuma wani lokacin yana raguwa daga kugiyar karamin fil kawai.

Mutum marar ganuwa ba shi da wata illa. Yana da 'yanci kuma ba shi da kamewa. Zai iya kawar da dukkan matsaloli da damuwa na jiki.

Boyayyen ɗan adam da ke cikinmu shine ainihin kanmu

Cewa abin da ke bayan kwayoyin halittar jiki shine rai, wanda ba ya canzawa, ba ya canzawa, kuma ba ya taɓa fuskantar sauyi ko halaka.

Mutum zai iya tunanin cewa su ne jiki, amma ba su bane. Ana iya narkar da kankara kuma ta face daga gani ta hanyar kafewa. Wannan tsari za a iya

juyawa ta hanyar narkar da tururin ya zama ruwa sannan a daskare ruwan ya koma daskararre.

Rayuwa cikin sanin jikin jiki kawai yana da illa a ruhaniya domin jiki yana iya fuskantar radadin rashin lafiya, rauni, yunwa, da mutuwa. Bai kamata mu shawo kan kanmu cewa mu kawai wannan jiki ne da ake iya gani, wanda ke iya lalacewa da lalacewa ba.

Ba za a iya kashe ko cutar da ɗan adam da ke cikinmu ba. Shin bai kamata mu yi kokari sosai don fahimtar yanayinmu na har abada da ba a sani ba?

Ta hanyar kara iliminmu game da wannan boyen mutum, za mu iya sarrafa ɗan adam da ake gani, kamar yadda manyan malamai suke yi. Waɗanda ke jin ikonsu na tsarki kuma suna jin kasancewar boyen mutum na ciki za su iya nisantar kansu daga wahalar jiki, ko da lokacin da ɗan adam da ake gani yana cikin damuwa da haɗari.

Mene ne hanyar cimma wannan ikon mallaka?

Ya kamata a yi amfani da karin lokaci a cikin kwanciyar hankali na tunani da kwanciyar hankali Wannan na iya zama kamar ba a so da farko, domin rayuwa tare da sanin jiki da kuma ganewa da yawa tare da abubuwan da ke cikinsa yana sa ya yi wuya a yi tunanin wani abu banda matsalolin mutum, sha'awa, da bukatunsa marasa iyaka. Amma wani sabon salo zai buɗe a cikin sanin ɗan adam lokacin da mutum ya tabbatar da asalinsa na ruhaniya kuma ya shawo kan kansa cewa an haliƙce su cikin kamannin Allah mai tsarki, cewa ba za a iya lalata rayuwarsu ta kowace hanya ba, kuma su ne halittun da ba a boye ba, har abada.

Cewa an haliƙci ɗan adam marar ganuwa cikin siffar Allah, yana da 'yanci kamar ruhun allahntaka. A cikin ɗan adam da ake gani, duk kuntatawa da matsalolin duniya suna nan. Da zarar mun san

jikinmu, muna daurewa da iyakokinsu. Wannan shine dalilin da ya sa manyan mutane ke koya mana mu rufe idanunmu mu tunatar da kanmu - ta hanyar yin bimbini kan boyewar kai - cewa ba a daure mu da iyawar jiki mai iyaka ba.

Sau da yawa na kan tabbatar da imani da yakini, "Ba a daure ni da jikina ba Duk inda na so in je, ina nan da nan"

Za ka iya cewa, "Wannan ra'ayi ne kawai" To amma menene ra'ayi? Duk abin da kake gani a kusa da kai ra'ayi ne na gaske Ba za ka iya tunanin komai ba tare da tunani ba Tunanin kansa ba a gani ba ne, duk da haka yana sa duk abin da muke gani gaskiya ne Don haka, idan za ka iya sarrafa tunaninka, za ka iya sa komai ya bayyana, kuma za ka iya ganin komai ta hanyar ikon mayar da hankalinka kan hankalinka

Idan ka mayar da hankalinka sosai da zurfi, za ka iya ganin abin da kake tunani da idanunka, kamar dai kana ganinsa da idanunka na zahiri. Tunanin da ba a gani ba za a iya canza shi zuwa abubuwan da ake gani a gani.

Idan ka rufe idanunka, ba za ka iya ganin jikinka ba, amma yana nan a zahiri a gare ka. Don haka me ya sa kake tunanin cewa boyayyen mutum ba gaskiya ba ne kawai saboda ba za ka iya ganinsa ba?

A cikin bimbini, kana kallon duhun da ke bayan idanu a rufe sannan ka mayar da hankalinka kan boyen kai ko rai da ke cikinka

Ta hanyar yin horo da kai da kuma mayar da hankalinka zuwa ciki bisa ga dabarun tunani na kimiyya da jagorar ruhaniyarka ta bayar, za ka girma a hankali a ruhaniya. Tunaninka zai yi zurfi, kuma zuciyarka da ba a gani - siffar ruhaniya ta Allah a cikinka - za ta zama gaskiya a gare ka. A cikin wannan farkawa mai cike da farin ciki na sanin kai, sanin jiki

wanda a da yake da gaske ya zama ba gaskiya ba, kuma ka koyi cewa ka gano ainihin kanka, wanda ba za a iya cin nasara da shi ba kuma ka fahimci cewa kai ɗaya ne da Allah.

Za ku kuma fahimci yadda ɗan adam marar ganuwa yake ɗaure da jiki ta hanyar haɗe-haɗe waɗanda suke igiyoyin tunani da motsin rai da kuma sha'awar wasu abubuwa na musamman a matakin duniya.

Amma idan, ta hanyar zurfafa tunani, za ka iya warware ko yanke waɗannan sarkoki, za ka 'yantu kuma za ka san cewa kai ne siffar Allah. Nemi ɗan adam da ba a gani da ke ɗaure a cikin dajin abubuwan jin daɗi na zahiri da na zahiri.

Da ka san wannan ɗan adam marar ganuwa sau ɗaya kawai, da ka fahimci cewa jikin zahiri shine harsashinsa na waje, kuma yana da jiki mai haske da kuma jiki na ciki na ilimi, kuma da ka fahimci irin wannan mutum mai ban mamaki!

Mayar da hankalinka kan wannan halin da ba a gani ba Mutum da ake gani mafarki ne da yaudara. Kai na ciki ko na ganuwa shine na gaskiya. Idan ka fahimci wannan, za ka san cewa kai ba nama da jini ba ne, amma kai boyayyen mutum ne wanda ba zai iya kaiwa ga lalacewa da halaka ba.

Kai rai ne, kuma rai ba ya mutuwa! Kada ka yi tunanin cewa kabari shine karshenka. Lokacin da jiki na zahiri ya mutu, rai yana komawa zuwa wani matakin rayuwa. Babu abin da ya lalace da gaske. Tsarin jikin asali yana nan a cikin ether.

Mutane suna jin cewa kaunatatunsu da suka mutu sun tafi har abada saboda ba su da hankali don ganin su a cikin siffafi masu haske a cikin sararin samaniya inda suke zaune Kullum kuna tunani akan waɗannan gaskiyar, kuma ku maimaita wa kanku -

idan kuna sha'awar wadannan al'amura - "Ni kirar Allah ce mai haske, ni madawwami ne kuma ina yawo a cikin mulkin Allah har abada"

Kai ne wannan halitta ta boye wadda mutuwa ba za ta iya tabawa ba kuma rashin alheri ba zai iya shafar ta ba, kuma za ka ci gaba da wanzuwa har abada. To me ya sa ba ka gane rashin mutuwa ba yanzu?

Idanunmu na zahiri suna ruƙe mu mu yi tunanin cewa wannan duniyar biyu gaskiya ce Buƙe idanunku na ruhaniya ku ga siffarku da ba a gani ba Lokacin da idonku na ruhaniya ya buƙe cikin nutsuwar shiru na ciki, boyayyun za su bayyana

Idan kana tunani, mafarki, kuma kana mai da hankali sosai, kai ne mutumin da ke boye daga gani. Wannan mutumin shine ainihin wanda yake, kuma mutumin da ake gani shine kawai inuwar su.

**Ka manta da inuwar ka tuna da ainihin abin
Ka zama ɗaya da mutumin da ba a gani ba
Tsarkakken siffar Ubangijin dukkan halitta!
Salam alaikum barka da warhaka**

Gabatar da sanin sararin samaniya

Ba za a iya cimma fahimtar sararin samaniya ba matuƙar akwai ɗan girgizar hankali ko kuma karamin motsin rai na damuwa. Dabarun na tunani na kimiyya suna inganta ingancin mayar da hankali kan tunani sosai kuma suna haɓaka ikon mutum na sarrafa tunaninsa, ta haka ne za su cece su shekaru na yawo mara amfani a cikin duniyar waɗanda ba su sani ba. Ba mu musanta amfanin wanda ba su sani ba a matsayin ma'ajiyar tunawa da kuma matsayin wurin barci da mafarkai. Duk da haka, wannan duniyar na iya zama cikasku ga tunani, kuma yana da nasa sha'awa

ga waɗanda ke da sha'awar fantasy da sha'awar haɗuwa da duniyar ruhaniya ta hanyar shiga cikin duniyar tunanin tunani waɗanda ba su da gaskiya ko darajar ruhaniya kuma ba su da bambanci sosai da mafarkai na yau da kullun a cikin dare. Hanyoyin tunani na kimiyya, ban da kokarin mutum, suna daga hankali zuwa ga yanayi mai girma na sanin kai da jituwa da Allah.

Abin da ya kamata a guje wa shi ne cewa duniyar da ke cike da abubuwan da suka faru na ruɗani, waɗanda wasu ke kuskure ga na ruhaniya, amma waɗanda ba su da wani abu sai na ruhaniya, ba za a iya cimma su ba tare da mai da hankali kan Allah ba. Hankali mai zurfi shine yanayin sha'awar tunani gaba daya da kuma cikakken natsuwar sani. Yanayin wanzuwa shine motsi, yayin da yanayin ruhi shine natsuwa ko rashin motsi. Saboda haka, Hankali yana da mahimmanci don jituwa mai tsarki. Hanyoyi da fasahohin natsuwa da tunani da aka koya a cikin darussan na sanin kai suna haifar da cikakken daidaito na sanin ɗan adam da sanin allahntaka.

Hanya ta duniya ita ce yin wa'azi da yawa da kuma yin aiki kaɗan. Kuna iya jin lacca game da zuma sau ɗari, amma ba za ku san ɗanɗanonsa ba sai kun ɗanɗana shi. Haka nan, ainihin kimar kowace koyarwa za a iya fahimtarta ta hanyar aiki ne kawai. Dole ne mu yi amfani da koyarwar annabawa da manyan mutane. Sannan gaskiyarsu za ta zama gaskiyarmu, kuma za mu fahimci cewa ana iya tabbatar da gaskiya kuma a nuna ta, kuma ta zama ta gama gari. Lokacin da muka yi tafiya cikin hasken gaskiya, komai imaninmu ko tafarkinmu, Allah zai karɓi aikinmu kuma ya haɗa mu cikin waɗanda Ya zaɓa.

Dole ne mutum ya bi hanyar gaskiya da gaskiya da juriya. Ka tuna, masoyi mai nema, cewa a tsakanin miliyoyin mutane, kaɗan ne kawai ke neman Allah da gaske. Ko da a tsakanin waɗannan masu neman, kaɗan ne kawai ke dagewa har zuwa karshe. Amma wanda ya ci gaba da bin hanyar zai san Allah. Muddin zuciyarsa tana tare da Allah, za su cimma burin da suke so, komai yawan lokacin da suka yi tuntube suka faɗi. Muddin manufarsu tsarkakakkiya ce kuma manufarsu tsarkakakkiya ce, ba su da abin tsoro, kuma ba za su yi bakin ciki ba.

Saboda haka, dole ne mu yi iya koƙarinmu don mu mai da tunani game da Allah abin da za mu iya rayuwa a rayuwarmu. Imani cikin bangaskiya abu ne mai mahimmanci kuma mai mahimmanci, domin kawai yin zato yana kara girman kai da nisantar da su daga ainihin manufarsu.

Ina fatan Allah Madaukakin Sarki zai kasance a matsayi na farko a rayuwarku kuma ba za ku taɓa mantawa da Shi ba, ko da na ɗan lokaci. Kada ku gamsu da jin daɗin wannan duniyar, amma ku sanya Allah ya zama wurinku mai albarka kuma babban burinku a rayuwa. Bayan jiki mai iyaka akwai Cikakke mara iyaka. Ba na magana game da al'amuran ruhaniya sai dai idan na ji Allah yana tare da ni kuma ina cikin cikakken jituwa da Shi. Kuma lokacin da na yi magana daga wannan sanin, na san cewa kalmomi na suna cike da ruhun gaskiya, kuma duk masu neman gaskiya za su fahimci gaskiyar abin da nake faɗa.

Akwai waɗanda ke rikitar da gaskiya da ruɗani, suna nanata cewa gaskiya tatsuniya ce da ruɗani,

kuma ruɗani gaskiya ce da haske da ke haskakawa a cikin duhu.

Ikon mai da hankali yana da matukar muhimmanci a kan hanyar ruhaniya don ci gaba da ci gaban ruhaniya Ba tare da mai da hankali kan tunani ba, ba za a taɓa samun Allah ba. Dole ne mu koyi rufe tagogi na sani don hana shigar wasu murɓoyi na duniya da abubuwan da ke ɗauke da hankali.

Idan aka daidaita sani kuma aka daidaita shi ta ruhaniya, ana samun alaƙa ta gogewa, kuma mai neman ya ji kasancewar Allahntaka Allah yana tare da ɗan adam da kuma ko'ina. Duk da haka, rashin iya fahimtar kasancewarsa ya samo asali ne daga shagaltuwa da tunani da yawa game da al'amuran duniya. Hankali mai zurfi, ko tunani a kan Allah, shine kayan aikin da ke ba mu damar jin kusancinsa. Don haka, Sufaye suna shiga cikin tunawa akai-akai, suna maimaita sunan Allah (kamar "Babu wani allah sai Allah" ko "Ya Rayayye, Ya Mai Dogara da Kai") har sai dukkan halittarsu ta nutse cikin ma'anar. Sanin su sannan ya sauya zuwa ga yanayin ruhaniya cikin sauki, kuma suna fuskantar yanayi na farin ciki na ruhaniya iri ɗaya da waɗanda yogis suka fuskanta a cikin zurfin tunani. Kwarewar ruhaniya ɗaya ce, duk da hanyoyi daban-daban na cimma hakan.

Allah ba shi da nisa da ɗan adam. Dan adam ne ke nisanta kansa da Allah da gangan ta hanyar tunaninsa da ayyukansa. Idan ka fahimci haske na ruhaniya na gaske a cikin bimbini, ka yi ƙoƙarin fahimtarsa ka kuma ji cewa kana cikinsa: ɗaya da shi Allah yana tsakiyar wannan hasken—haske a kan haske. Kuma yayin da kake kusantar wannan haske mai albarka, haka nan kake kusantar Allah.

Alamar musamman ta hasken allahntaka ita ce ganinsa koyaushe yana tare da jin dadi ko farin ciki nan take da karfi wanda ke ratsa kowace kwayar zarra a cikin kowace kwayar halitta ta kowace kwayar jiki. Wannan jin dadin ba mafarki ba ne; a maimakon haka, wasu suna ganin yana da wuya su jure tsananin farin cikin ruhaniya saboda hankali da jiki ba su saba da shi ba. Wannan farin ciki shine babban burin, kuma masu albarka ne wadanda suka dandani ruwan zarra, domin sun sha daga mabuɓɓugar ruwan rai na rayuwa.

Da zarar mutum ya sami kwanciyar hankali yayin da yake mai da hankali, to, za a sami karin zurfi da nasara a cikin bimbini a kan Allah. Idan lokacin da aka kashe wajen karanta littattafan ruhaniya an kebe shi ga bimbini, ci gaba, a hankali da kuma a ruhaniya, zai fi girma. Masu neman gaskiya suna rage barcinsu kuma suna kebe karin sa'o'i ga bimbini domin sauran da suka samu a bimbini ya fi barci karfi da wartsakewa sau dari.

Sai dai idan mutum zai iya rufe muryoyin da ke cikin tunaninsa, ba zai iya isa ga Allah ba. Wannan shine dalilin da ya sa annabawa da waliyyai suka nemi mafaka a cikin kogo, duwatsu, da dazuzzuka. Akwai bukatar a nutsar da kai a cikin nutsuwa ta ciki ta hanyar yin natsuwa da tunani, sannan za a sami babban kwanciyar hankali da farin ciki mai zurfi. Kamar yadda nassoshin hikima suka ce:

Wanda ya 'yantu daga sabbinsu sha'awa da sha'awar dukiya, wanda ke iko da zuciyarsa da tunaninsa (motsin zuciyarsa da tunaninsa) kuma yake neman wuri mai natsuwa, dole ne koyaushe ya yi kokarin haɗuwa da ruhin duniya.

Akwai kuma buƙatar ƙarin yin aiki na yin shiru a wuraren ibada. Ya kamata mu rage magana da yin bimbini sosai. A lokacin horon ruhaniya da nake yi a Indiya, malamina, Sri Yuktiswar, yakan ba mu lacca sau ɗaya kawai a lokaci-lokaci. Yawancin lokaci, muna zaune a kusa da shi cikin shiru da kuma mai da hankali sosai.

Jagora na ruhaniya na gaskiya yana da fiye da ilimin da aka rubuta daga gare shi, za mu iya koyon hikima da ilimin tauhidi domin ya san kuma ya san cewa ya sani, domin ya san gaskiya a cikin kansa, kuma ba wai kawai ya karanta littattafai ba.

Sararin samaniya ya kasu kashi biyu ko siffofi Halitta bangare ne na sararin samaniya, a daya bangaren kuma Allah ne kadai, inda halitta ba ta wanzu kwata-kwata. Wannan shine duniyar duhu wadda ba duhu ba ce kuma haske ba shi da haske. Inda babu rana da ke fitowa, babu wata da ke haskakawa, kuma babu wuta da ke haskakawa, akwai madawwamin mazaunin Allah na har abada.

Wannan nau'i biyun kuma ya shafi sanin ɗan adam. Dan adam yana da bangarori biyu: ɗaya a bayyane ɗayan kuma ba a gani. Da idanu a buɗe, kuna fahimtar wanzuwar bayyananna kuma kuna ganin kanku a cikinta. Da idanu a rufe, ba ku ganin komai sai duhun wofi. Duk da haka, hankalinku yana nan a bayyane kuma yana aiki. Idan, ta hanyar zurfafa tunani, za ku iya shiga cikin duhun da ke bayan idanu a rufe, za ku fahimci hasken da dukkan halitta suka fito daga gare shi. A cikin yanayi na farin ciki na ruhaniya, sani ya wuce haske bayyananne kuma ya shiga cikin duniyar sani na duniya, wanda ke wanzuwa a bayan dukkan siffofi da siffofi na halitta.

Wannan sani ya wuce dukkan fahimtar ji. Dangane da ainihinsa, jin dadinsa, da kuma yanayin da ke tattare da shi, yana da wuya a ba su hakkinsu a cikin cikakken bayaninsa saboda suna cikin wani bangaren ruhaniya da mutane ba sa yawan ziyarta, duk da wanzuwar gaskiyarsa da gaskiyar kasancewarsa.

Allah ya ba mu dama mu fuskanci, a cikin saninmu, yadda dokokin da ke tafiyar da sararin samaniya ke aiki. Wannan yanayin sani mara tsari, wanda ake iya gani ko da idanu a rufe, za a iya kwatanta shi da sararin da ba shi da iyaka (duhu ba tare da duhu ba) da kuma (haske ba tare da haske ba), inda Allah yake wanzuwa ba tare da kowace siffa, halaye, da abubuwa biyu da suka siffanta halittarsa ta zahiri ba. A cikin wannan fadin dawwamammen da ba shi da iyaka bayan halitta, Allah kadai yana wanzuwa a cikin sanin cikakken ni'ima, yana nan har abada, yana sani, kuma yana sabuntawa. Wannan sani yana kin kwatantawa da kwatantawa domin yana da matukar kebancewa. A cikin wannan dawwamammen da ke cike da cikawa da rashin iyaka, babu duniyoyi ko halittu na kowace iri. Amma a dayan gefen sararin samaniya, Allah yana jin komai - dukkan halitta - a cikin kansa.

A cikin duniyar da ba a gani ba akwai masana'antar sararin samaniya. Wani masanin ilmin taurari ya lura cewa sararin samaniya abin mamaki ne kwarai da gaske; komai yana fitowa daga gare ta kuma yana narkewa a cikinta. To, ina kwayoyin zarra, abubuwan da ke cikinta, da dukkan duniyoyi suke bacewa zuwa?

Duk lokacin da abu ya yi kama da abin sha'awa da jan hankali, rufe idanunka Ka duba cikin kanka ka yi

tunani game da tushen rayuwa Ba za ka iya ganin komai ba kuma ka ji komai, amma duk abubuwan da ake gani suna fitowa daga wannan tushen da ba a gani ba (Haske yana haskakawa cikin duhu) (Hasken sammai da kasa) Idan ka ci gaba da kallon duhu da natsuwa, za ka ga wannan babban haske. Domin bayan duhu akwai sanin ruhaniya, kuma bayan duhu akwai wasu wurare (A gidan mahaifina akwai gidaje da yawa) (Kuma gidan Lahira ya fi kyau, kuma gidan masu adalci ya yi kyau!)

Hankali na Duniya yana wanzuwa kai tsaye fiye da sararin samaniya Bayan sanin ɗan adam akwai sanin Allah Ya isa wannan jahilcin kasancewarsa Dole ne mu motsa mu kuma mu murɗe duhun ta hanyar tunani kuma kada mu tsaya har sai mun same shi A can, a cikin Cikakken Maɗaukaki mara iyaka, akwai fahimta marasa adadi, wahayi na ciki marasa adadi, da mafita ga dukkan matsalolin rayuwa.

Gaskiyar da na fahimta ta hanyar zurfafa bincike tana bayyana dokokin ilimin halittar jiki waɗanda aka gano a kimiyyance ta wasu hanyoyi. Lokacin da na rufe idanuna, zan iya ganin kwararar rayuwa mai haske tana gudana ta cikin jikina. Kada ka yi tunanin kai kaɗai ne a cikin nutsuwar da kake fuskanta. Allah yana tare da kai, kuma babu dalilin da zai sa ka yi tunanin cewa ba Shi ba ne. Iska tana cike da kiɗan da masu karɓa ke ɗauka. Don haka yana tare da Allah. Yana tare da mu a kowane lokaci na rayuwarmu. Amma don mu fahimci kasancewarsa, dole ne mu yi zurfin tunani. Bai kamata mu bar idanunmu su rufe a cikin barci ba kafin mu sami ko da karamin alama cewa Allah yana tare da mu; sai kawai a lokacin ne za mu iya yin barci mai kyau da kwanciyar hankali. Kuma kai, wanda ke sha'awar kuma yana daɗe, ka kalli

duhu sosai har sai ka gano asirinsa masu ban mamaki.

Wata rana, ina zaune a dakin karatu na da misalin karfe huɗu na yamma sai numfashina ya bace kuma gabobina suka yi tauri Na ga kaina ina shaida yadda mutuwa take Numfashi da motsi suka bar jikina, duk da haka na kasance cikin sani Abin mamaki ne na ga jikina da dukkan yanayi a matsayin hotuna masu motsi na sararin samaniya waɗanda suka kunshi hasken allahntaka. Na yi ihu da farin ciki, "Babu mutuwa, Allahna! Wannan duniya gaba ɗaya ba komai ba ce illa hoton hoto mai motsi!"

Mai mulki da ke zaune a kan kujera ko karagarsa zai iya cewa: "Ni ne shugabanni masu biyayya da suka rusuna mini." Amma bari mutuwa ta kai wa maigidan da aka yi masa biyayya ɗaya daga cikin manyan bugunsa, zai zama abin da ya wuce

Abokai na, sarki na gaskiya shine wanda yake kaunar Allah, yana jin kasancewarsa a cikin dukkan halittu, kuma yana kula da wasu kamar yadda yake kula da kansa Har mutuwa ba za ta sa shi tsoro ko tsoro ba, domin yana ganin hakan a matsayin hanyar shiga mulkin Allah (inda za su dawwama har abada)

Akwai hanyoyi uku na faɗaɗa sanin ɗan adam zuwa ga sanin sararin samaniya. Na farko ita ce hanyar zamantakewa, inda muke kawar da son kai daga rayukanmu kuma muna shirye sosai don taimaka wa mutane da kuma yi wa waɗanda ke cikin bukata hidima. Dole ne mu kasance masu aminci da aminci ga abokanmu kuma mu ji kauna ga kowa da Allah ya ba mu iyalai domin mu faɗaɗa iyakokin saninmu ta hanyar nuna kulawa ta gaske ga wasu da kuma yin aiki a gare su. Muna koyon kauna da sadaukarwa ga

kaunatattunmu a rayuwar iyali, kuma ta haka muke samun ɗan faɗaɗa a cikin saninmu. Amma wannan bai isa ba. Soyayya da ke iyakance kanta ga da'ira mai kunkuntar ta zama mai iyaka kuma ba za ta iya faɗaɗawa ba. Lokacin da ta zama ba ta da wani amfani, da'irarta tana girma kuma isa gare ta tana faɗaɗa. Dole ne a kula da irin wannan soyayya, kuma dole ne mu yi kokarin ba wa kowa irin kaunar da muke ji wa iyalinmu da kaunatattunmu, muna aiki wa wasu kamar yadda muke yi wa kanmu (Allah yana son waɗanda suke yin alheri). Wannan ita ce hanyar zamantakewa don samun sanin sararin samaniya - hanyar hidima da kauna.

Allah yana kaunarmu daidai gwargwado a matsayin babban iyali guda ɗaya na sararin samaniya kuma yana tsammanin mu kaunaci junanmu. Idan muna kauna, muna jin farin ciki; idan ba ma kauna, muna azabtar da kanmu da azaba da wahala.

Tunanin duniya dole ne ya canza. Dukanmu muna nan saboda ainihin yanayinmu yana da komai.

Ina samun farin ciki wajen bayarwa ga wasu kuma ina jin daɗin ganin farin cikinsu. Idan muka kaunaci wasu kuma muka tausaya musu, sai mu ga cewa dukkan rayuwa tana amsa mana. Annabawa da manyan mutane sun nuna mana hanyar cimma fahimtar sararin samaniya. Wannan shine yadda ya kamata mu ba da kauna, hidima, da tausayi da son rai.

Mutum mai sanin yakamata a duniya mutum ne mai farin ciki. Ba sa iyakance kaunarsu ga wasu mutane kaɗan, suna ware kowa daga da'irar kauna da tausayinsu. Wannan shine yadda ya kamata mu ɗauki duniya gaba ɗaya a matsayin iyalinmu. Wannan sanin

yakamata yana tare da ni koyaushe, kuma ina jin cewa kowa nawa ne. Mutum mai sanin yakamata a duniya yana kaunar dukkan mutane kamar yadda yake kaunar 'yan'uwansa maza, mata, iyaye, da abokai.

Hanya ta biyu zuwa ga sanin sararin samaniya ita ce ta hanyar horar da kai. Bai kamata mutum ya fada cikin jarabawa fiye da kima ba. Jin dadin abubuwa abu ne mai kyau, amma bai kamata zuciyarsa da ruhinsa su manne da su ba. Waɗanda ke son faɗaɗa iyakokin saninsu dole ne su kasance masu 'yanci a tunani da aiki, masu kirki, masu laushi, da dadi, masu tarbiyya, masu sarrafa sha'awarsu, guje wa bauta ga halaye masu cutarwa, da kuma yin aiki daidai da imaninsu mai kyau, waɗanda suka dace da ɗabi'a da ɗabi'a. Yana da mahimmanci a haɓaka kamun kai da kuma wuce abubuwa biyu na zafi da sanyi, farin ciki da bakin ciki, lafiya da rashin lafiya domin samun fahimtar sararin samaniya.

Dole ne mu jure komai ba tare da tashin hankali ko tashin hankali ba. Wanda bai ɗaure kansa da igiyoyin wannan duniyar ba, kuma bai bar motsin rai mara iyaka ya jefa shi ko ya yi masa katsalanda ga zaman lafiyarsa ta ruhaniya ba, yana da fahimta ta gaskiya da hikima mai zurfi. Hanya ta uku ita ce ta metaphysical. Mai neman dole ne ya 'yantar da kansa daga kuntatawar jiki ta hanyar tunani mai kyau don ya hango sararin sama na sani da taɓa girmansu. Ana samun wannan ne kawai ta hanyar kwantar da hankalin tunani da ke lalata tafkin rai, yana haifar da rakuman ruwa da hargitsi a cikinsa. Lokacin da tunani mai rikitarwa ya ragu, saman ruwa ya natsu, kuma sararin sama da duk abin da ke cikinta sun bayyana da haske da tsarki.

Idan ka sanya kwalbar ruwa da aka rufe a cikin tankin ruwa, abin da ke cikin kwalbar zai kasance daban da ruwan da ke kewaye da shi. Amma idan ka cire hatimin, ruwan da ke cikin kwalbar zai gauraya da ruwan da ke cikin tankin. Haka nan, mutane talakawa suna nisantar Allah daga rayuwarsu saboda an toshe kwarin saninsu ta hanyar jahilci. Amma da zarar an daga hatimin ta hanyar yin bimbini mai kyau, mai nema yana jin dadin zaman lafiyar Allah a ciki da wajen jiki. Tare da karuwar bimbini, zaman lafiya yana karuwa, kuma ana sabunta farin ciki na ruhaniya.

Allah yana kewaye da ɗan adam a kowane gefe, amma ba sa gane Shi. Ba za su iya jin kasancewarsa a cikinsu da kuma kewaye da su ba sai sun cire mayafin jahilci suka nutsar da saninsu cikin saninsa mai tsarki.

Idan mutum ya nutse cikin teku na sha'awar abin duniya, zai nutse, amma idan ya nutse cikin teku na Allah, zai rayu har abada.

Kuma idan kun sami Allah, abokaina, za ku ji gamsuwa ta gaskiya da ɗorewa

Abokantaka tsakanin mutane na iya wargajewa kuma a yanke ta, amma Allah ba zai yashe ka ba

Ko da kowa ya bar ka ya bar ka, matuƙar Allah yana tare da kai, komai zai zama naka.

Aminci, rahama da albarkar Allah su tabbata a gare ku

Yoga da Hasashen Mafi Girma

Yoga tarin hanyoyin kimiyya ne don sake haɗa ruhin ɗan adam da Allahntaka. Mun samo asali ne daga Allah kuma dole ne mu koma gare Shi. Da alama mun rabu da Shi

kuma dole ne mu dawo da haɗin kanmu da Shi da saninmu. Yoga tana koya mana yadda za mu wuce tunanin rabuwa da kuma fahimtar haɗin kanmu da Allah. Mawaƙin Ingila Milton ya rubuta game da ruhin ɗan adam da kuma yadda zai iya sake samun ni'imarsa. Wannan shine babban burin yoga: don dawo da aljannar ruhaniya da ta ɓace, wanda ɗan adam ya san cewa ta kasance kuma koyaushe yana kasancewa .ɗaya da Ruhun Allah

Tushen addini na gaskiya ya kamata ya zama kimiyya da duk masu neman ilimi za su iya nema domin isa ga Allah .ɗaya tilo Yoga ita ce kimiyya

Akwai buƙatar gaggawa don samun hanyar kimiyya mafi dacewa ga addini. Koyarwar da ta bambanta ta sa mutane suka rabu, duk da cewa gida ya rabu a kan kansa ba zai iya tsayawa ba. Don haka, haɗin kan ƙungiyoyi da addinai daban-daban zai iya samuwa ne kawai lokacin da mabiya da masu aiwatar da waɗannan addinai suka sami fahimtar Allah ta gaskiya a cikin zuciyarsu. Sai kawai za mu sami 'yan'uwa .na gaskiya tsakanin ɗan adam a ƙarƙashin ubancin Allah

Duk manyan addinai na duniya suna magana game da buƙatar neman Allah da kuma 'yan'uwantaka tsakanin ɗan adam, kuma koyarwarsu ta ƙunshi tushe na ɗabi'a da ƙa'idodin ɗabi'a. To, me ke haifar da bambance-bambance da rarrabuwa tsakanin waɗannan addinai? Makauniyar tsattsauran ra'ayi ce a cikin zukatan mutane. Ba za mu iya isa ga Allah ta hanyar mai da hankali kan taurin kai na koyarwa ba, amma ta hanyar ainihin ilimin ruhun Allah. Lokacin da mutane suka fahimci gaskiyar duniya da ke samar da tushen addinai daban-daban, duk wahalhalun da ke tattare da tsattsauran ra'ayi na addini za su ɓace. Duk mutane iyalina ne da ƙaunattattuna, saboda haka ina bauta .wa Allah a cikin dukkan haikali da aka gina don girmama Shi

Dole ne mu fara gina haɗin kai na duniya, wanda aka yi
koyi da manufar Haikalin Duk-Addini (Haikali na Duk
Addinai), yana girmama dukkan addinai waɗanda ke kira ga
bauta wa Allah kuma suna shiryar da mabiyansu zuwa gare
Shi. Irin waɗannan haikali, waɗanda aka kebe ga Allah ɗaya
tilo da dukkan addinai ke bauta wa, dole ne a gina su a
ko'ina, kuma ina annabta cewa wannan zai faru a nan gaba.
Mutanen Gabas da Yamma dole ne su wargaza—kuma su
lalata—kankarar shingen wucin gadi da ke cikin gidajen Allah
har abada. Yayin da mutane ke samun ilimin kansu ta
hanyar yoga, za su fahimci cewa Allah yana kauna kuma ya
.zabe su duka

Wannan haɗin kai na ruhaniya a bayyane yake a cikin
manyen mutane waɗanda ke da ilimin kai Makaho ba zai iya
jagorantar makaho ba. Malamin ruhaniya wanda ya san Allah
da gaske ne kawai zai iya ba da ilimin allahntaka ga wasu.
Don sake dawo da allahntakar mutum, dole ne mutum ya
sami irin wannan malami mai wayewa. Duk wanda ya bi
malami na gaskiya ko jagoran ruhaniya ya zama kamar su,
domin irin wannan mai wayewa yana aiki don ɗaga almajiri
zuwa matakin ilimin kansa. Lokacin da na sami malamina
mai daraja, na kuduri aniyar yin koyi da shi ta kowace
hanya: sanya Allah shi kaɗai a kan kursiyin zuciyata kuma in
.raba albarkarSa da wasu

Masu hikima suna cewa domin samun ilimi mai zurfi,
dole ne mutum ya mayar da hankalinsa kan idon ruhaniya
.mai sanin komai

A cikin zurfin hankali, har ma wanda ba na yoga ba yana
gusar da goshinsa. Wannan shine cibiyar mayar da hankali
da wurin da idon da ke zagaye yake, wanda kuma shine taga
zuwa ga fahimtar ruhaniya. Wannan shine ainihin "kwallon
lu'ulu'u" wanda yogi ke kallo don fahimtar asirin duniya.
Wadanda suka isa zurfin hankalinsu za su iya shiga ta

wannan idon "na uku" kuma su fahimci Allah. Saboda haka, masu neman gaskiya dole ne su haɓaka ikon sakin wayewarsu da fahimtarsu ta wannan ido na uku. Yin yoga yana taimaka wa almajiri ya buɗe ido ɗaya na wayewar da .ke fahimta

Hankali, ko ilimi kai tsaye, ba ya dogara da wani bayani na jijiya. Wannan shine dalilin da ya sa ake kiransa da ikon fahimta (jigon hankali na shida). Kowa yana da wannan ji na shida, amma yawancin mutane ba sa aiki don haɓaka shi. Duk da haka, kusan kowa ya taɓa samun kwarewa mai zurfi. Watakila suna da jin cewa wani abu zai faru, sannan kuma .yana faruwa duk da rashin wata shaida ta jijiya

Yana da mahimmanci a gina fahimta kai tsaye, ta ciki ko kuma ta kai, domin wanda ya san Allah da gaske yana da tabbacin kansa. Sun sani, kuma sun san cewa sun sani. Dole ne mu kasance da tabbacin kasancewar Allah kamar yadda muke da ɗanɗanon ɓaure ko inabi. Na ɗauki nauyin gabatar da wasu ga Allah ne kawai bayan malamina ya nuna mini hanyar da za ta kai ni ga cikakkiyar jituwa da Shi, kuma bayan na fuskanci kasancewarsa kuma na fahimci .wanzuwarsa a cikina

Yammacin duniya koyaushe yana shagaltuwa da gina manyan majami'u da manyan coci-coci don bauta, amma waɗannan manyan gine-gine masu ban mamaki ba kasafai suke taimaka wa waɗanda ke neman Allah su same shi ba A Gabas, abin da aka fi mayar da hankali a kai shi ne gina mutane masu ilimin allahntaka Duk da haka, waɗannan mutane masu haske ba koyaushe suke samun damar masu neman ruhaniya ba, domin sau da yawa suna zama a cikin wurare masu nisa da keɓaɓɓu. Saboda haka, cibiyoyin ruhaniya suna da mahimmanci, inda mutane za su iya dandana kasancewar allahntaka, kuma malamai masu haske za su iya taimaka musu a cikin wannan. Ta yaya mutum zai

iya samun ilimin allahntaka daga malami wanda bai san Allah ba? Malamina ya shawo kaina game da buƙatar sanin Allah kafin ƙoƙarin yin magana game da shi ga wasu, kuma zuciyata ta cika da godiya ga jagorancinsa. Hakika, ya !kasance ɗaya da Allah

Dole ne a fara gane Allah a cikin jiki na zahiri, kuma kowane mai nema ya kamata ya tsaftace tunaninsa kowace rana, yana sanya furanni marasa laifi, masu kamshi na ƙauna mai tsarki, a kan bagadin ransa Duk wanda ya sami Allah a ciki zai kuma gane kasancewarsa a cikin kowace .haikali, coci, masallaci, wurin ibada, da taron da suka shiga Yoga ta canza tauhidin ka'ida zuwa gogewa ta aiki Son Allah da zuciya ɗaya yana nufin janye hankalin mutum daga gaɓoɓi da miƙa shi ga Allah. Dole ne a miƙa dukkan abin da mutum ya mayar da hankali a kai ga Allah cikin tunani. Duk mai neman Allah dole ne ya koyi yadda zai mai da hankali kan hankalinsa. Addu'ar da aka yi yayin da hankalin mutum yake cikin wasu abubuwa a lokaci guda ba ta da gaskiya kuma ba ta karɓa ga Allah. Malaman Yoga suna cewa domin a sami Allah, dole ne mutum ya fara .nemansa da dukkan hankali da kuma cikakken tunani

Wasu suna cewa 'Yan Indiya sun fi wasu dacewa da yin yoga, kuma yoga ba ta dace da kowa ba Wannan ba gaskiya ba ne Mutane da yawa a yau suna cikin yanayin yin yoga fiye da 'Yan Indiya, saboda ci gaban kimiyya ya samar wa ɗan adam isasshen lokacin nishaɗi. Gabas tana buƙatar amfani da ƙarin fasahohin zamani na Yamma don sauƙaƙa rayuwa da gamsuwa, kuma Yamma ya kamata ta koya daga Gabas hanyoyin amfani da metaphysical na yoga don kowa ya sami hanyarsa zuwa ga Allah. Yoga ba ƙungiya ce ta addini ba, amma kimiyya ce ta duniya, mai amfani, kuma .mai amfani wadda za mu iya samun Allah

Yoga na kowa ne: ga Yamma da Gabas ba za a iya cewa
wayar tarho ba ta Gabas ba ce kawai saboda an kirkiro ta a
Yamma. Hakazalika, ayyukan yoga da aka haɓaka a Gabas
ba su keɓance ga Gabas ba amma don amfanin dukkan
.bil'adama ne

Ko an haifi mutum a Indiya ko a ko'ina a duniya, wata
rana zai mutu Amma mutum zai iya rasa kansa cikin Allah
kowace rana, koda kuwa na ɗan lokaci kaɗan ne Yoga ke ba
.da hanya da ikon yin hakan

Mutane suna rayuwa a cikin jiki kamar fursunoni a cikin
bauta, kuma idan lokacinsu ya kare, suna shan kunyar
korarsu. Son jiki ba komai bane illa kaunar ɗaurin kurkuku.
Domin mun saba da zama a cikin keji na zahiri, mun manta
da ma'anar 'yanci na gaske. Babu wani uzuri na rashin
neman 'yanci. Gano kai da fahimtar yanayin mutum na har
abada yana da mahimmanci ga kowane ɗan adam. Yoga
.yana haskaka hanya

Ya kamata rai ya sake hawa zuwa ga Allah
Kafin wanzuwar duniya, sanin duniya ya wanzu. Menene
sanin duniya ko na sararin samaniya? Shine Ruhū Mai Tsarki,
ko Allah mara iyaka kuma mara iyaka, yana nan har abada,
yana sane, kuma yana sabunta ni'ima, yana boye a bayan
dukkann siffofi, siffofi, da abubuwan mamaki na sararin
samaniya. Lokacin da halitta ta bayyana, sanin duniya ya
bayyana a cikin sararin samaniya a matsayin sanin ruhaniya,
tsantsar tunanin Allah da saninsa, yana nan kuma yana boye
a cikin dukkan halitta. Lokacin da sanin ruhaniya ya sauko
cikin jikin mutum na zahiri, ya zama rai ko sani mai girma:
jin daɗi na allahntaka, yana nan har abada, yana sane, kuma
yana sabuntawa koyaushe, yana wanzuwa daban-daban a
cikin tsarin jiki. Lokacin da ran ɗan adam ya haɗu da jiki,
yana bayyana a matsayin sanin kai ko kuma girman kai Yoga
yana koyar da cewa rai dole ne ya hau tsani na sani don isa
.ga ruhun allahntaka

Sirrin farin ciki: jin kasancewar Allahntaka
Yana da kyau a ji daɗin rayuwa; farin ciki na gaske yana
cikin rashin haɗuwa da komai. Ji daɗin kamshin fure, amma
yi kofarin ganin Allah a ciki. Na kiyaye hankalina ta yadda,
ta hanyar amfani da su, zan iya tunanin Allah koyaushe
kuma in ji kasancewarsa a cikin zuciyata. "An halicci idanuna
don ganin kyawunka a ko'ina, Ya Ubangiji, an kirkiro
kunnuwana don jin muryarka mai cike da komai." Wannan
shine yoga: haɗin kai da Allah. Babu buƙatar zuwa daji don
nemansa. Halaye na duniya za su ɗaure mu duk inda muke
har sai mun 'yantar da kanmu daga gare su. Yogi ya san
yadda ake samun Allah a cikin kogon zuciyarsa. Duk inda ya
je, yana ɗauke da sanin Allah mai albarka game da
.kasancewarsa ta Allah

Bil Adama ba wai kawai ta faɗi zuwa matakin sanin ji ba
ne, har ma ta zama bayi ga yanayin da ba a saba gani ba na
sanin ji, kamar cin abinci, fushi, da hassada. Dole ne Bil
Adama ta kawar da waɗannan ƙazanta da abubuwan da ba
su dace ba domin ta sami Allah. Dole ne 'yan Gabas da
Yammacin duniya su 'yantu daga wannan bauta ta jin daɗi.
Mutum na yau da kullun zai iya yin fushi saboda ba a ba shi
kofi ba, yana da yakinin cewa wannan rashi zai sa shi ciwon
.kai! Yogi mai cikakken 'yanci mutum ne mai 'yanci

Kowa yana da damar zama mai yoga a duk inda yake a
yanzu. Amma muna yawan tunanin cewa duk wani abu da ya
wuce yanayin rayuwarmu da halayenmu na yau da kullun
.abin mamaki ne kuma yana da wahalar cimmawa

Aikin yoga yana ba da 'yanci Wasu 'yan yoga suna
ɗaukar rabuwar kai da son kai zuwa matsanancin matsayi
Suna cewa ya kamata mutum ya kwana a kan gadon kusa ba
tare da an dame shi ba, kuma suna rubuta wasu nau'ikan
horo na jiki waɗanda ba su da tushe a cikin koyarwar
Musulunci. Gaskiya ne cewa wanda zai iya zama a kan gadon

kusa kuma har yanzu yana tunanin Allah yana nuna karfin tunani mai girma. Amma irin waɗannan ayyukan ban mamaki ba lallai ba ne; mutum zai iya zama a kan kujera ko .a kan gado mai daɗi ya yi bimbini a kan Allah

Babban malamin Yoga Patanjali ya ce duk wani yanayi na jiki da ke ba da damar a riƙe kashin baya a tsaye ya dace da yin bimbini, wato, mayar da hankali kan yogic ga Allah.

Ba lallai ba ne a yi jujjuyawar juyi don yin motsa jiki waɗanda ke buƙatar juriya da sassauci na jiki na musamman, kamar Hatha yoga Allah ne babban burin, kuma jin kasancewarsa shine abin da ya kamata mu yi ƙoƙari mu yi aiki don cimma. Bhagavad Gita ya ce: "Wanda ya nutse gaba ɗaya cikin Allah kuma ya nutse cikinsa shine mafi ".daidaito a cikin duka

Yan yoga na Indiya sun nuna cikakken rashin juriyarsu' ga sanyi da zafi mai tsanani, ko kuma ga cizon sauro da sauran kwari masu ban haushi. Waɗannan halaye ba su da wani abin da za a yi la'akari da shi don zama yogi, amma halaye na halitta na ƙwararren mai aiki. Yi ƙoƙarin kawar da ko jure wa abubuwa marasa daɗi idan ya cancanta, ba tare da damuwa da tunanin mutum ba. Idan mutum zai iya zama mai tsabta, babu buƙatar yin datti. Mutum zai iya kasancewa mai son zama a cikin ƙaramin gida kamar yadda yake son zama a cikin babban fada. Babban abin da ke haifar da nasarar ruhaniya shine himma da juriya. Hakika, girbin yana da yawa, amma kaɗan ne ke son girbe shi! Masu duniya suna neman baiwa da ni'imomin Allah, amma masu hikima .suna neman Mai bayarwa da kansa

Duk wanda ke son zama yogi dole ne ya yi bimbini.

Bayan ya farka da safe, yogi ba ya tunanin abinci da farko don ya ciyar da jikinsa, sai dai yana ba wa ransa sinadarin zumunci na Allahntaka. Cike da wahayi na zurfafa tunani, zai iya cika dukkan ayyukansa na yau da kullun da farin ciki da

tsammani. Allah ya halicci wannan duniyar domin da gangan ne shirinsa shi ne ɗan adam ya yi aiki don inganta duniya. Yammaci suna son ci gaba da bin sabbin abubuwan jin dadi na duniya, yayin da mutanen Gabas suna son gamsuwa da abin da suke da shi. Akwai wani abu da ake so a cikin ruhin Yamma mai saurin motsawa da ruhin Gabas mai ganganci, .kuma dole ne mu sami hanyar tsakiya tsakanin su biyun

Yin zuzzurfan tunani yana kirkirar yogi

Domin neman Allah, ya kamata mutum ya yi bimbini kowace safiya da yamma, kuma duk lokacin da zai yiwu a lokacin rana. Bugu da kari, yana da mahimmanci ga mai son yin bimbini ya keɓe yaɗan awanni a kowace rana ta mako don yin bimbini. Wannan ba abin mamaki ba ne. Wasu mutane suna bin abubuwan sha'awarsu na tsawon awanni kowace rana ba tare da gajiya ko gajiya ba. Waɗanda ke son su kara samun ci gaba a ruhaniya ya kamata su ba da karin lokaci ga Allah. Dole ne mu sa Allah ya ji cewa muna kaunarsa fiye da komai. Lokacin da mutum ya kware a bimbini kuma ya sami damar zurfafa cikin wayewa mai zurfi, ba zai buƙaci fiye da awanni biyar na barci a kowace rana ba. Mutum zai iya amfani da wasu sa'o'i na dare, da sassafe, da hutu don zurfafa tunani da tunani game da Allah. Ta wannan hanyar, kowa, har ma da mutumin da ya fi sha'awa da aiki, zai iya zama mai yoga - idan suna so - ba tare da .bukatar saka rawani ko girma gashinsa ba

Wuraren ibada sune kwayoyin halitta, kuma zuma ita ce tabbatacciyar masaniyar cewa ɗan adam ruhu ne kuma yana ɗaya daga cikin Allah. Gaskiya ne cewa Allah yana nan a duk wuraren ibada, amma kawai zuwa waɗannan wurare masu tsarki bai isa ya shawo kan Allah ya bayyana kansa ba. Ziyarar da ake yi akai-akai zuwa wuraren ibada yana da kyau, amma yin bimbini a kullum ya fi kyau, kuma ya kamata a yi duka tare domin zuwa wuraren ibada babu

makawa yana kawo wahayi, yayin da yin bimbini a kullum
yana haifar da ci gaba a ruhaniya. Lokacin da zuciyar mai
nema ta yi karfi da himma, kuma lokacin da ya yi addu'a
.bayan addu'a, Allah yana amsa kiransa

Wannan ibada mai karfi tana da mahimmanci don
neman Shi. Domin zama mai yoga kuma a lokaci guda ya yi
daidai da ruhi da bukatun lokaci, dole ne mutum ya yi
bimbini a gida, ya horar da kansa, kuma ya cika dukkan
ayyuka saboda kauna da bauta wa Allah. Babban burina shi
ne in gina haikali ga Allah a cikin rayukan mutane kuma in
shaida murmushin Allah mai haske a fuskokinsu. Babban
nasara a rayuwa ita ce mutum ya kebe haikali ga Allah a
cikin ransa. Wannan za a iya cimma shi cikin sauƙi, kuma
don wannan dalili ne kawai ilimin kai ya shigo duniya. Duk
wanda ya naɗa Allah a cikin ransa, yogi ne kuma zai iya
cewa tare da ni cewa yoga na Gabas ne, Arewa, Kudu, da
Yamma. Ga dukkan mutane ba tare da togiya ba. Hanyoyin
tauhidi hanyoyi ne na biyu, yayin da hanyar yoga ita ce
babbar hanyar da ke kaiwa ga fadar ni'imar Allah, daga inda,
.da zarar an isa, ba za a taɓa barin ta ba

Salam alaikum barka da warhaka

tsaban ruhaniya

Ya Ubangiji, ka koya mini jarumtaka da karfin hali, da
himmata da juriya, yayin da kake ɗaukar matakan kariya da
taka tsantsan

Allah yana cikin zuciyata da kewaye da ni, yana tsare ni
kuma yana kula da ni. Saboda haka, zan kawar da duhun
tsoro wanda ke boye mini haskensu mai shirya kuma
yana sa ni tuntuɓe cikin duhun kurakurai.

Mukan zama kamar waɗanda muke zaune tare da su kuma muke hulɗa da su, ba kawai ta hanyar tattaunawa da mu'amala ba, har ma ta hanyar rawar jiki mai kama da maganadisu da suke fitowa Lokacin da muka shiga filin maganadisu, maganadisu yana shafar mu ba tare da saninmu ba. Saboda haka, yana da matuƙar muhimmanci ga waɗanda ke son ci gaban ruhaniya su yi hulɗa da waɗanda ke da sha'awar ruhaniya, domin a karfafa su, su ci gaba da sha'awarsu, kuma su kula da sha'awarsu ga Allah.

Waɗanda ke da wayewar fahimta suna tattara furannin gaskiya kuma suna aiki don fadakarwa da kawata rayuka da halaye masu kyau domin shiga aljannar hikima.

Kaunarka, Ya Ubangiji, ta isa ga komai

Ko da yake kaunar sararin samaniya tana fitowa daga kananan tagogi na kaunar ɗan adam mai fuskoki da yawa, da zarar ka yi tunanin ka gan ta, za ta ci gaba kuma ta ci gaba har sai ka sami damar ganin dukkan halittarta ta taga sanin sararin samaniyarka

Ya fi kyau mu zauna tare mu tattauna ra'ayoyinmu da zuciya ɗaya da girmama juna, muna tuna cewa masu hikima ba sa jayayya amma suna tattaunawa cikin natsuwa da hankali.

Ya kamata mutum ya horar da kansa da iyalansa su guji yin tsegumi game da wasu ko yin batanci a kansu, maimakon haka su mai da hankali kan inganta kansu da gyara kurakuran da suka yi. Bai kamata mu ki wasu kawai saboda sun bambanta da mu ba, ko kuma saboda ra'ayoyinsu sun bambanta da namu, kuma bai kamata mu dage cewa imaninmu ne kawai ya dace ba.

Ya mabuɓɓugar soyayya, bari mu ji cewa zukatanmu
sun cika kuma kishirwarmu ta kare da yalwar kaunarka da
ke gudana koyaushe.

Ya kamata mutum ya koyi sauraro fiye da yin magana,
zama a hankali, da kuma jin daɗin hulɗa da wasu

Idan ka mayar da hasken rana ta hanyar gilashin kara
girma zuwa wani karamin wuri, yana samar da zafi, kuma
wannan zafin zai iya kunna itace, yadi, takarda, da sauran
kayayyaki.

Hakazalika, idan hankali ya mayar da hankali sosai,
karfinsa mai karfi zai iya kone mugunta da tushen shakku da
ke bayan kowace gazawa kuma ya sa hasken hikima ya
haskaka da haske da haske.

Idan hankali ya daidaita da Allah, tushen dukkan alheri
da kuma tushen dukkan iko mai albarka, zai fahimci
kasancewar Allah kuma ya mallaki dukkan abubuwan da ke
haifar da nasara. Waɗannan abubuwan suna da alaƙa da
babban ikon Allah, wanda ke iya kirƙirar sabbin dalilai da
damammaki na nasara a kowane fanni.

Lokacin da harsashin zafi da ruɗani suka faɗo mini, Ya
Ubangiji, ka bar ni in ji aminci da kwanciyar hankali a cikin
sansanin kariyar da ba za a iya cin nasara a kanta ba

Soyayya ita ce waƙar zuciya da rai ke rera waka ga Allah

Kishirwata mai ɗorewa za ta iya kashewa ne kawai ta
hanyar taɓawa mai albarka da ka yi wa raina, tana konewa
da sha'awarka. Guguwar yanke kauna ta lafa, iskar rashin
bege ta lafa, kuma digon salamarka ya jiƙa kowace igiyar
raina, yana cika zuciyata da gamsuwa, kuma yanzu ina waka
ina rera sunanka mai albarka.

Ya Allah, Ka sanya ni tsuntsun aljanna wanda ke samun jin dadi kawai da shan ruwa daga mabuɓɓugan warkarwa waɗanda ke gudana daga sama, kasancewarka mafi tsarki a ko'ina

Gaskiya ta fara zuwa ga saninmu kamar siririn digo na raba [a kan furannin fure]

Komai kankantar rawar da kake takawa a wasan kwaikwayo na rayuwa, muhimmancinta daidai yake da na manyan rawar da take takawa wajen bayar da gudummawa ga nasarar wasan kwaikwayo

Bari in, Ya Allah, in dubi dokokin nagarta ba da tsoro da tsoro ba, amma da ta'aziyya da kauna. Bari in tuna cewa kyawawan halaye, waɗanda ka'idodinsu za su iya zama da wahalar bin su da farko, a karshe suna sanya mini rawanin farin ciki da gamsuwa lokacin da aka bi dokokinta.

Kuma ka taimake ni, ya Ubangiji, kada in manta da muguntar da ke yin alkawuran jin dadi da jin dadi tun farko tana kawo bakin ciki da wahala mai yawa.

Dole ne a faɗaɗa kaunar ɗan adam kuma a faɗaɗa ta zuwa ga kaunar Allah

Soyayyar Allah tana kokarin bayyana kanta a cikin rayukan ɗan adam ta hanyoyi daban-daban da kuma bayyana kaunar aure da ta iyaye da kuma kaunar abokai ga junansu

Dangantaka iri-iri da ke tsakanin iyalai da al'umma su ne muhimman dalilai na tsarkake soyayyar ɗan adam daga kazanta da kuma mayar da ita zuwa tsantsar kauna ta ruhaniya.

Tabbatarwa:

Da wayewar kowace rana, zan yi wa duk wanda na haɗu da shi murna da farin ciki

Zan zama hasken rana ga duk wanda ya ratsa tafarkina

Zan kunna kyandirori na murmushi a cikin zukatan masu
bakin ciki da bakin ciki

Ba a kaddara mu rayu cikin halakar sha'awace-
sha'awacen banza da bakin cikin begen da ke shudewa ba.
Ka taimake mu, Ya Ubangiji, ka karya sarkokin da ke d'auke
mu ka kuma gina hanyarmu da kuduri mai karfi, ta cikin jejin
iyaka, zuwa sabuwar kasa mai farin ciki.

Ya Ubangiji, ka bar ni in ji kusancinka kuma in ji
kasancewarka a cikin zurfin jiye-jiyena, kuma ka bar ni in
fahimci cewa hikimarka mai haske tana rike fahimtata, kuma
rayuwata alama ce ta rayuwarka ta musamman da ta
musamman

Zalunci cuta ce ta ruhaniya, kuma duk wanda ya aikata
mummunan aiki ko ji yana kawo bakin ciki ga kansa kuma
yana lalata tsarin jijiyoyinsa

Zuciya ita ce cibiyar ji, kuma bai kamata mutum ya yi
amfani da zuciyar wani ba

Allah shine arzikina na gaskiya kuma ni mai wadata ne
ta hanyarsa

Yanayin jituwa a cikin kalmomi:
Horar da kai
Kaunar wasu
Alheri ga dabbobi
Kaunar kyawawan halaye
Soyayyar zaman lafiya da kwanciyar hankali
Kaunar manyan mutane
Nuna tausayi ga matalauta da mabukata da kuma
taimaka musu

Gaskiya ta atomatik ba tare da la'akari da sakamakon
ba

Yin aikin ne saboda kaunar da ake yi wa aikin da kuma
girmama shi

Son adalci da gyara
Jin dadin dandanon adabi da kuma yin abin da ya
kamata a yi

Girmama kai

Tawali'u

Raqqa

Aminci

Jarumi

hakuri

Hakuri

Yana bin diddigin sawun manyan ruhohi da kuma
tunanin da suka waye

Gaskiya

Motsa Jiki

alheri

Sauki da tsabta

Daidaito

Ji na Ruhaniya

Gamsuwa

Soyayya ga tsabtar jiki da tsarkin hankali

Tawali'u da guje wa girman kai

Kaunar nagarta

Adalci

Tunawa da alherin da aka nuna wa waɗanda suka
cancanci hakan

Daraja ga abubuwa masu tsarki

Daga ɗan littafin: Jadawalin Ilimin Halayyar Dan Adam

Ana iya samun jin dadin ruhaniya ta hanyar horar da
hankali don jin dadin kyawawan tunani a cikin boyayyen
sararin samaniya a cikin mutum.

Ya Ubangiji, kaunar da ke gudana daga zukan dan adam ta jarabce ni in nemi tushen kauna mai tsarki a cikinka

Cikin natsuwar raina, ina sujada a gaban kasancewarka mai cike da komai, da sanin cewa koyaushe kana shiryar da ni kan hanyoyin ilimin kai.

Zan neme ka, ya Allahna, har sai na same ka, kuma idan na same ka, zan karbi dukkan albarka da kyawawan abubuwan da ka ba ni da godiya.

A cikin kadaici na tunani, ina sha'awar jin muryarka, Ya Ubangiji, Ka kore mini mafarkan mafarkai masu zafi wafanda har yanzu suke boye a cikin tunanina. Ina so in saurari muryarka mai natsuwa da daɗi har abada cikin natsuwar raina.

Ya Ubangiji, ka bar ruwan rahamarka ya zuba mana a kan rayukanmu ka kuma wanke laka ta jahilci da ke manne musu, domin su dawo da tsarkinsu da bayyananniyarsu su kuma haskaka da haskenka mai tsarki.

Ko a cikin kogo na tsaunuka ko a tsakiyar tituna masu cike da jama'a, ko kuma a cikin dazuzzukan rayuwar zamani duk inda muka je da kuma duk inda muka juya, gabas da yamma, arewa da kudu da kuma ko'ina, bari mu ji kusancinka, Ya Ubangiji, domin zukanmu su sami kwanciyar hankali ta wurin kasancewarka mai kariya

Bari mu zama kamar furanni da wardi, mu kuma watsa furannin tausayi da kirki idan aka yi mana rashin fahimta, domin ta hanyar kame kai da dabi'a mai kyau za mu fahimci cewa mu muhimmin bangare ne na babban alheri.

Ku sha ruwa mai daɗi daga ruwan salama da ke kwarara daga maɓuɓɓugan yanayi masu kyau da kuma kudurin ku na samun kyakkyawan hangen nesa da kuma daukar halaye masu kyau

Kada ku nemi farin ciki kawai a cikin tufafi masu kyau, abinci mai daɗi, kayan daki masu tsada, jin daɗi da jin daɗi, domin waɗannan abubuwa za su kama farin cikinku a bayan bayyanar waje. Maimakon haka, bari tunaninku ya tashi sama da mulkin ra'ayoyi marasa iyaka.

A gaskiya ma, kowa yana shan wahala, har zuwa wani mataki, daga matsalar fushi, sai dai idan ya kai wani mataki na ci gaba na wayewa, wani mataki na farin ciki na ruhaniya ko yanayin natsuwa.

Fushi - ta kowace irin siffa yake - ya samo asali ne daga rashin iya cika sha'awa. Babu farin ciki na ciki wanda ya taso daga alaƙar rai da tushenta na allahntaka, mutum yana koƙarin cika sha'awarsa ta hanyar jin daɗin sha'awa waɗanda ba su da daɗi idan aka yi la'akari da rashin dawwama da kuma sakamakon da ba shi da kyau.

Waɗannan sha'awar sau da yawa suna haifar da takaici sannan fushi, wanda ke haifar da lalata sanin ruhaniya

Hanya mafi inganci ta shawo kan fushi ita ce magance tushen dalilinsa: sha'awa Da yawan sha'awa da ake da ita, da yawan takaici da ake da shi zai karu.

Ba zai yiwu a cika dukkan buƙatu ba domin sha'awa ba ta da iyaka. Da yawan koƙarinmu don cimma buƙatu, haka muke kara mannawa da ita, kuma ƙarfin sha'awarmu, haka muke kara wahalar da muke sha idan aka hana mu duk abin da zai gamsar da sha'awarmu da kuma cika sha'awarmu.

Nasara, rayuwa mai daɗi, warkar da cututtuka marasa magani, da kuma sarrafa halaye duk waɗannan za a iya cimma su kuma a cimma su

Idan ka gaji da duk hanyoyi da koƙarin kayan duniya ka same su ba su da amfani, buɗe ƙofar ciki kuma ikon ruhaniya zai shigo ya fitar da duk wani rauni, gazawa da takaici

Idan ka nemi taimakon Allah a cikin bimbini da kuma zurfafa tunani mai zurfi, za ka gano wani taskar karfin ruhaniya mara karewa.

Allah ba ya nuna son kai kuma yana amsa duk wanda yake neman taimakonsa da gaske

Lokacin da na sami Allah a cikin kaina, na same shi a ko'ina

Ina da matuƙar sha'awarSa tun ina karami, kuma a lokacin da nake karami na rubuta masa wasika Eh, na rubuta wa Allah wasika na kuma yi mata lakabi da haka:

"Ga Allah a Sama" sai na saka shi a cikin akwatin saƙo

Idan muka rubuta wa wani, muna tsammanin amsa Lokacin da ban sami amsa ba, sai na zubar da hawaye mai yawa Amma amsar ta zo mini a karshe, ba ta hanyar kalmomin da aka buga a takarda ba, amma a cikin wahayi mai ban mamaki mai haske.

Kowa zai iya samun amsa daga Allah idan yunkurin ya kasance mai tsanani kuma ƙoƙarin yana ci gaba da gudana

Idan ka mika tambayoyinka ga Allah, ka lullube su da zurfin ji, ka kuma aika su ta hanyar wasikar tunani, to da gaskiya kuma tabbas za ka sami amsar.

Zaman lafiya yana fitowa daga cikin rai; yanayi ne mai albarka na ciki wanda farin ciki ke bunkasa da bunkasa

Mutane suna karɓar ra'ayoyi da yawa na karya game da iyakoki ba tare da wata tambaya mai tsanani ba, don haka suna barin waɗannan ra'ayoyin su mallaki rayuwarsu da ƙaddararsu. Masu tunani ba sa yarda da yanayin da ake ciki cikin sauki; maimakon haka, suna ƙoƙarin canza shi, kuma wannan shine ainihin abin da ke sa ci gaba ya yiwu.

Masu tunani suna yin la'akari da abubuwan da ke kewaye da su kuma suna mamakin abin da suka gani. Suna

duba sosai kuma suna tambayar dalilin da yasa abubuwa ke faruwa ko ba sa faruwa ta wata hanya.

Baya ga cin abinci, barci, da aiki, ana sa ran mutum ya sami wani abu mai amfani daga wannan rayuwar

Dole ne a kawar da son kai, kuma ana iya cimma wannan ta hanyar gina son kai. Dole ne mu kula da wasu, kuma hanya mafi kyau ta koyar da wannan ita ce ta hanyar kyakkyawan misali.

Yana da wuya a ji daɗin wadata da rayuwa mai daɗi a zamanin son kai da kwadayi Idan za mu iya cewa, "Albarkar Allah ta tabbata a gare ni da kuma a gare ku," wannan duniyar za ta zama wuri mafi kyau.

Idan muka yi tafiya a kan titunan birni, muna ganin kanmu kewaye da bango, amma idan muka hau jirgin sama, dukkan shingayen sun face, kuma muna ganin sararin da ba a raba ba. Hakazalika, idan muka yi tafiya a cikin birnin da keɓancewa da kunkuntar tunani, muna jin an takaita mu da ra'ayoyi masu tsauri da iyaka. Amma idan muka hau jirgin sama na buɗewa da faɗaɗɗen sararin samaniya, muna ganin sararin 'yan'uwantaka da kauna mara iyaka.

Mutumin da ke bin hanyoyin mugunta masu tsauri ba ya jin wata juriya, amma da zarar ya yi kokarin tsayayya da halaye masu cutarwa da halaye marasa kyau ta hanyar ɗaukar dokokin ruhaniya na kame kai, zai ga cewa jarabobi marasa adadi sun farka don yaƙi da ƙoƙarinsa da kuma wargaza ayyukansa masu daraja.

Wani lokaci tunani ya fi kalmomi tasiri. Hankalin ɗan adam shine mafi ƙarfi wajen watsawa da karɓar abu. Idan ka ci gaba da watsa tunani mai kyau, wanda aka cika shi da kauna, waɗannan tunanin za su yi tasiri mai kyau ga wasu.

Haka nan, idan ka nuna tunani mai cike da hassada ko kiyayya, wasu za su karɓi waɗannan tunanin kuma su mayar da martani da makamancin haka.

Ina rokon Allah ya tallafa wa koƙarinku da karfinsa da albarkarsa. Idan addu'ar gaskiya ce kuma niyya ta tsarkaka, canjin da ake so zai faru da taimakon Allah.

Amsoshin shekarar da ta gabata, tare da bakin ciki da dariya, sun bace, kuma yanzu amsoshin waƙar Sabuwar Shekara suna rera waƙa mai karfafa gwiwa, suna shelar bege, da kuma **radawa** :

"Sake fasalin rayuwarka daidai gwargwado. Ka bar ciyayin tsoran da suka gabata. Kuma daga gonar da aka yi watsi da ita, ka tattara ka adana tsaban farin ciki, nasarori, bege, tunani mai kyau da ayyuka, da kuma manyan buri."

A cikin kasa mai raba a kowace sabuwar rana, shuka waɗannan tsaba masu karfi, ku shayar da su, kuma ku kula da su har sai sun girma kuma sun cika rayuwarku da fa'idodin fure mai sauƙi.

Sabuwar shekara tana radawa:

"Ka farkar da ruhinka, kana cikin dabi'u masu kyau, kuma ka karfafa shi ya yi sabbin ayyuka masu amfani. Kada ka daina koƙari, kuma kada ka huta har sai ka sami 'yanci na har abada ka kuma shawo kan karma (bin diddigin da kuma bin diddigin abubuwan da suka gabata)."

Da zuciya mai wartsakewa da kuma cike da farin ciki mai sabuntawa, bari mu yi murna tare mu yi tafiya hannu da hannu zuwa ga gidan sama wanda ba za mu sake fita daga ciki ba

Fushi da kuma tunawa da giwa

Waɗanda ke son kwanciyar hankali na ciki dole ne su fahimci yadda ake haifar da fushi kuma sau da yawa yana haifar da mummunan sakamako

Saboda rashin daidaiton cikin gida da fushi ya haifar, mutane da yawa sun koma ba tare da son ransu ba zuwa masu laifi da masu kisan gilla

Hana sha'awa yana makantar da hankali Idan hazo na sha'awa ya mamaye tunanin mutum, sai ya rasa hankalinsa ya kuma yi aiki ta hanyar da ba ta dace da mutum mai daraja ba.

Rashin hankali yana rikitar da fahimta ta asali wadda ita ce babbar hanyar da ke bayan duk wani aiki mai kyau da kyakkyawar niyya

Idan sitiyyarin motar kwakwalwa ta mutum ya lalace, babu makawa zai yi hatsari kuma zai iya samun kansa cikin ramin ciwo da wahala.

Misali: Mijin yana tuki cikin farin ciki, kuma a kan hanyarsa ta zuwa wurin shakatawa, matarsa ta roke shi ya canza hanya ya je gidan iyayenta maimakon wurin shakatawa, kuma a nan farin cikinsa ya koma fushi.

Na zaɓi wannan misali ne saboda abu ne da ya zama ruwan dare a al'ada, sakamakon shine ko dai miji ya ki buƙatar matarsa ko kuma ya yarda da fushi da rashin jin dadi, kuma wannan shine abin da ke faruwa gaɓaɓɓaya. A duka al'amura biyu, fushi ya mamaye, yanayi ya yi tsami, kuma zaman lafiya ya dagule.

A wasu lokuta, fushi na iya rikidewa zuwa bala'i ga waɗanda ke da zafin rai. Fushi na iya shafar tunawa, ko direban zai iya mantawa da tuki da kyau da kuma kulawa, ko kuma ya yi sakaci da lura da alamun zirga-zirga, wanda zai haifar da karo ko kuma, Allah ya kiyaye, mutuwa.

A karshe, fushi yana kulle sitiyyarin nufin a cikin karusar rayuwa kuma yana hana shi cimma burinsa na zahiri da na ruhaniya.

Tunawa da giwa:

Malaman da ake kira "tunawa" kyauta ce daga Allah ga ɗan adam, kuma wannan babbar albarka ce! Ana kuma ba dabbobi tunawa; ba tare da ita ba, ba za su iya gane

'ya'yansu ba. Wasu dabbobin suna da kyawawan abubuwan tunawa, kamar yadda labarin da ke gaba game da giwa ya nuna.

Yayin da wata babbar giwa ke jigilar katako, kamar yadda giwaye da yawa da aka horar a Gabas suke yi, wani yaro ya kusance ta, ya soke ta da allura a jikinta, ya gudu.

Shekara guda bayan wannan lamarin, kuma wannan giwar ta ci karo da wannan yaron a kan hanya. Lokaci ne mai kyau ga giwar ta dauki fansa. Don haka, ta naɗe gangar jikinta a jikin yaron ta jefar da shi a ɗayan gefen titi da karfi. Don haka, dabbobi suna da abubuwan tunawa.

Idan zuciya ta cika da kaunar Allah kuma idanun suka haskaka da haskenSa, maganadisu na mutum ya zama na ruhaniya a cikin yanayi Akwai babban bambanci tsakanin maganadisu na ruhaniya, tare da tasirinsa mai girma, da maganadisu na dabba, wanda sha'awa da ilhami ke motsa shi. Maganadisu na ruhaniya ya dogara ne akan son kai da kuma amfanin wasu, yayin da maganadisu na dabba yana motsawa ta hanyar son kai da cin zarafin wasu.

Mutum zai iya bayar da shawarwari masu kyau waɗanda ke da tasiri mai amfani ga tunanin da ba a sani ba, wanda hakan ke shafar tunanin da ba a sani ba. Shawarwari marasa kyau, ko waɗanda aka samar da kansu ko kuma daga wani mutum, suna da illa ga kwakwalwa kuma ya kamata a guji su.

Mutum yana ba mu shawararsa sannan ya bar mu mu girbe sakamakon ayyukanmu [wanda zai iya zama sakamakon shawararsa mara kyau]

Hanyar Allah koyaushe tana kaiwa ga farin ciki da alheri

Da gaskiya ta zurfin tunani, zan miƙa hasken allahntaka wanda ke gudana a cikin zurfina koyaushe, kuma zan ɗaga kaunata da sha'awata ga Mai Iko Dukka

Ina jin kasancewarka, ya Ubangiji, a cikin zurfin zurfin rayuwata, kuma ina ganinka kana fure a cikin lambun soyayyata Ka lullube ni cikin kaunarka ka bar ni in yi farin ciki da kamshinka mai albarka.

Ya Ubangiji, ka ba ni zaman lafiya domin raina ya sami hutawa ya kuma ga hasken bege a bayan gajimaren rashin kulawa. Allah ya sa hasken tabbas ya haskaka a cikin zuciyata domin in ji natsuwa da kwanciyar hankali na ruhaniya.

Ya Ubangiji, ka haskaka faukakarka, ka bar jahilci ya bace daga gabar duniya har abada, haka nan kuma jayayya da hassada Ka wargaza duhun jahilci da hasken hikimarka Ka canza rauni zuwa karfi da rauni zuwa kuduri, ka kuma yi baftisma da hankali da ruhu da hasken warkarwa naka

Kamar yadda aka bai wa kowa hasken rana, amma akwai wadanda suka fi son zama cikin duhu, haka nan hasken hikimar Allah ke kwarara ko'ina, duk da haka akwai wasu wadanda ke kallon duniya daga bayan tagogi na tunaninsu masu duhu, wadanda jahilci ya shafa

Ya Ubangiji, ka cece mu daga jahilci da tasirinsa, da kuma tsoro da damuwa, kuma ka bar ambaliyar hikimarka ta share dukkan tarkace da tarkace daga rayuwarmu

Duk wanda ya san yadda zai yi farin ciki a yanzu ya sami hanyarsa ta zuwa ga Allah

Ni ne kyaftin din jirgina na tunani mai kyau, niyya mai kyau, da ayyuka masu amfani masu amfani. Zan jagoranci jirgin rayuwata, koyaushe ina kallon duniyar da ke haskakawa ta zaman lafiya a sararin samaniyar zurfin tunani na game da Allah.

Sai dai idan mun zaɓi mu yi farin ciki, babu wanda zai iya faranta mana rai, kuma bai kamata mu zargi kowa ba saboda hakan. Idan kuma muka zaɓi mu yi farin ciki, babu wanda zai iya kwace mana wannan farin cikin.

Annoba, bala'o'i, da canje-canje masu tayar da hankali a cikin yanayi waɗanda ke kawo lalacewa, halaka, da cutarwa mai yaɗuwa ba "ka'idodin Allah" ba ne Waɗannan bala'o'in sun samo asali ne daga tunanin ɗan adam da ayyukansa. Duk inda aka lalata daidaiton nagarta da mugunta na duniya ta hanyar tarin rakuman ruwa masu cutarwa da girgizar kasa da ke faruwa sakamakon munanan manufofi da kurakuran ɗan adam, hargitsi da barna mai yaɗuwa za su biyo baya. Duniya za ta ci gaba da fama da yake-yake, bala'o'i, da bala'o'i har sai ɗan adam ya gyara tunaninsa da ɗabi'unsu marasa kyau. Yake-yake ba sa faruwa a matsayin umarnin Allah, sai dai saboda yawan son kai na duniya. Idan mutane za su kawar da kansu daga son kai na mutum ɗaya, na masana'antu, na siyasa, na ruhaniya, da na kasa, yake-yake za su daina wanzuwa.

Lokacin da ruhin zahiri ya mamaye tunanin ɗan adam kuma ya mamaye tunani, yana fitar da hasken haske mara haske. Karfin waɗannan girgizar kasa mara kyau yana lalata daidaiton wutar lantarki na yanayi sosai, yana haifar da girgizar kasa, ambaliya, da sauran bala'o'i.

Allah ba shi da alhakin hakan Dole ne a sarrafa ra'ayoyin ɗan adam kafin a iya sarrafa yanayi

Zan yi kokarin yin ayyuka masu kyau da nagari kawai saboda kaunar Allah da kuma faranta masa rai

Dole ne a yi noma da garma mai fahimta daidai domin kasarta busasshiya ce kuma mai tauri. Dole ne a jika kasa da shiri da karbuwa, sannan a dasa iri na imani a cikin ciyayi,

sannan a shayar da shi da wasiyya wadda ta yi daidai da nufin Allah.

Mutum mai natsuwa ta halitta yana kiyaye natsuwar sa kuma yana kasancewa cikin kwanciyar hankali a kowane yanayi. Haka kuma ba sa barin motsin rai da sha'awa su mamaye su su kuma kai su ga yanke shawara mara kyau.

Kai ne hasken taurari, kuzarin da ke cikin kwayoyin halitta, kirki a cikin zukata, kyawun gaskiya, da girman gaskiya

Ya Ubangiji, ka albarkace mu, domin mu bayyana rahamarka a gare mu a cikin lafiyarmu, burinmu na ilimi, da rayuwarmu ta ruhaniya. Ka taimake mu mu cika kanmu da ikonka mafi girma, hikimarka mara iyaka, da sahihancinka mara iyaka, kuma ka bari mu gane cewa Kai ne maɓuɓɓugar lafiya, teku na rayuwa, kuma tushen dukkan fahimta da ilimi.

Ya Allah Mai Soyayya, kai ne muryar sirri da ke fitowa daga kogon zukata da kuma muryar jin shiru

Kai ne mai sihirin rayuka da ba a gani, mai wal'ikiya wanda ke fitowa daga zurfin abota

Kai mala'ika ne mai albarka wanda ke raɗa kalmomi masu daɗi ga rayuka

Kai ne harshen shiru na masoya da kuma tawada marar ganuwa da suke amfani da ita wajen rubuta sakonni a shafukan zukatansu

Kai ne tushen dukkan motsin rai masu daraja, kuma zuciyarka tana fitar da bugun zuciyarta daga zuciyar sararin samaniya

Soyayya tattaunawa ce ta shiru tsakanin zukata biyu, kuma ita ce babbar kira ga dukkan halittu masu rai da marasa rai su koma gidan haɗin kai na duniya baki ɗaya.

Soyayya ita ce bugun rayuwa

Yana girma a cikin lambun fure na ruhaniya da barci a bayan duhun abubuwan da ke haɗe da waje

Ita ce mafi daɗaɗɗiya kuma mafi daɗin ruwan 'ya'yan itace, wadda aka adana a cikin kwalaben zukata

Soyayya ita ce hasken da ke rushe bangon duhu tsakanin mutane, iyalai, da al'ummai

Soyayya ita ce furen abota, tana bunkasa da girma a fagen samari da manya

Soyayya ita ce kofar zuwa sama da kuma waƙar rayukan kirki

Waɗanda ke son sabunta rayuwarsu ya kamata su fara gano kyawawan abubuwan da suke son gabatarwa a rayuwarsu, sannan su kafa wani shiri da suke bi a kullum, kuma za su ji daɗi sosai sakamakon kiyaye shawarwarinsu.

Rashin bin tsarin inganta kai yana raunana niyya kuma yana kawo cikas ga ci gaba

Waɗanda suka daidaita kansu da tsarin rayuwa na halitta za su cimma nasarori masu amfani Babu wata doka da ke hana mutum canzawa zuwa mafi kyau da kuma cimma burinsa nagari Babu wata matsala da za ta iya hana mutum cimma manyan manufofinsa sai dai idan ya fahimci waɗannan cikas ɗin kuma ya shawo kan kansa cewa ba zai iya shawo kansu ba

Duk inda wasu suka yaba da kokarina na yin nagarta, to a nan ne zan iya bayar da mafi kyawun sabis

Soyayya ta gaskiya—kaunar zuciya da rai—bayyana ce ta kaunar Allah Soyayya ta Allah tana neman bayyana kanta ta cikin zukata da rayukan ɗan adam Allah yana koya wa ɗan adam kaunar Allah ta hanyar cikakkiyar hanyar kaunar ɗan adam

Idan ka haɗu da wani kuma ya ce, "Yaya kake? Ina matukar farin cikin ganinka," yayin da a cikin zuciyarsa ba su da daɗi a kusa da kai, nan take za ka ji yadda suke ji a cikin zuciyarsa kuma ba ka son yin magana da shi ko ka zauna tare da shi. Na fi son gaskiya fiye da yin kamar ba ka da gaskiya da munafunci.

Maganar mutum ita ce komai, kuma dole ne ya kasance mai gaskiya da dabi'a, ya girmama maganarsa, kuma ya cika alkawuransa da alkawuransa ga wasu.

Allah shine tushen karfin tunani, hikima, da yalwa. Ka roke shi ya shirya da kai zuwa ga hanya madaidaiciya don cimma nasarar da kake nema Da farko, ka tabbatar da cewa niyyarka ta yi daidai, sannan za ka sami karfin cimma burinka.

Soyayya ita ce makamin ruhaniya da ke kawo karshen dukkan yake-yake

Gaskiya ta fi karfin karya da batanci. Idan za ka iya kare kanka a cikin sansanin gaskiya, to za ka zama shugaba mai daraja a cikin masarautarka.

Gaskiya za ta yi nasara, ko da wasu sun yi maka laifi
Ka ba wa waɗanda ke nemanta hikima, matukar suna son haske, kuma ka yi iya kokarinka don hawa da hawa tsani na sanin kai.

Ga Allah na keɓe kuma na tsarkake muryata,
hannuwana, kafafuna, zuciyata, jikina, yadda nake ji, nufina da komai

Ba a iyakance zafi ga jiki kawai ba; akwai kuma ciwon tunani da na ruhaniya.

Ba zai yiwu a yi tunani game da Allah ba lokacin da hankali ke cike da hassada, tsoro, da zargin mugunta, ko kuma lokacin da mutum ke yaƙi da kansa.

Muna fama da bakin ciki da bakin ciki, daga wasu halaye marasa kyau da yanayin tunani, da kuma daga damuwa, waɗanda mafi yawansu tsoro ne marasa tushe. A matakin ruhaniya, muna fama da rashin sanin yanayin da rayukanmu ba za su mutu ba.

Waɗanda suka yi jituwa da Allah suna ganin kyau mai ban sha'awa kuma suna dandano mafi kyawun zaki wanda ba za a iya dandanawa ta kowace hanya ba

Lokacin da raina ya kira gare ka, gajimaren shirunka ya fashe, Ya Allah, ruwan sama na rahamarka kuma ya zuba a cikin ruwa har sai ya zama ambaliyar alherinka mai yawa Kogin ka mai albarka ya mamaye gabar rayuwata, kuma raina ya nutse cikin ruwan har abada, kuma kumfa na karamin raina ya narke a cikin tekun na wanzuwarka mai cike da komai.

- Malamina ya koya mini yadda zan yi amfani da kusa na hikima don in gina kaina haikali wanda ya cancanci kasancewar allahntaka

Idan kana son cimma wani babban buri, fara da tsara tsarin tunani a gare shi. Yanzu zaka iya kafa kowace alkibla a cikin tunaninka idan ka dasa wani tunani mai karfi a cikin zuciyarka; to dukkan rayuwarka zata bi wannan ra'ayin kuma ayyukanka zasu yi daidai da shi.

- Soyayya da hakuri suna da mahimmanci ga jituwa da jituwa Soyayya tana haɗa kai da ciyar da duk abin da ke da amfani da kuma iya girma, yayin da kiyayya ke rabawa da lalata duk abin da za a iya gyarawa.

Tsoro shine babban makiyin nasara domin yana kawar da sha'awar gwadawa, wanda ba tare da shi ba mutum ba zai iya yin nasara ba.

Rashin iya aiki da hankali, rashin kokari, da rashin juriya duk cikas ne a kan hanyar samun nasara Manufar ba wai nasara ce da kanta ba, sai dai rayuwa mai adalci da ke kaiwa

ga nasara. Yawan sha'awar samun nasara na iya zama cikas. Koƙarin kirƙira wanda ƙarfin zuciya da kuma sha'awar cimma burin suna da mahimmanci don cimma nasara.

Kowace tunani da muke da ita tana haifar da wani takamaiman motsi. Lokacin da ka yi tunanin Allah da dukkan halittarka, hankalinka da gaɓoɓinka - kuma ka yi rada "Ya Ubangiji" akai-akai a cikin kanka, kana kirƙirar wani ƙarfi mai ƙarfi wanda ke kawo kasancewar allahntaka cikin rayuwarka.

Idan muka fahimci cewa Allah shine ƙaunataccenmu na har abada kuma abokinmu na dindindin, kuma ƙaunarsa a gare mu ta fi kowace ƙauna, muna jin kusancinsa kuma muna taɓa kasancewarsa, don haka zukanmu za su kwantar da hankali kuma mu ji kwanciyar hankali na ruhaniya mafi girma

Idan ka yi bimbini a kan Allah kuma ka ji ƙarin farin ciki a cikin zuciya da kuma a cikin jikinka, kuma fashewar wannan farin cikin yana zuwa maka lokaci zuwa lokaci, ka sani cewa Allah ya amsa sha'awar zuciya da kuma cewa jin daɗin da kake ji shaida ce ta wannan amsar.

Idan hankali ya shiga cikin yanayi na wayewa mafi girma kuma ya taɓa kasancewarsa mara iyaka, zai san cewa yana hulɗa da Allah kuma cewa abin da ya faru yana da daɗi, amma ba zai yiwu a bayyana shi da kalmomi yanayin wannan haɗin da ba a iya kwatantawa ba.

Ban yi amfani da maganadisun na don neman abubuwan duniya ba, a'a, na yi amfani da shi ne don jawo hankalin kasancewar allahntaka wadda take har abada kuma ba ta lalacewa.

Ka ba ni, Ya Ubangiji, zurfin sha'awar zuciya, ka bar ni in ji muryarka mai albarka a cikin zurfin raina Ba zan taɓa mantawa da kai ba, Allahna ƙaunatacce, kuma ba zan bi

hanyoyin rayuwa ba tare da Kai ba Ka zama bakona na har abada kuma ka zauna a cikin mafakar salamata da farin ciki na ruhaniya Ka bar zuciyata ta buga da kaunarka, kuma ka bar tunanina su yi aiki cikin jituwa, domin in ba da salama da kaunarka ga wasu Kuma bari kamshin kaunarka ya fito daga furen zuciyata, yana jawo rayuka suna neman zaman lafiya ya kawo su gare Ka

Zane-zanen tsaunuka da aka zana a kan labulen shufi, dabarun jikin dan adam masu ban mamaki, furanni masu kyau, girman rai na kirki, karancin tunani mai girma, da zurfin kauna duk suna tunatar da mu game da Mahalicci mai ban mamaki da kuma kyakkyawan hali.

Zan yi iya kokarina in yi duk abin da zan iya don in wadata kaina da wasu da Allah da farko, zan gina gidaje na hikima a tsakanin lambunan zaman lafiya masu koren duhu, wadanda aka cika da furannin kyawawan halaye na ruhaniya.

Ko ni karamin rakuman ruwa ne ko babba, matuƙar babban teku na rayuwa yana goyon bayana

Zan zurfafa cikin tunani har sai na gano sirrin sirri, kuma zan mayar da hankali kan hasken fahimta - kamar tocila - domin fuskar mafi tsarki ta bayyana a gare ni

Bari haskenka ya haskaka a cikina, kewaye da ni, da ko'ina

Soyayya wuta ce da aka boye wadda, ta hanyar umarnin Allah, ke narkar da rashin kyawun duniya kuma ta mayar da ita wani abu da ba a iya gani na kauna ta har abada.

Kamar yadda rana ke fitar da haske da dumi, haka zan yada hasken bege ga rayukan talakawa da wadanda aka

kore, kuma zan sanya sabon sha'awa a zukatan wadanda suke tunanin ba su da bege

Ya Ubangiji, kada in kona kaina da wasu da wutar kishi mai zafi, amma bari in yarda da alheri da kauna da na cancanci daga kaunatattuna

Ina cikin aminci da kwanciyar hankali a bayan bangon lamirina mai tsabta Na kone duhun da ya gabata kuma ina damuwa da shi ne kawai a yau, kuma ba zan ji tsoron komai ba sai kaina idan na yi kokarin yaudarar lamirina

A yau zan kunna wutar tushen damuwa da tsoro, in kuma kunna wutar farin ciki don haskaka haikalin rai da ke cikina.

Babu wanda zai iya fusata ni da maganganun batsa ko kuma rashin kulawa, kuma babu wanda zai iya rinjayar ni da yabo, yabo, da yabo don ya sa ni tunanin cewa ni ne mafi girma da muhimmanci fiye da ainihin kaina.

Ya Ubangiji, Ka fadafa zuciyata yadda za ta iya daukar albarkar kasancewarka, Ka kuma bar ta ta yi karfi da kaunarka har abada

Idan ka yi amfani da karfin zuciyarka yadda ya kamata, zai haifar maka da sabon karma, amma yawancin mutane ba sa son canzawa kuma ba sa son yin kokari, don haka suna durkushewa a gaban matsaloli kuma ba sa iya fuskantar kalubale.

Ya Ubangiji, ka taimake ni in bambanta tsakanin farin ciki mai forewa na rai da jin dadin sha'awa mai jinkiri. Kada in nutsar da kaina cikin jin dadin jin dadin da ke wucewa, ka

taimake ni in gyara hankalina domin su sa ni farin ciki koyausha.

Na raba hasken hankalina daga kunkuntar sararin ji da iyaka na kuma sake su zuwa ga sararin ruhu, don haka fahimtata ta karu kuma wayewarta ta yaƙu a kowace hanya.

Bai kamata mutum ya ji kamar ba shi da taimako ko kuma ya makale ba idan yana da halaye marasa kyau da yake son ya karya. Yanzu dama ce ta shawo kan waɗannan halaye ta hanyar gina kudurin da ya gabata da kuma yin bimbini akai-akai da ya dace.

Ya Ubangijin rayuka da zukata, hasken farin ciki da ke yaƙuwa a sararin kwanciyar hankalina na ciki yana nuna kusancin bayyanarka mai albarka

Ya Ubangiji, ina murmushin murmushin masu kwarin gwiwa da kwanciyar hankali, domin ko ina iyo a saman wannan rayuwa ko kuma ina nutsewa a farkashin rakuman mutuwa, ina nan a cikin zuciyar rayuwarka ta har abada, wadda ke ba da tsaro da kariya, kuma hannunka mai karfi da albarka yana riƙe ni

Rashin lafiya, tsufa, da mutuwa su ne wahalhalu da cikasa da jiki ke fuskanta. Cututtukan tunani, duk da haka, suna mamaye hankali ta hanyar baƙin ciki, tsoro, fushi, sha'awa da aka danna, kiyayya, sha'awar motsin rai, tashin hankali mai zafi, da kuma wani nau'in ciwon daji na tunani wanda ke gurgunta hankalin tunani. Duk da haka, mafi haɗari ga lafiya ita ce rashin lafiyar rai, wadda ke bayyana a matsayin jahilci, wanda duk sauran cututtuka ke fitowa kuma suke yaƙuwa.

Bai kamata a bar tushen kyawawan manufofi da ke ciyar da motsin zuciyarmu da kuma motsin zuciyarmu ya bushe ba.

Duk abin da ke da kyau a waje yana samun sha'awarsa daga cikin zuciyar mutum. Kuma babu abin da ke bata madubin rai tsantsa kamar barnar tunani kamar fushi, mugunta, hassada, da kiyayya. Duk wanda ya yi kokarin 'yantar da kansa daga wadannan mahadan, wadanda ba sa cikin yanayin ruhi, zai bar hasken kyawun ciki ya haskaka daga ciki.

Dole ne a daga hankali daga sararin samaniya mai iyaka zuwa sararin kwanciyar hankali mara iyaka a cikin ruhi.

Ya ruhun tsarki da rashin laifi, ka cece ni daga sha'awar sha'awa marar koshi, domin duk sha'awar kwadayi ta koma toka a cikin harshen hikima, kuma in rike kowace sha'awa ta hankali da jajircewa, kuma in bi nufinka, in kunna wakata mai sauiki cikin jituwa, in cika kananan ayyukana, in kuma rera wakata mai tawali'u.

Ya Ubangiji, ka taimake ni in yi amfani da hankalina kawai ta hanyoyi masu kyau da hankali, kuma in gyara su domin su ba da gudummawa ga farin cikina na gaske

Karfe na hikima da muke fitarwa ta hanyar wutar da ke konewa ta gogewa abu ne mai ban mamaki Rayuwa tana tsarkake mu ta hanyar canza karfe na asali zuwa abubuwa masu tamani don mu rayu a wannan rayuwar a matsayin rayuka masu tsarki kamar lu'u-lu'u, masu tauri kamar karfe, kuma a lokaci guda mai sassauka da lankwasa ba tare da karya matsin lamba na wahala da gwaji masu wahala ba.

Akwai wani boyayyen karfi da ke aiki don aiwatar da tsarin dabi'a da na ruhaniya don kawo tsari da jituwa a

tsakanin abin da ya bayyana rashin jituwa da rudani a cikin halitta

Ya kaunataccena na allahntaka, kai ne farin ciki na har abada, mai sabuntawa koyaushe. Kai ne farin cikin rai kuma kai ne farin cikin da nake fata.

Ya kamata a yi addu'a ga Allah da sha'awa mai karfi da cikakken aminci, kuma za a amsa ta a hankali da natsuwa, amsar da ba ta da tushe wadda ke kawo ta'aziyya da kuma kawo sauyi cikin sauri a rayuwar mutum.

Da farko, dole ne mu fuskanci farin cikin zumunci da Allah domin mu iya kwatanta shi da kananan jin daɗin duniya. Sannan, sha'awa za ta kasance ta yanayi mafi girma. Sha'awa ba ta da iyaka; da zarar an cika wata sha'awa, sai wani ya maye gurbinta, da sauransu. Amma idan ka sami Allah, duk sha'awarka za ta cika.

Mutane masu karimci da kirki waɗanda ke karɓar kyaututtukan ka masu karimci kuma suna raba su da wasu suna faɗaɗa fahimtarsu kuma suna kusantar kasancewarka mai albarka Yayin da muke karɓar kyaututtuka da albarka marasa adadi daga gare ka kowace rana, bari mu juyo gare ka cikin yabo da godiya, Ya Mai ba da dukkan kyaututtuka da albarka

Muddin kana tare da ni, ya Ubangiji, babu wani mugun abu da zai same ni domin za ka juya daga gare ni ka kuma kare ni daga cutarwa

Ayarin addu'ata yana tafiya zuwa gare ku. An hana shi nan da can da guguwar yanke kauna. Amma idan na ga daga nesa wurin karfafawarka ta shiru, sai na wartsake kuma karfina ya sake sabuntawa, don haka ina kara kofari

na don isa gare ka, ina sha'awar tsoma bakina masu
kishirwa cikin mabuɓɓugar farin cikinka da abin sha har sai
na shanye.

Ya Ubangiji, bari in ga alheri da tsarki kawai, kuma in
faɗi kalmomi masu wahayi kawai. Bari in shaƙar kamshin
kaunarka, tare da kamshin sama, in ci abinci mai sauƙi da
lafiya, kuma in shaƙar kamshi mai daɗi da ke tunatar da ni
game da Kai. Bari in ji taɓawarka mai albarka.

A cikin lambun farkawa ta ruhaniya, na tattara digo na
tubata, kuma cikin waɗannan hawayen da kuke kauna,
zuciyata ta tsarkaka gaba ɗaya

Idanuna, Ya Allah, suna sha'awar yanayin rayuwa da ke
canzawa koyaushe da kuma yanayin yanayi mai cike da
haske, tare da furanninsu masu launuka iri-iri da kuma
gajimare suna shawagi a sararin samaniya a hankali Buɗe
idanun raina domin in ga kyawunka mafi girma a cikin
dukan abin da yake mai kyau da kyau, kuma kada in bar ni
in ga komai a rayuwa sai Kai.

Bari in saka wani kafet mai laushi na sanin kai wanda
duk masoyanka za su iya tafiya a kai a kan hanyarsu ta zuwa
farkawa ta har abada.

Allah yana tuna da mu ko da ba mu tuna da Shi ba Idan
Ya manta da halitta na ɗan lokaci, komai zai ɓace daga
wanzuwa. Wanene banda Allah yake kula da wannan Duniya
yayin da take shawagi a sararin samaniya? Wanene kuma ke
sa bishiyoyi su girma kuma furanni su yi fure? Hakika, Allah
ne yake ci gaba da bugun zukanmu. Shi ne wanda ke
narkar da abincinmu kuma yana sabunta kwayoyin halittar
jikinmu kowace rana. Duk da haka, kaɗan ne ke tunawa da
Shi kuma suna ba Shi godiyar da Ya cancanta!

Ya Ubangiji, bari mu dubi kyawawan halaye da kauna mu kuma fahimci cewa biyayya ga dokokinka na halitta za su yi mana rawani da kambin rahamarka

Bari mu gane, Ya Ubangiji, cewa Kai ne maɓuɓɓugar lafiya, teku na rayuwa, kuma tushen dukkan fahimta da ilimi Ka 'yantar da mu daga jahilci da tasirinsa, daga tsoro da damuwa, kuma ka bar ambaliyar hikimarka ta share duk wani barna da barna daga rayuwarmu

Sau da yawa ina sauraron wakoki mafi dadi na wadanda ke kusa da ku a cikin tunani, zuwa wakokin ruhaniya masu ban mamaki da daukaka, zuwa kammala wakokin mawaka na budurwa na ji a cikin zuciyata, da kuma wakoki masu ratsa zuciya wadanda ke fassara tsohon sha'awar da nake da ita a gare ku da kuma sha'awar da nake da ita ta haɗuwa da ku.

Ji daɗin ra'ayoyi masu ban sha'awa na ra'ayoyi a cikin duniyar da ba a gani da boyayyen kyawun da ke cikin rayukanku

Tsakanin Alexander da Yogi Wasiyya Mai Rage Tasiri: Labarin Gano Tafkin Arctic

Wanene mutum na farko da idanunsa suka cika da hawaye (kuma watakila ma da farin ciki da sanyi) lokacin da ya ga Arctic a karon farko a tarihi?

Ta yaya kuma yausha hakan ta faru? Wannan shine abin da za mu yi kokarin ganowa a cikin layukan masu zuwa

Tsawon karni, mutane sun yi kokarin isa wannan yanki mai sanyi na duniya, kuma tarihi bai taba ganin

**wata kasada mai karfin hali fiye da wadannan
yunkurin ba, wanda galibi ya jawo asarar rayukansu.
Cikakkun bayanai game da ci gaban da suka samu a
arewa suna ba da labarin jarumtaka da kuma bala'o'i.**

**Daruruwa da watakila dubban shekaru da suka
wuce, mazauna yankunan da ke kewaye da Tekun
Bahar Rum sun yi imanin cewa duniya kamar faifan
faifai ne mai santsi wanda ke kewaye da babban kogi
wanda suka kira Oceanus**

**Ba su san abubuwa da yawa game da yankunan
da ke nesa da su ba, amma sun ji daɗin yin mafarki da
tunani game da wadannan wurare masu nisa, kamar
wadanda ke bayan Alps da Balkans**

**Daga wadannan yankuna, ana ciro tin don yin
tagulla, kuma ana hako amber don yin kayan ado da
kayan ado. Duk da haka, babu ingantaccen bayani
game da arewa, don haka mawaka suka dauki nauyin
hada labarai masu ban sha'awa game da abin da ke
bayan tsaunuka.**

**Mawakinmu mai ban mamaki kuma marar
mutuwa, Homer, ya ba mu labarin Cimmerians a
arewa mai hazo, da kuma kattai da ke zaune a can,
inda kwanakin suka yi gajeru har makiyayi ya dawo
da yamma zai haɗu da wani makiyayi yana fita kiwo
da safe. Wasu labaran sun nuna cewa mutane sun san
wani abu game da Arewacin Pole, amma yawancin
ra'ayoyinsu game da shi ba daidai ba ne, har ma da
kuskure.**

**Bayan lokaci, mutane sun yi kokarin isa ga
sandunan. A shekara ta 500 kafin haihuwar Annabi Isa
(AS), wani mutum mai suna Hamilcius na Carthage ya
yi tafiya mai girma zuwa arewa, ya isa Ireland kuma**

ya rubuta tafiyarsa. Wannan shi ne labari na farko mai inganci. Bayan haka, an yi yunkurin da ya biyo baya, inda 'yan Scandinavia suka yi tafiya a kan tekuna masu kankara suka gano Iceland. Daga nan, suka ci gaba da neman karin kasa da taska.

Akwai mutane da yawa da suka yi kokari suka kuma gaza. Za mu yi watsi da cikakkun bayanai game da yunkurinsu mu koma ga wanda ya fara gano Arewacin Pole

An haifi Robert Edwin Peary a Pennsylvania a shekarar 1856. Ya karanci injiniya sannan ya shiga rundunar sojin ruwan Amurka. Ya ji sha'awar yin bincike a yankunan da ke kewaye da duniya. Ya san duk wani hatsari da koma-baya da masu bincike suka fuskanta a gabansa, amma ya kuduri aniyar ci gaba kuma ya san cewa ba zai ja da baya daga kudurinsa ba.

Mai bincikenmu, Peary, ya yi kokarin gano duk abin da zai iya game da Arctic, yanayinsa, da cikakkun bayanai da ke kewaye da shi.

A shekara ta 1886, ya yi tafiya zuwa arewacin Greenland, kuma bayan shekaru biyar ya yi wani balaguro na biyu, yana nazarin mutanen, yana ketare kankara, kuma yana tabbatar da cewa Greenland tana da gabar teku ta arewa, don haka ya tabbatar da matsayinta a matsayin babbar tsibiri a duniya. Shekaru biyu bayan haka, ya koma Greenland. A shekara ta 1898, ya fara balaguron shekaru huɗu.

Yanzu Perry ya ji a shirye ya shiga cikin abin da ba a sani ba. Ya fara tafiyarsa mai hatsari a shekarar 1902, amma an tilasta masa ya dawo saboda yanayi mara tsammani. A shekarar 1905, ya sake gwadawa, a

wannan karon ya isa yankin arewa mafi nisa. A karshe, a shekarar 1908, ya tashi a cikin jirgin ruwa mai suna Roosevelt, tafiyarsa ta takwas ta yi nasara. Shi da abokansa suka sauka, suka dauki sleds na karnuka, suka tafi zuwa Pole. A wurare daban-daban, wasu daga cikin abokansa sun tsaya cak don kafa sansani da tattara kayayyaki don tafiyarsa ta dawowa, da kuma taimakonsu.

Ya ci gaba da tafiyarsa tare da wani bawan bakar fata da kuma Eskimos guda huɗu, tare da isasshen abinci na tsawon kwanaki arba'in.

Perry ya yi bankwana da waɗanda ya bari a tashar karshe kuma ya yi tafiya zuwa ga sandar, ya isa wurin a ranar 6 ga Afrilu, 1909, kuma a karshe ya tsaya a saman duniya.

Kafin Peary ya isa Arewacin Pole, ɗan sama jannatin Amurka Frederick Cook ya aika da sakon waya daga Tsibirar Shetland yana mai ikirarin cewa ya isa Arewacin Pole shekara guda da ta gabata. Duk da haka, lokacin da masana kimiyya suka binciki ikirarin Cook, sun gano cewa karya ne kuma bai isa Arewacin Pole ba. Duk da haka, sun amince da wasu daga cikin abubuwan da ya gano a yankin.

Perry yana da karfin hali na musamman, yana tilasta masa yin tafiya akai-akai duk da tsananin ciwo a kafafunsa, sakamakon rasa yatsunsa a shekarar 1898 sakamakon ciwon sanyi, wanda ya tilasta masa yanke kafafu. Duk da haka, wannan nakasa bai hana shi tafiya ba (tare da abokin aikinsa mai aminci kuma mai daraja, Bakar fata Matthew Henson) kilomita 1,400 (a kafa a kan kankara a cikin mawuyacin hali!) a kusa da karshen arewacin Greenland don kirƙirar

taswirar yankin dalla-dalla. Wannan abin jarumtaka ne!

Har yanzu ana daukar Perry a matsayin daya daga cikin jarumai kuma mafi karfin hali wajen cimma buri

A cikin wannan mahallin, Imam Ali (Allah Ya yarda da shi) yana cewa:

"Don haka dole ne ku kasance masu himma da himma, shirya da kuma shirye, kuma ku kara yawan abincinku"

Salam alaikum barka da warhaka

Tsakanin Alexander da Yogi

Akwai labarai masu ban sha'awa da masana tarihi na Girka da wasu suka rubuta a hankali wadanda suka raka ko suka bi Alexander a yakin neman zabensa zuwa Indiya Dr McCrendle ya fassara wadannan labaran don haskaka tsohuwar Indiya Daya daga cikin abubuwan da suka fi burgewa game da nasarar da Alexander ya samu a yakin shine sha'awarsa ga falsafar Indiya da kuma al'ummar yogis da mutanen ibada da ya haɗu da su lokaci zuwa lokaci, wadanda yake son yin tarayya da su. Bayan isa Taxila a arewacin Indiya, jarumin Girka ya aika Onascritus, wani almajiri na makarantar Girka ta Diogenes, don ya kawo masa shugaban bakar fata na Indiya Dandamus, wanda a lokacin yake zaune a Taxila.

Oniskertius ya ce wa Dundamus bayan ya sami wurin buya a tsakiyar dajin:

**"Gaisuwa da salama, ya malamin Brahmins!
Alexander, ɗan babban allahn Zeus kuma shugaban
dukan halitta, yana rokonka ka je wurinsa Idan ka yi,
zai ba ka lada mai yawa, amma idan ka ki, zai yanke
maka kai"**

**Mai yogan ya karbi wannan kiran da aka yi masa
cikin nutsuwa, da kyar ya ɗaga kansa daga kan
gadonsa da aka yi da ganye, ya amsa:**

**"Ni ma ɗan allahn Zeus ne, idan Alexander ne,
ban roki komai daga abin da Alexander yake da shi
ba, domin ina gamsuwa da abin da nake da shi, yayin
da nake ganinsa yana tafiya ba tare da manufa ba
tare da mutanensa a kan ruwa da kasa, kuma babu
karshen yawo da yake yi har abada."**

**"Je ka gaya wa Alexander cewa Allah kadai ne
ubangiji wanda ya cancanci dukan bauta da
girmamawa. Shi ne babban sarki wanda ba ya yin
umarni da mummunan mugunta domin shi ne
mahaliccin haske, zaman lafiya, rai, da ruwa, kuma
mahaliccin jikin ɗan adam da rayukan mutane. Ga shi,
dukan mutane suna komawa lokacin da mutuwa ta
'yantar da su, don haka ba za su sake fuskantar
muguntar cuta ba."**

**Mutumin mai hikima ya ci gaba da maganarsa da
ba'a mai natsuwa:**

**"Alexander ba allah ba ne domin tabbas zai
ɗanɗana mutuwa. Ta yaya wani kamarsa zai zama
uban rayuwa alhali bai hau gadon sarautar sararin
samaniya na ciki ba, bai kuma shiga ramin da rai ba,
kuma bai san hanyar rana a kan manyan yankunan
duniya ba, kuma kari ga haka, kasashen da ke
makwabtaka ba su ji labarinsa ba?!"**

Bayan wannan tsawatarwa, wadda ake ganin ita ce mafi muni a kan kunnuwan (Ubangijin Duniya), waliyyin ya kara da cewa: "Idan yankunan Alexander na yanzu ba su isa su biya masa bukatunsa ba, bari ya ketare Kogin Ganges kuma zai sami babbar kasa wadda za ta iya daukar dukkan mutanensa."

"Abin da Alexander ya ba ni da kyaututtukan da ya yi alkawari ba su da amfani a gare ni. Abubuwan da nake darajawa kuma nake daukar su da amfani ko mahimmanci su ne wadannan bishiyoyin da nake gina gidana da su, wadannan tsire-tsire masu fure wadanda ke ba ni abinci na yau da kullun, da kuma ruwan da ke kashe kishirwata. Duk sauran kadarorin da aka tattara da kulawa sosai, suna da nauyi ga masu su, suna barin su da komai sai bakin ciki da nadama, yawan mutanen da ba su da wayewa. Ni, ina kwance cikin kwanciyar hankali a tsakanin ganye da ciyawa na daji, kuma tunda ba ni da abin da zai sa ni barci, ina barci mai kyau, ina jin dadin barci mai dadi da natsuwa. Idan ina da wani abu da ke bukar tsaro da taka tsantsan, zai dame ni hutawa kuma ya hana ni jin dadin barci. Duniya tana ba ni duk abin da nake bukata, kamar yadda uwa ke ba wa jaririnta madara da nake yawo duk inda nake so, kuma ba ni da wata damuwa da za ta dame ni ko ta lalata rayuwata."

Ko da Alexander zai yanke min kai, ba zai iya lalata ruhina ba. Kaina, wanda zai yi shiru bayan mutuwa, jikina kuma, wanda zai zama kamar riga mai yagewa, zai zauna a kasar da aka yi su daga ciki.

Ni kuwa, a matsayina na ruhu, zan hau zuwa ga Allah, wanda ya suturta mu da jiki ya kuma sanya mu a wannan duniya domin mu tabbatar masa - yayin da muke nan - ko za mu mika wuya ga nufinsa mu rayu

cikin biyayya gare Shi. Kuma idan muka tsaya a gabansa, zai nemi bayanin ayyukanmu Shi ne Alkali mai adalci wanda ya la'anci dukkan mugunta, zunubi, da keta haddi, inda kukan waƙanda aka zalunta ya zama hukunci ga azzalumi

Bari Alexander ya yi amfani da wannan barazanar don tsoratar da waƙanda ke kwadayin dukiya ko tsoron mutuwa Makamin Alexander yana da rauni a kan yogis

Ba ma son kuɗi kuma ba ma tsoron mutuwa. Ku je ku gaya masa cewa Dundamus ba ya buƙatar wani abu da kuke da shi, saboda haka ya ƙi zuwa wurinku. Amma idan kuna buƙatar Dundamus, to ku zo wurinsa da kanku.” Alexander ya karɓi amsar Yogi da kyau a kan harshen Onesicritus, kuma ya ji sha'awar ganin Dundamus, wanda - duk da tsiraicinsa da tsufansa - ya same shi mai cin nasara a birane kuma mai iko da kasashe fiye da nasa.

Littafin Tarihin Rayuwa: Tarihin Rayuwa

By Paramhansa Yogananda

Wasu fa'idodi na ruhaniya

Ga malami mai hikima Paramhansa Yogananda

Allah ya ba mu 'yancin zaɓi kuma ya sanya mana lamiri don bambance tsakanin nagarta da mugunta, da kuma tsakanin abin da ke da amfani da abin da ke cutarwa

Idan muka ji ikon ruhaniya yana aiki a cikin rayuwarmu, muna jin cewa muna ci gaba da samun ci gaba, don haka amincewarmu ga Allah da kanmu tana karuwa, kuma saurin matsaloli yana raguwa don mu

iya magance su da kyau tare da kwarin gwiwa, jin dadi, da daidaito.

Hakikanin yanayinmu shine ruhi, wanda asalinsa shine kwanciyar hankali, nutsuwa, kwanciyar hankali, da kwanciyar hankali. Wadannan abubuwan albarka suna cikinmu kuma muhimmin bangare ne na halittarmu ta ruhaniya.

Mutane kan yi magana game da matsin lambar da suke ji da kuma damuwar da suke fuskanta a karkashin nauyin bukatsu da yawa, amma bai kamata mu bari kanmu mu zama abin farauta ga kowace irin matsala ba, kuma ya kamata mu tuna koyaushe cewa Allah ya ba mu isasshen karfi don mu magance duk kalubalen da muke fuskanta.

Ka sanya Allah a cikin zukaɓaƙa yayin da kake tafiya a kan hanyoyin rayuwa

Ka riƙe kafafunka a kasa kuma kanka sama da gajimaren jahilci a sararin samaniyar rana ta hikima ta har abada

Idan muka rasa damar jin dadin rayuwa da kuma shiga cikin ayyukan nishaɗi masu kyau, za mu kara zama masu tsanani da damuwa fiye da yadda ya kamata. Ko da yanayin ya yi kama da duhu da duhu, dole ne mu ci gaba da imaninmu cewa rana za ta sake fitowa kuma wadanda ke kan hanya madaidaiciya za su iso, komai tsawon lokacin da nisan ya yi da kuma nisan da wurin da za mu je yake.

A cikin tawali'u akwai karfin ruhaniya na gaske, girman ibada, zurfin kauna, da kuma girman gamsuwa da mika wuya.

Mutumun da ke da karfin nufi yana cikin jituwa da Allah kuma baya jiran taurari da taurari su ba shi murmushin su. Maimakon haka, ya ci gaba da tafiyarsa kamar wani tauraro mai hura iska, ba tare da ya taɓa shi ba sai tauraro mai jagora na Allah,

wanda shine rana ta rana kuma Ubangijin shari'a da rayuka.

Bai kamata mutum ya damu da asara da gazawa ba, sai dai ya yi kokari akai-akai, komai yawan kokarin da ya gaza da kuma yadda za su yi daci.

Yaya girmanka, ya abota, kuma yadda kasarka take da albarka da tsarki! Soyayya ita ce abincinka da amincinka abin shanka ne.

Mun zo wannan duniyar ne don mu haɓaka kanmu da kuma bincika karfin ruhaniyarmu, ba don mu nutse cikin tekuna masu duhu na ruɗu waɗanda ke dɗauke da haɗari marasa adadi ba.

Mafi daɗin jin daɗi a rayuwa shine jin cewa muna cikin aminci da kwanciyar hankali a gaban Allah

Lokacin gazawa shine mafi kyawun lokaci kuma mafi dacewa don shuka iri na nasara Dole ne a kawar da gazawa daga tushen sa, kuma dole ne a noma gonakin rayuwa da himma da jajircewa, a kuma shuka da iri na alheri domin a girbe girbi mai yawa, in Allah Ya yarda.

Mutane kalilan ne ke nazarin yanayinsu kuma su yanke shawara ko suna ci gaba ko baya. A matsayinmu na ɗan adam mai baiwar fahimta, hikima, da fahimta, babban aikinmu shine mu yi amfani da hikimarmu da fahimtarmu ta hanyoyin da suka dace.

Babu wani mutum mai ruhaniya da zai iya yin komai ba tare da nasarar abin duniya ba. Kuma babu wani mutum da ke damuwa da abin duniya da zai iya hana shi tunani game da Allah da kuma keɓe lokacin da ake buƙata don yin tunani, hidima, da ayyukan ruhaniya.

Dole ne mutum ya rayu da dukkan tunaninsa, motsin zuciyarsa, da basirarsa, kuma ya kasance mai lura da duk abin da ke faruwa a kusa da shi, kamar kwararren mai dɗaukar hoto wanda ke jiran damar da

ta fi dacewa don ɗaukar hotuna mafi ban mamaki na kyawawan wurare.

Kowanne ɗan adam yana da karfin da ba a taɓa amfani da shi ba. Suna da dukkan karfin da suke bukata. Hankali kansa iko ne mai girma kuma dole ne a 'yantar da shi daga ɗabi'u da ra'ayoyi marasa amfani.

Bari mu tuna cewa matukar jin "kai" yana da rinjaye, akwai yiwuwar nisantar kanmu daga Allah, muna ɗauka cewa muna da isasshen karfi da hikima don mu tsaya da kafafunmu ba tare da tallafi ba kuma mu magance matsalolinmu da kanmu.

Muna jin tsoron cewa idan muka miƙa wuya ga nufin Allah, ba za mu sami farin ciki a cikin abin da Allah ya aiko mana ba, kuma wannan alama ce ta raunin imani. Amma nan ba da jimawa ba, za mu tilasta wa kanmu mu koma ga Allah. Kuma kowane mutum zai gano wannan gaskiyar a rayuwarsa, idan bai riga ya gano ba.

Dole ne mu koma ga Allah da cikakken kwarin gwiwa mu kuma yi masa magana da gaskiya da kuma kusanci cikin harshe mafi sauƙi - harshen zuciya - mu roke shi ya taimake mu mu neme shi mu kuma dogara gare shi don ya kwantar da zukanmu ya 'yantar da mu daga damuwa da damuwa da kuma duk abin da zai iya kawo mana cikas da kuma ƙoƙarin karkatar da mu daga manufar ruhaniyarmu.

Kada ka bari kanka ya zama wanda duniya da tarkunanta suka shafa. Dole ne ka mallaki rayuwarka, ka farkar da karfin zuciya, sannan ka jagoranci jirgin rayuwarka zuwa mafaka mai aminci.

Idan tunani ya girgiza kurar jahilci ya karya sarkar da ke ɗaure karfinsu, za su kara samun damar yin kirkire-kirkire da mu'amala mai kyau da rayuwa.

Idan mutum bai yi gwagwarmaya da wanda ya fi shi karfi ba, ba zai yi karfi ba. Haka nan, idan ka fuskanci wahalhalunka da karfin hali da karfin ruhaniya, za ka kara karfi da juriya.

Kada ka yi tunanin cewa kai mai rauni ne kuma ba ka iya fuskantar yanayin rayuwa, komai wahalarsu ko wahalarsu, Allah ya ba ka karfin shawo kan kowace kalubale ta yau da kullum. Ka tuna cewa komai girman wahalarka, kana da isasshen karfin da za ka iya magance su. Allah yana tare da kai kuma zai tallafa maka matuƙar ka yi imani da shi kuma ka dage da jarumtakar jarumai a yakin rayuwa.

Lokaci ya yi da ɗan adam zai ayyana matsayinsa kuma ya yanke shawara kan hanyar da dole ne ya bi: ko dai zuwa ga rikici da halaka ko kuma zuwa ga manyan manufofin duniya da addinan Ibrahim suka gabatar don ceton rayuka da duniya daga wahala da bala'i. Idan ɗan adam ya taka rawar da ya kamata, kuma aka jagorance shi da ka'idodin alheri, kauna, da ɗabi'a mai kyau, to lallai duhun zai tashi kuma duhun zai bace.

Kana da iko mai girma da baiwa masu tamani da ke kwance a cikin zuciyarka, amma ba ka amfani da su ba. Ka nufi ga rayuwa mai kyau inda akwai nasara, farin ciki, da kwanciyar hankali.

Idan wani ya gaya mini cewa ba zai iya yin wannan ko wancan aikin ba, ban yarda da shi ba, domin zai iya yin duk abin da yake niyyar yi idan ya shirya kansa don hakan

Na gan ka kana noma kasa ta raina da garma ta gwaji da wahala, kana watsar da irin hikimarka a cikin ramukanta, na ci gaba da shayar da waɗannan iri, kuma lokacin da rana ta rahamarka ta haskaka musu, suka girma suka yi girma, suna ɗauke da albarkar girbin gamsuwa da gamsuwa.

Tsutsar siliki tana jujjuya zare a cikin kwamin. Kafin ta fito daga wannan kwamin a matsayin malam buɗe ido, sau da yawa tana ganin kanta a mace a cikin gidan yarin siliki da ta kirkira. Wannan kuma ya shafi mutane. Kafin fikafikan fahimtarsu su girma, suna saka zare na tsoro, damuwa, da jahilci a kansu har sai rashin lafiya ta kama su kuma lokacin tashi ya zo, don haka karshen ya zo.

Sau da yawa muna samun kanmu a cikin kurkuku na kanmu wanda ya sa Me ke kawo wannan wahala? Tunaninmu da hanyoyin rayuwarmu marasa kyau, domin muna aiki kafin mu yi tunani Dole ne mu 'yantar da kanmu daga tunanin fushi da son kai, da kuma rayuwar da ba ta da tarbiyya kuma ba ta dace da manyan burinmu ba Duk waɗanda ke da burin ruhaniya dole ne su ci gaba da gudanar da kuzarinsu da kuma karfin ruhinsu ta hanyar tunani mai kyau, kyakkyawan fata, da aiki mai amfani

Rashin tsoro yana nufin samun imani da Allah da kariyarSa, da kuma samun imani da adalcinsa, hikimarsa, rahamarsa, kaunarsa, da kuma kasancewarsa a ko'ina.

Babu kariya ko tsaro a wajen Allah. Dole ne mu koma gare Shi gaba ɗaya idan muna son tsaro da kwanciyar hankali.

Waɗanda ke tunanin tsaron kansu da jin daɗinsu kawai, suna mantawa ko kuma suna watsi da bukatun wasu, a zahiri suna neman talaucin da zai zama nasu wata rana.

Waɗanda suka manne wa dukiyarsu maimakon amfani da ita don ayyukan alheri ba sa kawo wa kansu wadata a lahirarsu; a maimakon haka, an haife su matalauta, waɗanda sha'awar masu kuɗi da sha'awarsu ke motsa su. Amma waɗanda ke raba

wadatarsu da wasu suna jawo wadata da wadata duk inda suka je.

Idan ka bayar ga wadanda suka cancanci hakan da son rai, za ka ga cewa Allah yana tare da kai koyaushe kuma ba zai taɓa barin ka ba, kuma ba za ka bukaci komai da taimakonsa da kulawarsa ba. Don haka ka dogara ga Allah kuma taimakonsa zai zo gare ka kuma kulawarsa za ta kewaye ka.

Ya kaunataccen mutum, wanda Allah ya boye, kai ne mabubɓugar kauna da ke gudana daga zuciyar abota, kuma kai ne hasken dumi da ke buɗe burɓushin ji zuwa sabbin furanni na aminci da tunani mai laushi na waka

Mu duka mutane ne masu watsawa da karɓa: kuna karɓar tunanin wasu ta zuciyarku, wacce ita ce cibiyar ji, kuma kuna aika tunaninku ta idon ruhaniya (a goshi tsakanin gira), wanda shine cibiyar mayar da hankali kuma zai. Eriyarku tana cikin kwakwalwa, cibiyar wayewa da fahimta mai zurfi.

A ce kana nesa da gidanka kuma kana son sanin abin da ke faruwa a can. Idan hankalinka yana da nutsuwa sosai kuma hankalinka yana shiru, za ka iya fahimtar yadda iyalinka ke ji da tunaninsu a gida.

Idan kana da babban ikon mayar da hankali, tunaninka zai iya shiga ko'ina, kuma hankalinka zai cika da kuzari mai mahimmanci.

Komai a sararin samaniya yana kunshe ne da kuzari ko girgiza. Girgizar magana bayyana ce ko bayyanawa mai karfi fiye da girgizar tunani. Tunanin dukkan mutane yana ratsawa ta cikin ether. Saboda tunani yana da matsayi mai girma na girgiza, ba a bayyana su ba tukuna. Abin farin ciki, ba mu san tunanin dukkan mutane ba!

Ta hanyar latsa ko juya maballan rediyo (da kuma ta wasu hanyoyi a wadannan kwanakin), za ku iya jin

sautuka da sautuka daban-daban Idan ba don sanin da ke cikin yadudduka na ether wanda rakuman rediyo ke tafiya zuwa na'urar karbar ku ba, da kun ji duk sautunan watsa shirye-shirye a lokaci guda.

Allah ya halicci ether kuma ya yi wahayi zuwa ga tunanin ɗan adam don kirkirar hanyoyin watsawa da karbar girgiza ta wannan matsakaici. Rakuman rediyo suna dogara da ether don yaɗuwarsu da kuma wutar lantarki don watsawa da karba. Waɗannan rakuman rediyo masu girgiza ra'ayoyi ne da ake watsawa ta sararin samaniya zuwa ga kowane mai karbar sauti.

Idan kana kusa da wanda kake kauna, za ka ji tunaninsa, amma kila ba za ka iya fahimtar tunanin wani daga nesa ba sai dai idan kana da fahimtar ji sosai. Waɗanda suke yin amfani da dabarun natsuwa da tunani akai-akai suna samun kwanciyar hankali mai zurfi kuma tunaninsu yana kara inganta sakamakon wannan aikin, wanda ke ba su damar fahimtar tunani da manufar wasu ko da daga nesa!

Wani bako ya tambaya: "Shin hikimar tsarkaka ba sakamakon samun tagomashi na musamman daga Allah ba ne?"

Malamin #Paramhansa ya amsa:

"A'a Gaskiyar cewa wasu mutane ba su da ilimi mai tsarki fiye da wasu ba yana nufin Allah yana iyakance ko iyakance kwararar alherinsa ga bil'adama. A'a, hakan ya faru ne saboda yawancin mutane suna hana kwararar haskensa mai haskakawa koyaushe kuma suna hana shi haskakawa a cikin zukatansu.

Daya daga cikin almajiran ya ce, "Zan je tuddai don in kasance ni kaɗai tare da Allah."

Malamin Paramahansa ya amsa:

"Ba za ka ci gaba a ruhaniya ba idan ka yi haka. Hankalinka a yanzu ba zai iya mai da hankali sosai

kan ruhi ba. Tunaninka zai fi zama a kan tunanin mutane da jin dadfin duniya, koda kuwa ka kebe kanka a cikin kogo mai karfi. Yin ayyukan rayuwarka cikin aminci da aminci tare da yin bimbini a kullum ita ce hanya mafi kyau."

Hasken ruhaniya

Akwai wata manufa ta gama gari da ta gama gari da ke bayan ayyukan mazauna wannan duniyar?

Akwai wata bukata da aka raba mana da ke tilasta mana duka mu dauki mataki?

Wani bincike mai sauki game da manufofi da manufofin dan adam ya nuna cewa akwai manufofi dubu da daya, wasu kai tsaye wasu kuma a kaikaice, amma babban burin shine cimma cikakkiyar ni'ima ko farin ciki.

Babban burin dan adam shine guje wa ciwo da sha'awa da kuma samun farin ciki mai forewa Ko za mu iya kawar da ciwo da sha'awa har abada kuma mu sami farin ciki mai forewa wani abu ne daban. Amma gaskiyar magana tana nuna cewa muna kokari da himma don guje wa wahala da radadi da kuma samun jin dadi ko farin ciki.

Me yasa mutum yake aiki a matsayin mafari a sana'a?

Domin yana son zama kwararre a daya daga cikin fannonin aiki

Me yasa dole ne ya yi wannan aikin?

Domin hakan yana ba shi damar samun kudi?

Kuma me yasa zai sami kudi?

Domin zai iya biyan bukatunsa na kashin kansa da na iyalinsa ta hanyar samun sa

Kuma me yasa ya kamata a biya waɗannan bukatun?

Domin irin wannan bincike yana taimakawa wajen kawar da ciwo da kuma cimma farin ciki

Saboda haka, mun ga cewa biyan bukata, kawar da ciwo, ko na jiki ko na tunani, komai kankantarsa ko mai tsanani, da kuma cimma farin ciki sune babban burinmu.

Babu bukar farin tambaya game da dalilin samun farin ciki, domin babu amsar hakan, kuma wannan shine babban burinmu.

Don haka ko menene yanayin aikinmu ko burinmu—fara kasuwanci, neman kudi, neman abota, rubuta littattafai, samun ilimi, sarrafa masarautu, bayar da gudummawar miliyoyin kudi, gano kasashe, neman suna, taimaka wa mabukata, ko kuma son zama masu son alherin dan adam—idan muka bincika ainihin manufarmu muka kuma tuna da ita, neman Allah ya zama gaskiya mai ma'ana da gaske, domin Allah shine wannan ni'ima da muke kokarin cimmawa kuma rayukanmu ke sha'awarta.

**** ***

Idan wani zai rufe fuskarsa da abin rufe fuska, za ka iya sanin cewa dan adam yana nan. Haka nan, yanayi kamar babban mayafi ne, wanda ya kumbura da kasancewar Allah. Allah yana nan a bayan mayafin yanayi da abin rufe fuska, amma dan adam yana kallon wani abu mai sauki, kuma bai fahimci kasancewar abin da ke boye a bayan labulen yanayi ba.

Ba tare da taimakon Allah ba, mutum zai gaza domin karfi da hikimar cin nasarar yakin rayuwa suna fitowa ne daga tushen da ba shi da iyaka.

Idan na zauna cikin shiru, shiru, da tunani mai zurfi, ina jin rawar jiki a cikin rayuwata kuma ina jin Allah yana radfa mini, "Ina nan"

Tunanin da Allah ya ba mu shine kofar zuwa sama: kofar waje ta mulkinsa, amma mutane ba sa amfani da ita kamar yadda ya kamata.

Ba sai mun jira har sai mun bar Duniya don amfani da hankalinmu don neman Allah ba; lokaci ya yi, kuma wurin yana nan. Waɗanda ba sa amfani da hankalinsu don neman sirrin rayuwa da asirin rayuwa yayin da suke cikin wannan Duniya ba za su taba samun su a wani wuri ba.

**** ***

Kowanne ɗan adam yana nuna ikon Allah mara iyaka kuma dole ne ya nuna wani ɓangare na wannan ikon a cikin duk abin da ya cim ma

Waɗanda ke neman yin magana da Allah cikin sani, wanda shine Sanadin Farko ko kuma Mai Buga Rayuwa ta Farko, su ne mafi kusanci wajen warware asirin rayuwa.

Idan kana son kirkirar wani abu, kada ka dogara kawai da tushen waje, amma da farko ka zurfafa cikin kanka ka nemi tushen da ba shi da iyaka. Duk hanyoyin da za a iya amfani da su don samun nasara, duk kirkira masu amfani ga ɗan adam, rawar kiɗa mai kyau, da rubuce-rubuce masu tsarki an rubuta su a cikin taskar Allah.

Waɗanda suka yi watsi da Allah suna yanke layin rayuwarsu

Nufin ɗan adam babban mai samar da makamashi ne, kuma ta hanyar amfani da karfin hali da sha'awar samun damar samun tushen makamashi na gaske, mutum zai iya haɗuwa da mai rarraba karfin ciki mara iyaka cikin sauri

Waɗanda ba sa son yin aikinsu na yau da kullun suna jin karancin kuzari, yayin da ma'aikaci mai himma wanda ke aiki da himma da himma yana tura jikinsa da hankalinsa da wutar lantarki ta sararin samaniya.

**** ***

Nauyin mutum ne ya yi burin cimma manyan manufofi. Ya kamata ya damu da abubuwa marasa amfani da kuma marasa amfani, batar da kuzarin tunani ne mara amfani.

Dole ne a cire ciyayi daga lambun tunani a kuma kawata shi da furannin kaunar Allah domin ya jawo hankalinsa ga Allahn da yake son kyau.

lambu don ci gaba da bunkasa a cikin kasa ta hikima, dole ne ku saukaka rayuwa kuma ku kawar da matsaloli Ta hanyar cimma komai da hankali mai zurfi da rashin shagala, za ku iya bincika ayyukanku, zaɓar abin da yake da mahimmanci da mahimmanci da kuma watsi da abin da yake na sama da ba dole ba Da zarar an kammala aiki, za ku iya janye hankalinku daga gare shi ku yi amfani da shi don bin wasu burin kirkira.

**** ***

Mutane kan yi tunanin wani abu daban yayin da suke yin wani abu, kuma ba su san hanyar da ta dace ta mai da hankali kan abin da suke yi ba.

Dole ne mu koyi yin tunani game da abu daya a lokaci guda da dukkan hankalinmu, dole ne cikakken hankalinmu ya kasance kan wannan abu daya kawai.

Bai kamata mutum ya zama mai rashin kulawa, rashin sha'awa da jin daɗi ba. Cimma abubuwa cikin kasala da rashin kulawa yana haifar da rashin kuzari, sakamakon haka kuma ga gazawa da rashin farin ciki. Bai kamata mutum ya zama injin tunani mai ci gaba da rayuwa ba. Kamar dabba da ke aiki bisa ga ilhami

Babban kuskure ne ga mutum kada ya farka ya kunna hankalinsa Allah ya ba mu waɗannan baiwar kuma yana so mu yi amfani da su da hikima kuma mu san duk abin da muke yi sosai.

Dole ne kuma mu yi tunani sosai kafin mu d'auki kowane mataki mu kuma yi amfani da hankalinmu ta hanyoyin da za su taimaka mana mu girma da kuma fahimtar hadfin kanmu mai mahimmanci da Mahallicci Maɗaukaki Duk abin da za mu yi ya kamata ya dogara ne akan tunani mai kyau da tsari mai kyau

**** ***

Akwai misali na karusar dawaki da direba ke jagoranta wanda ke rife da dawaki Wannan kwatancin yana wakiltar rai da ke hawa a cikin karusar da dawakin hankali ke ja Tunani yana rife da dawaki, kuma nufin sani yana jagorantar Mai karusar yana da matuƙar muhimmanci, sai direba da dawaki da ake bukata don sarrafa dawaki, sannan dawaki da kansu, kuma a karshe karusar. Haka nan, rai shine mafi girma, sai kuma nufin sani, sannan tunani wanda ke sarrafa dawaki, sannan dawaki, kuma a karshe jiki

Tunanin duniya wanda ke jagorantar jiki mai rauni a rayuwa yana barin sha'awarsa marasa tsari ta mamaye maimakon karfafa tsarin jikinsa da kuma inganta hankalinsa ta hanyar amfani da kamun kai da kuma shiryar da su da fahimta ta asali zuwa ga manufarsa ta ruhaniya wadda duk waɗannan abubuwa suke wanzuwa a kanta.

Yayin da yake tafiya a kan hanyoyi masu wahala da kaya, ya lalata karusar rayuwarsa kuma ya bace

Mai neman sanin kansa ya san cewa mafi mahimmancin manufa a rayuwa shine neman farin ciki na ruhaniya da ke boye a cikin rai, kuma a lokaci guda yana koyon haɓaka ikon tunani ko na tunani da kuma inganta hankalinsa don ci gaba da tafiya kan hanyoyin ci gaba zuwa ga burin da ake so, yana kokarin guje wa faɗawa cikin tarkon azaba ta jiki da ta tunani.

A wata ma'anar, almajiri ya fahimci hanyar da ta dace ta cimma ci gaban ruhaniya ta kowane fanni da kuma a kowane mataki.

Dangane da mutumin duniya mai rufi, abin da kawai yake damuwa da shi shi ne ya biya bukatunsa na zahiri da kuma faranta wa sha'awarsa rai, ya yi watsi da nauyin da ke kansa na habaka hankalinsa da ruhinsa.

**** ***

Ana iya magance matsalolin jijiyoyi. Waɗanda ke fama da waɗannan matsalolin dole ne su yi nazarin yanayinsu kuma su kawar da motsin rai masu barna da kuma mummunan tunani da ke lalata su a hankali.

Binciken da aka yi na matsalolin mutum da kuma kiyaye nutsuwa a kowane yanayi da yanayi shine mabuɗin warkar da yanayin juyayi na yau da kullun. Waɗanda ke fama da damuwa dole ne su fahimci yanayinsu kuma su fahimci cewa tunani mara kyau shine tushen rashin daidaito da rashin iya jure rayuwa.

Jiki mai natsuwa da annashuwa yana kwantar da jijiyoyin jiki kuma yana kawo kwanciyar hankali ta fuskar tunani

-

Lura: Wannan ba yana nufin kada ka nemi shawarar kwararru a wannan fanni ba, saboda haka wannan bayani ya isa.

**** ***

A cikin zamani da wurare daban-daban, mutum ya samu, ta hanyar hankali, ra'ayoyi da yawa game da rayuwa da rai

Misali, idan wani ɗan kabilar asali ya kamu da ciwon kai, iyalinsa suna tunanin cewa ransa ya fita daga jikinsa, don haka sai su kira likitan sihiri ya mayar masa da ran. Likitan ya je daji yana neman ran, wanda ya same shi ya dawo da shi a cikin akwati ya

mayar da shi a kan majiyyaci, kuma ciwon kai ya bace bisa ga imani da aka yi.

A wata al'ada, ana yin "atishawar" mara lafiya ta hanyar sanya kugiya (karfe masu lankwasa masu kaifi) a jikinsa don kada ransa ya fita lokacin da ya yi atishawa, amma kugiya ta kama shi!

Kamar yadda wasu mutane suka cimma matsaya mara daidai game da tunanin ɗan adam saboda rashin ingantattun hanyoyin tunani, wasu kuma sun cimma - ta hanyar fahimta ta ainihi - wata fahimta daban, mai wadata da inganci.

Mun san cewa rai ba iri ɗaya bane da numfashi domin akwai wasu mutane da suka dade suna cikin suma ba tare da numfashi ba, wanda hakan ke tabbatar da cewa rai ba za a iya iyakance shi ga numfashi ba. Rai ya fi numfashi girma kuma ya fi kowace irin yanayi ta jiki girma.

Ko mutum ya yarda cewa shi ruhu ne ko a'a, dokar duniya har yanzu tana bukarar ya bayyana yanayin ruhaniyarsa

Ko da kuwa yanayin aiki ko rayuwar mutum, saninsa yana karuwa kuma yana faɗaɗa duk lokacin da ya yi amfani da basirarsa ta hanyar kirƙira da amfani. Kowane aiki mai ginawa yana ba da gudummawa ga ci gaban ɗan adam kuma yana faɗaɗa fahimtarsa.

**** ***

Ina son karatu, amma da kyar nake iya karanta shafuka biyu kafin a kira ni in magance wani abu daban, shi ya sa na maye gurbin karatu da bimbini

Yayin da nake zurfafa cikin zurfin raina, haske mai haske ya bayyana kuma babban farin ciki ya bayyana, farin ciki da ke tare da ni a duk tsawon yini. Wannan shine abin da na fuskanta a rayuwata da kuma abin

da duk wadanda ke magana da Ubangiji mai albarka ke fuskanta a cikin radadin rai da sha'awar zuciya.

Lokaci yana da matukar daraja da ba za a iya batar da shi ba Allah yana so mu daidaita Duk wanda ya bar rayuwarsa ta yi rashin daidaito za a hukunta shi ta hanyar dokar duniya baki d'aya.

Idan kana rayuwa cikin sauiki, kana motsa jiki kowace rana, kana karanta littattafai masu amfani da amfani, kuma kana koyon yin tunani game da Allah a kullum, hankalinka zai yi rawa da farin ciki, kwararar ruwa mai mahimmanci za ta ratsa jininka, kuma kwayoyin jikinka za su cika da sauiki da kuzari da ba ka taɓa gani ba a da. Za ka sami duk ilimin da kake nema daga ruhun da ke cikinka.

Haka rayuwata take koyausha. Ban karanta littattafai ashirin ba cikin shekaru ashirin. Ba na alfahari da hakan, kuma ba don samun wayewar ruhaniya ta Allah ta hanyar yin bimbini ba, da na zama jahilai gaba d'aya.

Idan na duba littafi, sai in ga cewa Allah ya riga ya bayyana mini gaskiyar da ke cikinsa.

Duk ra'ayoyi da gaskiya masu d'aukaka sun fito ne daga Allah Masani, kuma idan ka yi la'akari da Shi, za ka sami hikimarsa kai tsaye

Saboda haka, karanta littattafai masu kyau ya fi bata lokaci akan ayyukan da ba su da amfani, kuma ya fi karatu tunani da tabbatar da sanin gaskiya ta gaskiya, wadda ita ce Allah.

**** ***

Akwai mutane da yawa da ke karatu akai-akai amma ba za su iya ba ku wani abu mai amfani ba. Hanya mafi kyau ta karanta littafi ita ce yin tunani a kan abubuwan da ke ciki da kuma ganin yadda za su iya amfani da su a rayuwarku.

Yana da mahimmanci a yi amfani da fahimta don kada a yarda da duk abin da ka karanta a makance. Abin da ka karanta ya kamata ya gamsar da tunaninka da tunaninka. Don ya cancanci karantawa, littattafai ya kamata su motsa tunaninka, sannan za ka ji tunaninka yana girma da faɗaɗawa.

Wadanda ba sa karatu ko tunani, amma suna rayuwa a zahiri ba tare da manufa ko ma'ana ba, ba sa habaka wani zurfin fahimta ko samun wani ilimi

Jituwa tana sa mu kasance masu jituwa da kuma jituwa da ikon allahntaka wanda ke motsa tunaninmu kuma yana haskaka zukatanmu da hasken wahayi mafi girma

Yin zuzzurfan tunani ita ce hanyar isa ga mafi girman kai

Mutane suna zaluntar kansu idan ba sa karatu, amma tunani ya fi kyau fiye da karatu {Ga mutanen da ke tunani}

**** ***

Daidaito yana da mahimmanci a kowane fanni na rayuwa. Ana ba da shawarar a ajiye kayan karatu masu amfani a shirye kuma a karanta su a lokacin hutu. Mafi mahimmancin wadannan kayan sune littattafan ruhaniya, sai kuma ayyukan kimiyya, wasu tarihi, falsafa, adabi mai mahimmanci, tarihin rayuwar manyan mutane, tarihin tafiya, da duk wani abu da zai iya faɗaɗa fahimtar mutum da kuma samar da wahayi mai zurfi.

Littattafai na iya zama abokai na aminci, kuma idan zabinku yana da inganci, za ku sami karin fa'ida daga gare su.

Da farko zai iya zama da wuya a fahimci ainihin koyarwar ruhaniya da ra'ayoyin manyan masu tunani, amma bayan wani lokaci, za ka ga kana tunani a kan rubuce-rubucensu da kuma shiga cikin tunaninsu. Za

ka ji cewa ka sami wani abu mai mahimmanci, domin duk wadannan masu hikima suna jawo hikima da iliminsu daga taskar hikimar Allah marar iyaka—ra'ayoyin da ba za su taba faruwa a gare ka ba a duk rayuwarka.

**** ***

Furanni da wardi suna da kyau da haske, amma a bayansu akwai lambu mai kyau da kyau wanda ba za a iya misaltawa ba. Duk da cewa wannan lambun yana da cikakken haske kuma yana da wahalar fahimta da farko, idan za ku iya shiga cikin yanayin ruhaniya ta hanyar kofar ido na ruhaniya, za ku iya bincika wannan duniyar ta zahiri kuma ku ji daɗin abubuwan al'ajabinta.

Ina zaune a cikin wannan duniyar mai laushi inda halaye masu kyau da tunani masu taushi da taushi suka fi kowace fure ta duniya ko fure mai daɗi da kamshi. A can, kudan zumar zuciyata tana ci gaba da shan ruwan inabin kasancewar Allah.

Idan muka mayar da hankalinmu zuwa ciki, kuma muka rayu a cikin wannan duniyar da ke boye a cikinmu, za mu ga cewa halayenmu na ruhaniya suna ɗaukar siffofi na musamman waɗanda ke aiki a matsayin tagogi waɗanda muke ganin zakin Allah wanda ya fi gaban bayani da tunani.

**** ***

Duk wanda ya ji ko ya karanta wadannan kalmomin ya san cewa gaskiya nake faɗa

Da ace zan nuna dukkan ikon da Allah ya bani, mutane za su yi tururuwa zuwa gare ni ba don kaunar Allah ba, sai don mu'ujizai. Amma ba na son irin wannan almajiranci na waje. Ya kamata a jawo su ba don iko ba, sai don kaunar Allah, kuma wannan shine manufar rayuwata.

Da ban san Allah ba, da ban yi magana haka ba, kuma kowa zai iya saninsa idan yana so.

Ba na kokarin jawo hankalin mutane ta hanyar jan hankalin motsin zuciyarsu, amma ina magana da tunaninsu kuma ina magance hankalinsu da fahimtarsu Makaho imani ba shi da amfani Dole ne mutum ya kunna ikon fahimtar da Allah ya ba shi kuma kada ya karbi abubuwa a zahiri, sai dai ya fahimci dalilai, tasirinsu, da kuma dabaru da ke bayan alkiblarsu da ayyukansu na ruhaniya.

Da ina da baki dubu, da na yi magana da su duka game da Allah da kuma muhimmancin komawa gare Shi da kuma saninSa.

**** ***

Allah bai roki mutum ya yi bakin ciki, ya yi bakin ciki, ya zama barawo, ko ya yi fushi ba. Wannan ba shine fahimtar Allah daidai ba, kuma ba ita ce hanya madaidaiciya ta samun tagomashinSa ba. Yawan zaman lafiya da mutum ke samu, yawan jin kasancewar Allah. Yawan farin cikin mutum, yawan zaman lafiya da Allah. Waɗanda suka san Allah suna farin ciki domin Allah shine tushen babban farin ciki.

Mutane suna kokarin samun farin ciki a cikin barasa, jima'i, da kuɗi, amma shafukan tarihi cike suke da labaran begensu da suka ruguje da kuma mafarkan da ba su cika ba. Lokacin da na yi ina yin bimbini ya sa rayuwata ta kasance mai amfani sosai.

Jagora da hikimar Allah suna zaune cikin farin ciki na ruhaniya

Idan mutum ya yi daidai da Allah, ko da ya yi kuskure ba da gangan ba, zai san yadda zai gyara kuskuren, kuma idan ya bayyana ra'ayin da bai dace ba, Allah zai gyara shi ya gyara shi saboda kaunar da yake yi wa almajirinsa.

**** ***

Dole ne a daidaita tsakanin ilimin ruhaniya da kimiyyar halitta Ba tare da wannan daidaito ba, mutane da al'ummomi za su yi tuntube a cikin wahala da halaka Idan shugabannin duniyar zamani suka sami wayewar ruhaniya kuma suka yi aiki tare, za su iya kawar da yaki da talauci daga duniya cikin 'yan shekaru

Sanin ruhaniya yana nufin sanin kasancewar allahntaka a cikin kansa da kuma cikin dukkan halittu masu rai.

Wannan sanin kai kadai zai iya ceton duniya, kuma ba tare da shi ba, ban ga wani bege na zaman lafiya ba. Bari ɗan adam ya fara da kansa, domin lokaci yana da tamani da ba za a iya batar da shi ba.

Nauyin da ke kanmu shi ne mu yi iya kokarinmu don kawo Mulkin Allah zuwa Duniya

Mutane da yawa suna jinkirin neman Allah, suna tsoron cewa rayuwa za ta zama duhu da bakin ciki, ba tare da kyau da farin ciki ba. Amma akasin haka gaskiya ne! Farin cikin da waɗanda suka san Allah da gaske suke samu cikin cikakkiyar jituwa da Shi ya fi karfin magana.

Ina cikin farin ciki na ruhaniya dare da rana. Wannan farin ciki shine Allah, kuma saninsa yana nufin boye dukkan bakin ciki da kuma binne su ba tare da nadama ba.

**** ***

A lokacin zamansa na ɗan lokaci a nan, mutum yana ba da muhimmanci sosai ga wannan abin kallo. Amma bai kamata ya shagaltu da shi da abubuwan da ke faruwa ba tare da iyaka ba, domin idan ya yi haka, zai nisanta kansa daga Allah, wanda koyaushe yake kokari, ta kowace hanya da kowace hanya, don ya jawo mu zuwa gare Shi daga tsananin damuwarsa gare mu da kuma tsananin kaunarsa gare mu.

Yana gabatar mana da dukkan mu'ujizai da muke son gani: abubuwan al'ajabi na girma da kuma tsari mara iyaka na yanayi

Yana bayan furanni da wardi, kuma duk wanda ya neme shi da gaske ba makawa zai same shi.

Masana kimiyyar halitta ba su isa ga bincikensu ta hanyar addu'a ta makance ba, sai dai ta hanyar bin dokokin kimiyyar gwaji. Haka nan, duk wanda ya yi amfani da dokokin kimiyyar ruhaniya da gaske zai sami Allah a gefensa ta atomatik.

Lokaci ya yi da mutum zai buɗe idanunsa na ruhaniya ya fahimci cewa neman Allah yana bukatar sha'awa mai ɗorewa da kuma kiyaye dokokin Allah da kyau.

**** ***

Allah yana buga kofofin zukanmu a hankali, yana kiran mu zuwa gare Shi, amma yawancin mutane ba sa son dawowa Duk da haka, lokacin da duniya ta yi duhu a gaban idanunsu, kuma suka shiga cikin matsaloli ko suka faɗa cikin rashin lafiya, suna gaggawar yin addu'a gare Shi da neman taimakonSa.

Wadanda suka karfafa dangantakarsu da Allah a lokutan farin ciki da wadata za su sami Allah a gefensu lokacin da suke bukatarsa. Amma wadanda suka jinkirta wajen haɓaka wannan dangantaka suna la'antar kansu don fuskantar wahalhalunsu da kuma gwagwarmaya da jarabawarsu su kaɗai har sai sun iya—da hikima da cikakkiyar biyayya—su koma ga abokinsu na har abada su kwankwasa kofarsa mai albarka.

Daga cikin tarin mutane, kaɗan ne kawai ke neman Allah da gaske. Ina wadanda suka yi tunanin wannan duniya tasu ce shekaru ɗari biyu da suka wuce? Duk sun tafi, kuma wataƙila kaɗan ne kawai, wadanda suka juya ga Allah suka san kansu, suka

taba fahimtar gaskiyar rayuwa. Duk da haka kowace tsara mai zuwa tana daukar wannan rayuwar a matsayin gaskiya!

**** ***

Kafin wani ɗan adam ya kasance tare da mu, wa yake tare da mu? Allah Kuma idan muka bar wannan duniyar, wa zai kasance tare da mu? Allah ba wani ba Amma zai yi wuya a gane Shi a lokacin sai dai idan mun yi kokarin gane Shi yanzu Idan ka nemi Allah da gaske da zurfi, za ka same Shi, kuma tabbacinka cewa Yana tare da kai koyaushe zai karfafa. Damuwa da ruɗu za su bar ka, kuma ba za a sake ruɗe ka ba.

Duk abin da ke wanzuwa jaraba ce ta jawo hankalin ɗan adam daga Allah Amma Allah ya fi kowace jaraba ta duniya kyau. Idan za ka ga ko da ɗan haske ne game da Shi, za ka fahimci wannan gaskiyar kuma za ka iya samunsa ta hanyar addu'a, tunani a ruhaniya, da kuma kuduri mai karfi.

**** ***

Haikalin da Allah ya fi so shi ne haikalin natsuwa da kwanciyar hankali na ciki ga mabiyansa, inda suke shiga don yin bimbini da tattaunawa, suna barin duniya da damuwarta marasa iyaka.

Bai kamata mu yi mamakin wannan jerin gwanon ɗan adam da ke canzawa koyaushe ba. Yayin da ayarin lokaci ke ci gaba da tafiyarsa, a karshe za ku fahimci cewa kai muhimmin bangare ne na babban halitta. Lokacin da mutum ya kafa haikalin kyau da kwanciyar hankali na ruhaniya a cikin kansa, za su iya jin kasancewar Allah kuma su ji kusancinsa. In ba haka ba, ruɗani na duniya suna da yawa, koyaushe suna nan, kuma damuwarta tana cika zukanmu.

Kowannenmu zai kasance daga wannan duniyar nan ba da jimawa ba, saboda haka dole ne mu fahimci manufar rayuwa. Babban manufar kwarewar ɗan

adam a wannan duniyar ita ce a karfafa mu mu nemi ma'anar rayuwa. Ka sanya sanin Allah ya zama burinka, kuma ka sani cewa bincike mai zurfi da gaskiya game da sirrin rayuwa zai kare ka daga matsaloli da yawa kuma ya cece ka daga tsoro iri-iri.

Tsoron mutuwa, gazawa, matsala, ko bakin ciki yana tayar da babban firgici a cikin mutum Idan mutum ba zai iya taimakon kansa ba kuma iyalinsa da abokansa ba za su iya ba da wani taimako ba, yanke kauna ta mamaye shi, kuma duniya ta yi masa duhu. Amma babu bukatar isa ga wannan yanayin. Idan suka yi tunanin Allah a tsawon rayuwarsu kuma suka ci gaba da alaka da Shi, za su same Shi kusa a lokutan wahala da kwanaki masu wahala.

**** ***

Idan yawancin mutane suka ga wani ba shi da kyau, ya kamata su binciki kansu. Akwai wasu halaye na dabi'a da ba su dace ba. Watakila suna yin magana da yawa, suna da saurin shiga harkokin wasu mutane, ko kuma suna gaya wa wasu abin da ke damunsu da kuma yadda ya kamata su rayu, ba tare da karɓar shawarwari don inganta kansu ba. Waɗannan kaɗan ne daga cikin misalan halayen tunani da za su iya sa mu zama marasa kyau ga wasu.

Imani da Allah da kuma yin imani da Allah abubuwa ne guda biyu daban-daban Imani ba shi da amfani sai dai idan mun fuskanci hakan kuma muka rayu da shi Imani da ke canzawa zuwa gogewa ya zama imani, kuma ba za a iya musantawa ko musanta bangaskiya ba saboda ita ce gaskiya mai fahimta da rashin girgizawa. Babban iko ne, kuma sakamakonsa nan take kuma abin mamaki. Imani yana aiki da cikakken daidaito kuma ba ya barin sarari ga kuskure.

**** ***

A idanun mutum akwai tarihin rayuwarsa gaba daya, kuma ba za a iya boye shi ga wadanda suka san yadda ake karanta shi ba. Akwai idanu na ruhaniya da idanu na duniya masu yaudara, idanu masu wayo da idanu masu sha'awa duk abin da mutum yake yi ana rubuta shi a idanunsa, kuma idan na yi nazarin abin da na gani a cikinsu, mutane za su yi mamakin fahimtata.

Dole ne mu guji ayyukan da ke bata tunani da kuma lalata rai. Ayyukan da ba daidai ba suna haifar da mummunan motsin rai ko na mugunta wadanda ke bayyana a cikin kamannin mutum da halinsa. Madadin haka, ya kamata mu shiga cikin ayyuka da tunanin da ke haɓaka kyawawan halaye da muke so. Wadanda suka yi la'akari da wadannan gaskiyar za su ga rayuwarsu ta zama kyakkyawa mai ban mamaki.

**** ***

Abokai na gaskiya ba kasafai suke fahimtarmu ba. Kuna iya magana da aboki cikin gaskiya ba tare da an fahimce ku ba, amma abota ba za ta iya girma da bunkasa ba matuƙar akwai wata alama ko bukata daga daya zuwa ɗayan.

Abota za a iya gina ta ne kawai bisa ga harsashin 'yancin kai da daidaiton ruhaniya. Saboda haka, hulɗa tsakanin abokai ya kamata ta dogara ne akan wannan ka'ida kuma bisa ga wannan gaskiyar. Idan ka wulakanta wani, ba za ka taɓa dandana daɗin abotarsa ba.

Akwai mutane da yawa da ke tafiya a kan hanyoyin rayuwa ba tare da abokai ba, ban ma iya tunanin yadda suka ci gaba ba!

Abokai na gaskiya ba kasafai suke fahimtarmu ba daidai, kuma idan sun yi, na ɗan lokaci ne kawai. Idan wani ya ci amanar amincinka da amincinka, ci gaba da ba su kaunarka da fahimtarka kamar babu abin da ya

faru, kamar yadda za ka so ka sami amincewa da aminci a madadinka.

Amma idan wannan mutumin ya ci gaba da yin abin da ya raina ka da kiyayya a gare ka, kuma ya ci gaba da buga hannun abota da aka mika masa, to ya fi kyau ka janye hannunka na ɗan lokaci.

**** ***

Kowannenmu za a ɗauke shi daga wannan duniyar nan ba da jimawa ba, saboda haka dole ne mu fahimci manufar rayuwa yanzu

Babban burin kwarewar ɗan adam a nan shine karfafawa da karfafa neman ma'anar rayuwa da manufarta. Bai kamata a bai wa wannan tafiyar ɗan adam muhimmanci ba. Yayin da tawagar lokaci ke ci gaba da tafiyarta, daga karshe za mu fahimci cewa mu bangare ne na rayuwa mafi girma, saboda haka, dole ne mu mai da ilimin Allah babban burinmu.

Tsoron mutuwa, gazawa, matsala, ko bakin ciki mai raɗaɗi yana tayar da babban firgici a cikin mutum

Idan mutum ba zai iya taimakon kansa ba, kuma idan iyalinsa ba za su iya ba da taimako ba, yanayin tunaninsa ba zai yi daɗi ba. Amma Allah ba zai yi watsi da waɗanda suka yi imani da shi ba kuma suka dogara ga ikonsa na taimaka musu ba.

Kafin wani ɗan adam ya kasance tare da mu, Allah yana tare da mu. Idan muka bar wannan duniyar, Allah zai kasance tare da mu.

Amma ba za mu iya sanin Allah ba sai mun yi kokari yanzu kuma muka yi kokari da gaske don mu yi magana da Shi da kuma kusantarSa

**** ***

A farkon shekaruna na sha wahala sosai, kuma sakamakon haka ni ne na fi shan wahala

Tsarin azabtar da kai ne Domin ina da saurin fushi, a gare ni ya zama kamar wasu suna jin dadin bata min rai da kuma hana ni kwanciyar hankali.

Kada ka bari wani ya d'auke maka kwanciyar hankali

Bacin raina ba wai kawai saboda ba'a da izgili da wasu ke yi ba ne, har ma ya samo asali ne daga yadda nake jin dadin maganganunsu, na gano cewa yayin da nake jayayya da masu suka na, haka nan suke jin dadinsa.

A karshe, na yanke shawarar cewa babu wanda zai iya lalata kwanciyar hankalina na ciki, sai na ce wa kaina: "Bari su yi suka gwargwadon yadda suke so, amma ba zan kara mai da hankali ga sukarsu ba"

Kuma wannan shine ainihin abin da ya faru Na yi watsi da maganganunsu marasa adalci da na bata rai gaba daya, kamar ba su wanzu ba A hankali, suka rasa sha'awar yin ba'a da ni suka zama abokaina; wasu ma sun bi sawuna.

Ba shi da amfani a yi kokarin neman alheri da girmamawa daga wasu; maimakon haka, dole ne mu cancanci hakan da kanmu.

Idan muka yi wa wasu gaskiya, muka girmama su, kuma muka mayar musu da alheri da tausayinsu, za su ci gaba da yi mana mu'amala da girmamawa.

Bai kamata mu gurgunta kyautatawar wasu a gare mu da tsananin tausayinmu idan suka yi mana suka mai kyau ba, a'a ya kamata mu yi aiki tare da duk wanda ke kokarin taimaka mana.

**** ***

Wannan duniyar za ta ci gaba da fuskantar matsaloli da rudani. Maimakon ya mika wuya ga tsoro da damuwa, ya kamata mutum ya koma ga Allah ya sami zaman lafiya, tsaro, da aminci, ba kawai ga

kansa ba har ma ga masoyansa wadanda Allah ya sanya su a cikin kulawarsa.

Bai kamata mu kasance masu manne wa mafarkan wannan rayuwa mai wucewa ba, sai dai mu kasance cikin jituwa da Allah

A wajen Allah, babu tsaro a ko'ina Dole ne mu gane alakarmu da Allah domin mu kawar da rudu gaba daya.

Ta hanyar yin bimbini a kan Allah, muna jin farin cikin kasancewarsa kuma muna kawar da mafarkan rayuwa masu ban tsoro

**** ***

Motsa jiki don kwantar da hankali da kuma kwantar da hankali:

Taurare tsokoki na jikinka ta hanyar amfani da karfin zuciya. Da karfin zuciya, ka jagoranci karfin rai (a lokacin da ake motsa tsoka) don ya mamaye jiki ko wani bangare na jiki da aiki.

Ina jin kuzarin yana rawa, yana bugawa, yana caji jiki kuma yana rayar da shi da kuzari

Ka huta ka ji karuwar rayuwa da kuzari da ke gudana ta cikin kwayoyin jikinka da kyallen jikinka

Ina jin cewa ba kai ne jiki ba, amma kai ne rayuwar da ke rike jiki

Jin kwanciyar hankali, 'yanci, da kuma karin kwanciyar hankali da ke tattare da yin wannan aikin

**** ***

Idan kana da fahimtar Allah, ko da kuwa makomar ta yi kama da ba ta da kyau, abubuwa za su ci gaba da inganta kuma ba za ka gaza ba matuƙar kana tafiya cikin hasken Allah kuma kana da jagorancinsa.

Dole ne mu kawar da ra'ayin cewa Allah, da dukkan ikonsa mai ban mamaki, yana nesa da sama, kuma muna da rauni kuma an binne mu a karkashin tarin matsaloli da matsaloli a wannan duniyar.

Bari mu tuna cewa ba mu kadai ba ne, cewa a bayan nufin dan adam akwai babban nufin Allah, kuma duk wanda ya nemi taimako da gaskiya da aminci tabbas zai same shi.

**** ***

Komai a sararin samaniya yana da alaƙa da wasu kuma yana da alaƙa da wasu

Ta hanyar amfani da hankalin dan adam da Allah ya ba mu yadda ya kamata, mun fahimci cewa dukkan rayuwa tana da alaƙa da Hankali Mafi Girma

Wani lokaci za mu iya tunanin cewa mu abin wasa ne a hannun kaddara, amma idan muka saki hankalinmu fiye da iyaka, siffofi na ruɗani kuma muka gwada girman wayewarmu da fahimtarmu, za mu fahimci cewa a cikinmu akwai walƙiyar ikon allahntaka wadda ke kirƙira da kuma rike dukkan rayuwa, kuma tana jiran a tashe ta.

**** ***

Rashin karfin hali yana samuwa ne daga boyewar sanin wani rauni na gaske ko wanda ake tsammani

Domin kokarin rama wannan raunin, wasu mutane na iya komawa ga daukar garkuwar girman kai na karya su kuma yi alfahari da girman kai.

Wadanda ba su san ainihin dalilin da ke bayan wannan yanayin rashin lafiyar kwakwalwa ba za su iya cewa mutumin yana da yanayin fifiko

Duk wadannan hadaddun abubuwa suna nuna rashin jituwa a cikin gida kuma suna lalata ci gaban kai. An haife su ne daga tunani da rashin kula da gaskiya, kuma ba su da alaƙa da yanayin rai mai karfi.

Dole ne a tabbatar da kwarin gwiwa kan tushen nasarorin gaske da kuma fahimtar cewa rayuka masu wayewa ba su rasa komai ba domin suna da wadata a cikin Allah.

**** ***

Tsarin jijiyyoyi yana da ayyuka biyu:

Tsarin jijiyyoyi yana ba mu damar mu'amala da duniya. yogis na zamanin da sun gano cewa tsarin jijiyyoyi yana kuma taimakawa wajen hada mutane da Allah.

Karfin rai a jikin dan adam yawanci yana fitowa waje, daga kwakwalwa da kashin baya ta cikin jijiyyoyi zuwa ga jijiyyoyi da kuma abubuwan da suka faru na jin dadi na waje.

Idan aka sarrafa wannan karfin rai - ta hanyar tunani - yana juya kwararar sa zuwa ciki maimakon waje, kuma yana jawo hankali da shi zuwa gatari ko cibiyoyin da fahimtar ruhaniya da ilimin Allah ke zaune.

Jin tsoro - wanda shine yawan motsa jijiyyoyi - yana takaita sanin jiki, yayin da natsuwa ke jawo hankali ga Allah.

Idan ka yi bimbini ka kuma kashe kuzarin jijiyyoyi na waje ka kwantar da hankalinka, ikon rayuwa yana janyewa daga gabobi zuwa cibiyoyin sanin ruhi, sannan a kafa alaƙa tsakanin tsarin jijiyyoyi da mafi girman sani, don haka za ka ji kasancewar allahntaka kuma ka zama a kasar haske fiye da yankin barci da rashin sani.

**** ***

Mutane da yawa suna sha'awar sabowar kuruciya, kamar yadda a wata hanya ko wata, kowa yana neman "mabubbugar kuruciya ta har abada," amma menene kuruciya?

Ba dukkan matasa ba ne dole su zama matasa, domin wasu sun tsufa kuma sun fi karfin shekarunsu. A akasin haka, akwai wasu tsofaffi waɗanda ke riƙe kuruciyarsu duk da tsufansu. Suna ci gaba da sa hankalinsu ya yi kyau, kuzarinsu yana gudana daga

ruhin kuzarinsu zuwa ga jikinsu da fuskokinsu, kuma jininsu yana bugawa da farin cikin rayuwa.

Akasin haka, akwai mutane marasa kyau, masu bacin rai, masu bakin ciki, masu suka, da kuma masu karya gwiwa, kamar sun mutu - Allah ya sa rayuwarka ta dade

Babu wani uzuri ga yanayin tunani mara kyau. Ya kamata mu kasance masu kyakkyawan fata, masu kyakkyawan fata, cike da rai da kuzari, masu godiya ga ni'imomin Allah, da kuma nutsewa cikin tarin matasa na ruhaniya da ke fitowa daga zurfin rayuwarmu.

**** ***

'Yan'uwana maza da mata a wannan duniyar, don Allah ku tuna cewa Allah ɗaya ne kuma dukkanmu 'yan uwa ne na iyali ɗaya ta duniya. Saboda haka, dole ne mu ɗauki hanyoyi masu kyau don taimaka wa junanmu—a zahiri, a ɗabi'a, a kuɗi, da kuma a ruhaniya—domin mu zama 'yan ƙasa masu koyi na wannan duniyar.

Idan kowane mutum a cikin al'umma mai mutane 1,000 ya koma yin zamba, yaudara, da faɗa don wadatar da kansa ta hanyar cin amanar wasu, kowannensu zai sami makiya 999. Amma, idan kowane mutum ya yi kokarin yin haɗin gwiwa da aiki tare da wasu, maimakon a kan su, kowannensu zai sami abokai 999.

Hakazalika, idan dukkan ƙasashe suka taimaki junansu saboda ƙauna, duniya za ta kasance cikin kwanciyar hankali kuma za a sami damammaki da yawa don biyan buƙatun kowa da kuma inganta walwalarsa.

**** ***

Wadanda suka sami wayewar ruhaniya suna nuna halaye masu kyau na namiji da mace. Lokacin da

mutum ya sami daidaito mai kyau tsakanin hankali da motsin rai, ya koyi ɗaya daga cikin muhimman darussa da suka zo wannan duniyar. Dole ne mutum ya fahimci cewa ainihin yanayinsa na ruhaniya ne, ba na zahiri ba.

Idan namiji da mace suka kalli junansu kawai a matsayin hanyar biyan bukatunsu, suna fuskantar haɗarin lalata jituwa da kuma rasa farin ciki na gaske. Dole ne namiji ya sa mace ta ji cewa ba wai kawai tana tare da shi ba ne don biyan bukatunsa na sha'awa, amma a matsayin abokin tarayya da abokiyar zama wadda yake daraja, girmama, kuma yake ɗaukarta a matsayin bayyana mafi kyawun ma'anoni na rayuwa. Mace ma, ya kamata ta ɗauki namiji a matsayin haka.

Idan miji da mata suka kaunaci junansu da tsantsar kauna ta gaskiya, za su fuskanci cikakkiyar jituwa a matakin jiki, hankali da ruhaniya.

Idan suka nuna kaunarsu ta hanya mai kyau, sakamakon shine haɗin kai mai nasara da kuma sabon farin ciki

**** ***

Idan mutum ba shi da farin ciki a rayuwa, yana sane da hakan sosai. Hanya ɗaya ce kawai ta zuwa ga farin ciki, kuma ita ce ta hanyar haɗi da Allah.

Allah ba zai taɓa yin watsi da waɗanda suka dogara gare Shi ba, kuma ba zai taɓa yin watsi da waɗanda suke kaunarSa ba

Waɗanda ke da basira ta ruhaniya za su iya tsara hanyar da kuma nuna cikas da tarko, amma masu neman gaskiya dole ne su yi kokari su kuma yi nisa da kansu. Jima'i ta ruhaniya da waɗanda ke da alaƙa ta gaske da Allah yana ba da fa'ida ta ruhaniya ga waɗanda ke son tafiya a kan hanyar da kuma cimma burin da ake so.

**** ***

Kwanciyar hankali

**Lokacin da damuwa mai zafi ta bace musu zafi
Natsuwa ta bayyana, tana kawo zaman lafiya da
kwanciyar hankali**

**Shine farin ginshikin jirgin ruwa na rayuwa
Yana cike da iskar farin ciki mai dorewa, babu
wani farin ciki, babu wata damuwa**

**Don haka ta tura jirgin a hankali a saman tafkin
Al-Rida**

**Natsuwa ita ce kwararar gamsuwa zuwa ga teku
na aminci, wanda rakuman damuwa ba su taɓa shi ba.
Ita ce laima ta rai, tana yaɗuwa a cikin tunani da
zuciyar ɗan adam don kare farin cikin rayuwarsa,
kanana da babba, daga ruwan sama na tsoro da
damuwa.**

**Ita ce alamar sama da ke fitowa daga waka ta rai.
Ita ce gishiri mai tsarki a kan teburin rayuwa, feshi
mai tashi daga magudanan ruwa na nasara, da kuma
yanayi mai ban mamaki, mai natsuwa wanda ake
gudunar da mulkin rai cikin jituwa da jituwa.**

**Natsuwa ba wai kawai ga wuraren shakatawa na
sirri ba ne**

**Kuma babu wata hanyar tsira daga hayaniya da
hayaniya**

**Maimakon haka, yana zuwa inda zukata ke
maraba da shi**

**Kuma tana zama inda rayuka ke samun kwanciyar
hankali a cikinta**

Ba tare da la'akari da lokaci da wuri ba

Fure ne mai laushi, mai rauni

Ba zai iya jure wa tabawa mai karfi ba

**Maimakon haka, yana rayuwa, yana fure, kuma
yana bunkasa**

Idan an shayar da shi da ruwa mai tsabta

**Natsuwa wani tafki ne na jin dadi
'Yanci daga kurajen bakin ciki
Ita da ke zubar da hawayen tsoro
Don dan karamin dan damuwa da damuwa
Idan aka rufe shafin ruhin natsuwa
Wani yanki na dusar kankara mai tsabta da
haske:**

**Dusar kankara ta natsuwa da kwanciyar hankali
Guguwar tsoro da guguwar damuwa ba za su yi
nasara ba**

**Yana damun zaman lafiya da kwanciyar hankali
A karkashin wannan Layer mai tauri da sheki
Don wannan haske mai albarka, mai haske**

**** ***

**Abota ita ce mafi tsarkin siffar kaunar Allahntaka
Domin kuwa an haife shi ne daga zabin zuciya na
'yanci**

**Ba a tilasta mana ta hanyar tunanin iyali ba
Abokan kirki ba sa rabuwa
Babu abin da zai iya raba dangantakar kaunar
'yan'uwantaka**

**Taskar abota ita ce dukiya mafi daraja
Domin abota ta gaskiya tana da alaƙa da rai
Fiye da iyakokin wannan duniyar
Duk abokan da muke da alaƙar soyayya da su
Za mu sake haɗuwa da su a cikin gidan sama
Domin soyayya ta gaskiya ba ta mutuwa**

**** ***

**Mutane da yawa suna zuwa ga hanyar ruhaniya,
amma waɗanda suka dage har zuwa karshe za su
ɗanɗani ni'imar ruhaniya kuma su ji daɗin zaman
lafiya ta gaske**

**Almajirai masu gaskiya - waɗanda suka fahimci
cewa hanyoyin duniya masu duhu da laka suna haifar
da takaici da takaici - sun juya ga Allah su neme shi**

**da gaskiya, kuma ba su da shakka game da ikonsa na
ceton su da kuma ta'azantar da su**

**Ko mai neman ya sami amsa mai ma'ana daga
Allah ko a'a, bai rasa amincewarsa a gare Shi ba,
amma yana ci gaba da rokonsa a cikin zurfin ransa,
yana da tabbacin cewa Yana jin addu'ar kuma Zai
amsa kiran zuciya a lokacin da ya dace.**

**** ***

**Kimiyya ta tabbatar da cewa kowace kwayar
halitta ba ta lalacewa, kuma kowace irin kuzari ba ta
lalacewa.**

**Wannan kuma ya shafi ɗan adam kansa ko kuma
yanayin ruhaniyarsa mara mutuwa**

**Kwayoyin halitta na iya canzawa, kuma ruhin ɗan
adam yana fuskantar canje-canjen gogewa**

**Sauyin karshe ana kiransa mutuwa, amma
mutuwa ko canjin siffa ba ya canzawa ko lalata ainihin
ruhaniya.**

**** ***

**Ya Ubangijin halittu kuma Masoyan zukata, Ka bar
kulawarka ta raka mu. Bari mu gane cewa Kai kaɗai
ne Sarki Mai Ikon Allah, wanda ke kan karagar
mulkinmu a kan karagar burinmu.**

**Bayan kofar rayuwa da mutuwa, Kai, Ya Ubangiji,
kai ne babban burinka kuma mafi girma**

**Kai ne ainihin rayuwa, kuma babu abin da ke
wanzuwa ba tare da kai ba**

**Albarka ta tabbata a gare mu domin mu ga alheri,
mu ji alheri, mu kuma yi tunani mai ban sha'awa da
amfani.**

Masu tawali'u su ne manyan mutane na duniya

**Mai nema dole ne ya nemi Allah da kansa, domin
babu wanda zai iya ba shi wannan ilimin; maimakon
haka, dole ne ya yi aiki don samun babbar lada.**

**Idan mai neman Allah ya yanke shawara mai karfi,
kuma ya hada wannan kudurin da tunani mai zurfi, zai
same shi**

**Da zarar ka taɓa kasancewar allahntaka, za ka
wuce dokar dalili da sakamako**

**Farin cikin da mutum ke tunani da nema yana
samuwa ne daga Allah, kuma waɗanda ke hulɗa da
Shi su ne waɗanda suka yi farin ciki da gaske.**

**Ya Ubangiji, ka albarkace mu domin mu ba ka
matsayi na farko a rayuwarmu, domin kada mu bari
jarabawar duniya ta yi gogayya da kaunarka a
zukanmu.**

**Bari mu buɗe zukanmu ga kaunar Allah domin
ta shiga rayuwarmu, ta cika su da haske, ta kuma
kawata su da furannin farin ciki**

**Duk wani kyakkyawan aiki da muke yi jari ne mai
nasara har abada**

**A bayan sanin ɗan adam mai iyaka akwai ikon
Allah mara iyaka**

Rayuwa mai sauƙi tana ba da 'yanci

**Idan tunani ya kwanta, zai yiwu a saurari shirin
Allah ta hanyar rediyon bege. Kuma idan muka sami
gaskiya, muna jawo hankalin mutane masu gaskiya
zuwa gare mu, kuma ta hanyar su, muna dandana
alherin Allah da kaunarsa.**

**** ***

**Komai shekarunka, idan ka ce "Zan iya" kai
ƙarami ne**

**Tunanin da Allah ya ba mu kayan aiki ne mai
girma kuma yana son mu yi amfani da shi don yin
alheri**

**Da zarar na ƙara tunani game da Allah a cikina,
haka nan kuma kasancewarsa take bayyana a fili a
gare ni a duniyar da ke kewaye da ni.**

**** ***

**Ya Ubangiji, ka albarkace mu, ka kuma sa mu
kaunace ka da babban kauna**

**Domin mu ji dadin kasancewarku kuma mu ji
dadinku**

Kowace rana ta rayuwarmu

**Domin duniya da jarabawarta ba za su iya
mallakar zukatanmu ba**

**Ko kuma ka dauke hankalinmu ka hana mu
tunaninka**

**Ka albarkace mu domin mu rayu kowace rana
cikin haskenka da salamarka**

**Muna son ku kuma muna jiran tuntuɓar ku da
fatan alheri**

**Maimakon yin sha'awar abubuwan duniya
wadanda ba su dawwama**

Ka shiryar da rayuwarmu zuwa gare ka

Don haka lokacin da miyagun halaye ke kokari

**Don mu mallake mu kuma mu ɗaure saninmu ga
iyakokin wannan duniyar**

**Ra'ayoyinmu suna zuwa gare ku cikin sauri mai
girma**

**Duniya, ya Ubangiji, tana haifar da damuwa a
cikinmu**

Yayin da kake yin bimbini

**Yana kawo tsaro da kwanciyar hankali ga
rayukanmu**

Kai ne rayuwarmu

Kuma kai ne masoyinmu

Kuma da dadin kasancewarmu

Da zurfin ibada muke yi maka sujada

Ya Ubangijin zukatanmu

Muna rokonka ka cika rayuwarmu da kaunarka

Kuma don nuna kanmu gare mu

Kuma ga dukkan mabiyanka da masoyanka

Buddha da masoyinsa: Jagora #Paramhansa

Karin laccoci daga malamin

Paramhansa Yogananda

A wannan link ɗin:

[wwwswaidayogacom](http://www.swaidayogacom)

A Indiya, ana ɗaukar Buddha a matsayin jiki na Allah. Ya rayu kimanin shekaru ɗari biyar kafin Yesu Almasihu kuma ɗan wani sarki ne na Indiya.

Mahaifin Gautama (wanda daga baya aka san shi da Buddha, ma'ana "mai haske") ya kewaye ɗansa na sarauta tun daga haihuwa da kowace irin alfarma da kyau, yana ba shi jin daɗi mara iyaka. An ce bikin auren Gautama yana da ban mamaki da ban sha'awa har da tsoffin masarautu ba su taɓa ganin irinsa ba.

Ta haka ne, Gautama ya girma ya kai ga balaga, yana mai imani da cewa duniyar da ke kewaye da shi wuri ne na bukukuwan farin ciki na dindindin da abubuwan farin ciki marasa iyaka.

Amma Yarima Gautama yana da sha'awar gano duniya bayan kofofin fada da lambuna masu kyau Wata rana, ya fita a boye tare da direban karusarsa don ya ga duniya da kansa

Kyakkyawar saurayin ta yi mamaki kuma ta yi matuƙar tasiri a lokacin da ya ga dattijo mai rauni a karon farko a rayuwarsa, da kuma wani mutum yana numfashin numfashinsa na karshe, da kuma ganin gawa marar rai.

Ya kalli jikinsa mai lafiya da kuzari sannan ya tambayi matuƙin jirgin ko jikinsa ma zai tsufa, ya rube, ya rasa haskensa. Matuƙin jirgin ya amsa da rashin son rai:

"Ya Yarima, dukkan jikin ɗan adam yana iya kamuwa da cututtuka, rauni, da tsufa, don haka makomarsu mutuwa ce."

Da jin haka, matashin yarima ya fara yin la'akari sosai da rudu na rayuwar duniya Wata rana da dare, yayin da matarsa da ɗansa tilo ke barci, Gautama ya kalle su, da hawaye, ya bar fadar yana neman gaskiyar da za ta 'yantar da ɗan adam daga bakin ciki da radadi har abada, ta kuma ba su fahimtar sirrin rayuwa da mutuwa.

Yariman ya yi nau'ikan son kai da kuma kin yarda da kai. An ce ya shafe shekaru bakwai yana azumi da sauran ayyukan ruhaniya. A karshe, yayin da yake yin bimbini a karkashin bishiyar 'ya'yan itace (fig) a yankin Bodh Gaya na Indiya, ya sami cikakken wayewa.

Daga nan sai ya ci gaba da cin abinci yadda ya kamata don ciyar da jikinsa kuma ya yada ka'idodin tausayi da soyayya daidai gwargwado ga dukkan halittu masu rai - ɗan adam, tsuntsu, da dabba. Ya kuma ba da shawara game da haɗewa ga abubuwan duniya da fatan cimma nirvana, ko yanayin rabuwa da ke 'yantar da rai daga sake haihuwa.

Daga baya, mabiyansa sun yada koyarwarsa a ko'ina cikin Indiya, Japan, China, da sauran sassan duniya

Yanayin Nirvana, ko rashin biyun biyu, sau da yawa ana fahimtarsa a matsayin halakar kai. Amma abin da Buddha ke nufi shi ne halakar da mutum mai iyaka ko kuma son kai na karya. Dole ne a lalata wannan ɗan karamin halin mutum domin rai marar

mutuwa ya sami 'yanci daga zagayowar komawa ga jikin ɗan adam.

An maye gurbin koyarwar Buddha ta halaka, wadda ta ɗauke ta a matsayin manufar rayuwa, a Indiya daga baya da koyarwar Swami ta Shankara, wanda ya kafa tsarin Swami a Indiya, wanda ya koyar da cewa manufar rayuwa ita ce cimma haɗin kai mai farin ciki da ruhin duniya ba tare da halakar da sanin kai ba.

Jagora Buddha da almajiransa suna zaman kaɗaici A lokacin da suke tafiya a Indiya, wani abin mamaki ya faru da Buddha wanda ya rikitar da almajiransa kuma ya sa wasu daga cikinsu suka yi shakkar halayen malaminsu.

Yayin da babban Buddha ya huta tare da su a cikin inuwar itace, wata mata ta matso kusa da su kuma ta ja hankalinta zuwa ga jikin Buddha da fuskarsa ba tare da wata shakka ba, wanda ya fito da wani haske na musamman. Nan take ta kamu da sonsa. Cikin tsananin sha'awa, ta yi sauri ta rungume shi da hannuwa a bude don rungume shi ta sumbace shi, tana kuka, "Ya kai farin ciki da hasken rayuwa, zuciyata tana bugawa da soyayya a gare ka!"

Almajiran suka yi mamaki lokacin da suka ji maigidansu yana amsa wa mai jarabar ta hanyar cewa, "Kaunata, ina son ki ma Amma kada ki taɓa ni yanzu, domin lokaci bai yi ba tukuna."

Ta amsa: "Kana cewa 'kaunata' amma duk da haka kana hana ni taɓa ka!"

Babban Buddha ya amsa: "Ki tabbata, masoyiyata, zan taɓa ki daga baya, amma ba yanzu ba. Zan tabbatar da irin kaunar da nake miki."

Da ya ga cewa ba ta gamsu da kalamansa ba, sai ya kara da cewa: "Ka yarda da kalmomina, masoyiyata, kuma kada ka taɓa shakkarsu Daga baya, lokacin da masoyanka waɗanda suke kaunarka yanzu suka rabu da kai, zan zo gare ka."

Dalibansa sun ruɗe da jin waɗannan labaran soyayya daga ubangidansu, kuma wasu daga cikinsu sun yi tunanin cewa lallai malaminsu ya faɗa cikin tarkon mai lalata.

Shekaru bayan wannan lamarin, yayin da Buddha yake bimbini da almajiransa, ba zato ba tsammani ya ce: "Dole ne in tafi, domin kaunatacciyar kaunata tana kirana tana buƙatar ni yanzu, kuma dole ne in cika alkawarin da na yi mata."

Da zarar ya furta waɗannan kalmomin, sai ya tashi ya gudu, almajiran kuma suka bi shi a guje a ƙoƙarin cetonsa daga jarabar mai lalata.

A ƙarshe, babban malami da almajiransa sun isa wurin bishiyar da ya haɗu da mai jaraba shekaru da suka gabata. Me suka gani a ƙarƙashin wannan bishiyar?

Sun ga matar nan kwance a ƙasa, kyakkyawar jikinta cike da ƙuraje kuma cike da ƙamshi mai ƙamshi da ƙuraje.

Almajiran suka yi rawar jiki suka rabu da ita nan take, amma Buddha, da zuciyarsa mai tausayi da kuma kaunarsa mai zurfi, ya zauna kusa da ita, ya

**ɗaga jikinta da ke rubewa, ya ɗora shi a kan cinyarsa,
ya kuma yi mata rada a kunne:**

**"Masoyiyata, na zo ne don in tabbatar da irin
kaunar da nake yi miki, kuma in cika alkawarin da na
yi na cewa zan taɓa ki. Na ɗaɗe ina jiran in tabbatar
miki da soyayyata ta gaskiya. Ina son ki lokacin da
kowa ya daina kaunarki. Kuma ina taɓa ki lokacin da
abokanki - kwanakin ɗaukaka - ba sa son taɓa ki."**

**Da ya furta waɗannan kalmomin, nan take ya
warkar da ita daga mummunan halin da take ciki ya
kuma roke ta ta shiga cikin iyalin almajiransa, kuma
ta amsa buƙatar da kuduri da farin ciki mai karfi fiye
da kima!**

Salam alaikum barka da warhaka

Tabbatarwa Don warkarwa gabaɗaya

**A kan kursiyin kowace ji, kowane tunani da
nufinsa,**

**Ya Ubangiji, Kai ne kake zaune, kuma Kai ne ke
kula da rayuwata**

Kana tunani, so, da kuma ji

**Kai ne ke shiryar da kai. Kai ne ke shiryar da
kowane tunani, nufi, da ji.**

Domin ku yi aiki bisa ga jagorancin ku

Kuma ku bi jagorar ku

**Kuma ka zama misali a gare ka
A cikin haikalin sani akwai haske
Haskenka shine babban mai warkarwa
Abin da idona ya gani a baya, yanzu nake gani
Haikalina ya haskaka yanzu, babu duhu a ciki!
Na yi barci kuma na yi mafarkin rugujewar
haikalin**

**Da gatari na tsoro da jahilci, da kuma wutar
damuwa**

**Kawai ka tashe ni ne kawai don ganin ginin ya
lalace, ba a rushe shi ba!**

**Ina son bauta maka, ina son ganinka
A cikin rayuwata, a cikin taurari
A cikin kwayoyin halittar jiki, suna aiki akai-akai
Yana gyara kuma yana gyara kowace matsala a
jiki**

**Kai, ina sha'awar bauta maka
Ina ganinka a jikina, a kusa da ni, da kuma a cikin
dukkun rayuwata**

**Kai ne mai wanzuwa gaba daya
Kaunata a gare ka, Ya Ubangiji, ba ta da iyaka!
Nufinka, Ya Ubangiji, yana aiki ta wurina
Wasiyyata walkiya ce ta haskenki
A cikina, haske yana haskakawa, duhu kuma yana
tura baya**

Zan yi niyya kuma zan so

Zan yi aiki kuma in gina

Kada ka bari girman kaina ya jagorance ni

A'a, kai ne wanda ke jagorantar

Kuma kai ne wanda nake sauraro

Zan cim ma hakan ta hanyar karfin zuciya

Aiki ba tare da jinkiri ba

Don haka karfafa kudurina, Ya Ubangiji

Da babban nufinka

Bari mu zama, Ya Ubangiji,

Kamar kananan yara marasa laifi

Kamar wadanda ke jin dadin mulkin sama

Soyayyar ka a cikinmu cikakkiya ce

Kuma kamar yadda kai cikakke ne

Haka muke da lafiya, a jiki da kuma a hankali

**Kai ne mai ko'ina kuma kamala tana nan a
gabanka**

Haskenka yana haskakawa cikin jiki

**Kwayoyin halittarsa suna da lafiya kuma suna da
kyau daga haskenka**

Bari in gane cewa kana rayuwa a cikin tunani na

Da raina da kuma kasancewata

Da kowace kwayar zarra ta jikina

Bari in fahimta!

Ya rayuwar rayuwata, kai cikakke ne, kai ne mai komai

Ke ce a cikin zuciyata kuma ke ce a cikin tunani na

Da idanuwana, fuskata, da jikina

Kai ne kake motsa kafafuna domin in yi tafiya

Dukansu suna da sauti

Karfinka shine goyon bayanka; aikinka shine karfinka

Ba zan fadɪ ba saboda kana goyon bayana

Ba na fadɪwa saboda

Ina dogara ga karfinka!

Kana cikin makogwarona

Ke ce a cikin mahaifata kuma a cikin membranes dina

Kowace gabobi tana haskakawa da haske

A cikin kashin bayana kana walƙiya, kana haske

Yana da karfi sosai, yana da cikakken lafiya

Kana gudana ta cikin jijiyyoyina, kuzarin da ke cikina

Tana lafiya lau sosai

A cikin jijiyyoyina a cikin jijiyyoyina yana gudana

Kai wuta ce da ke cinye dukkan kazanta

**Yana tsarkake jiki daga dukkan cututtuka
Kamar yadda kai masoyina ne, haka ni masoyina
ne
Ina jin kasancewarka a cikin zuciyata
Yana bugawa da kwararar rayuwa
Bari tunanina ya tashi sama da dukkan iyaka
Bari ya tashi a kowace yanki ba tare da wani cikas
ko takura ba
Idan na yi tunanin cututtuka, zan iya yin rashin
lafiya da kaina
Idan na yi tunanin lafiya, sai in ji waraka
Kowace lokaci, kowace awa, kowace rana
Ina jin karfi, ina jin lafiya
Ina jin farin ciki, kuzari, da kuma farin ciki
Na yi mafarkin cewa ina rashin lafiya
Na farka na yi dariya lokacin da na same ta
Hawayena suna zuba a cikin idanuna
Wadannan hawayen farin ciki ne, ba hawayen
bakin ciki ba
Ina da lafiya sosai kuma ina cikin koshin lafiya
Duk da mafarkan rashin lafiya
Ya Allah, bari in ji dadinka
Kuma ina son ku da kasancewarku
Ko ni mai biyayya ne ko kuma mai taurin kai**

**Zan ci gaba da zama masoyinka, ya Ubangijina,
har abada**

Bari in ji cewa ina da lafiya koyaushe

Kuma ina farin ciki a rayuwata

Bari in cika farin cikinka

Bari in fahimta, Ya Mai Ilimi

Don nufinka mai hikima!

Nazarin Kai: Mabud'in rayuwa mai dadi

Jagora Paramhansa Yogananda

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

**Bari mu yi watsi da iyakokin girman kai mu yi
yawo cikin manyan filayen ci gaba na ruhaniya
marasa iyaka Kamar ayarin lokaci, wadanda ke tafiya
a kan hanyoyin rayuwa, haka nan ayarin rai ma dole
ne ya yi tafiya a kan hanyoyin fadadawa zuwa ga
bakin ruhun Allah.**

**Shirin cika muhimman ayyuka na rayuwa sau da
yawa yana ci gaba da kasancewa a boye a karkashin
tarkace da tarkacen halaye na dan adam Dole ne
mutum ya 'yantar da kansa daga tasirin wadannan
halaye masu hana shi kuma ya fara shuka irin nasarar
da mutum ke sha'awa a cikin kasan rayuwarsa.
Rayuwa tana samun kima da mahimmanci lokacin da
muka cimma muhimmin aiki: gano ainihin ma'ana da
kimar rayuwarmu.**

**Dole ne dan adam ya fahimci cewa wadannan
hotunan rayuwa masu motsi ba a gabatar da su ba
tare da dalili ba Kowace rana muna ganin sabbin
yanayi, kuma kowace rana muna kawo sabbin darussa**

da dole ne mu koya ta hanyar mai da hankali kan babban manufar rayuwar ɗan adam: don gane Mafi Girman Halitta da ke boye a bayan labulen rayuwa

Miliyoyin mutane ba sa yin nazarin kansu ta hanyar tunani, ana iya kwatanta su da kayayyakin muhallin su ta atomatik. Suna batar da rayuwarsu da karin kumallo, abincin rana, abincin dare, aiki, barci, da zuwa nan da can don neman nishaɗi da nishaɗi. Ba su san abin da suke nema ba, dalilin da yasa suke neman sa, ko dalilin da yasa ba su sami cikakken farin ciki da gamsuwa mai ɗorewa ba. Ba tare da nazarin kansu ba, mutane suna zama masu sarrafa kansu, waɗanda yanayin muhallinsu ke iko da su. Kyakkyawan nazarin kansu shine hanya mafi inganci don ci gaba da haɓaka damar mutum.

Dole ne a gudanar da nazarin kai da gaskiya da rikon amana. Hanya mafi kyau ta yin haka ita ce mutum ya rubuta tunaninsa da burinsa kowace rana, wanda zai ba shi damar fuskantar ainihin kansa ba tare da kawa ko yin riya ba. Yawancin mutane ba sa canzawa don alheri saboda sun kasa ganin kurakuran kansu.

Kowa ya samo asali ne daga muhallinsa da gadonsa. Mutumin da aka haifa a wata kasa zai nuna halaye na musamman na wannan kasar. Wani da aka haifa a China ko wata kasa ta Yamma zai iya nuna halaye da halaye da ke da alaƙa da waɗannan ƙasashe. Yanayin da mutum yake rayuwa a ciki sakamakon gado ne: fa'idodi da sha'awar da aka samu a rayuwar da ta gabata. Halayen da aka samu daga abubuwan da suka faru a baya suna haifar da haihuwar mutum cikin iyali ko muhallin da ya sami kansa a ciki.

Idan muka karanta game da shahararrun iyalai, sau da yawa muna lura cewa 'ya'yan manyan mutane ba lallai bane su kasance a matakin ilimi iri ɗaya da iyayensu. Wannan gazawar halittu da ta kwayoyin halitta a cikin mutane yana haifar da zato da tambayoyi: Me yasa ba mu sami sakamako iri ɗaya a rayuwar ɗan adam kamar yadda muke gani a cikin dauloli na tsirrai da dabbobi, inda kyawawan nau'ikan halittu galibi ke samar da kyawawan nau'ikan halittu? Dole ne mu zurfafa cikin ayyukan rayuwar ɗan adam don neman amsar.

Ba sabon abu ba ne a sami yaro a cikin iyali wanda ya kware a fannin adabi da kimiyya wanda ba shi da sha'awar adabi. Gaskiya ne cewa an haife shi kuma ya girma a cikin yanayin adabi tsakanin masoyan adabi, duk da haka ba ya da irin wannan ra'ayi. Me yasa kuma ta yaya irin waɗannan rikice-rikice ke faruwa? Muhalli da gado ba sa bayar da bayani mai ma'ana game da wannan lamari. Amma a bayan duk waɗannan abubuwan akwai gaskiyar sake haihuwa. An haife mu a cikin wani takamaiman iyali saboda kamanceceniya a wasu halaye. Amma kowane memba na iyali mutum ne mai zaman kansa, tare da halaye da aka kawo daga rayuwarsu ta baya. Saboda wannan dalili, duk da wasu kamanceceniya ta halitta da ta kwayoyin halitta tsakanin 'yan uwa, kowane mutum ya bambanta da wasu a cikin hali da hali.

Mutum zai zaɓi a haife shi a cikin wani iyali na musamman kuma a cikin wani yanayi na zamantakewa ko kasa saboda wasu dalilai da ayyukansa na baya suka kayyade. Daga wannan mahangar, mutum shine mai tsara makomarsa kuma mai tsara makomarsa. Mutum zai iya yin hasashen, har zuwa wani mataki, abin da zai zama a rayuwarsa

ta gaba ta hanyar nazarin sha'awarsa da halaye masu ban sha'awa a wannan rayuwar.

Nan ne muhimmancin nazarin kai ga ci gaban ruhaniya yake Wasu mutane sun kamu da karanta littattafai masu ban tausayi, suna daukar su a matsayin nau'in da suka fi so kuma suna jin za su ci gaba da jin dadinsu har tsawon rayuwarsu. Amma idan za su yi nazarin kansu, za su ga cewa sau da yawa suna jin bakin ciki da fushi daga karanta wannan nau'in adabi akai-akai. Saboda wannan bakin ciki, suna iya son su daina wannan dabi'ar, maimakon haka su gina dabi'ar karanta littattafan ruhaniya wadanda ke karfafa tunaninsu da kuma ciyar da jiye-jiyensu da ra'ayoyi masu kyau da ban sha'awa. Idan suka yi wannan canji, za su ga cewa rayuwarsu ta dauki sabon salo mai ban mamaki godiya ga fahimta da kuduri mai karfi.

Gaskiya ne cewa za mu iya canza kanmu da sauri idan muna so, amma canza halaye da halaye na shekaru yana buƙatar ƙoƙari na gaske da kuma ƙarfin zuciya

Domin kawar da wata dabi'a mai zurfi, dole ne a tattara dukkan ƙarfin kuduri zuwa akasin haka har sai an kawar da mummunar dabi'ar kuma ƙarfinta ya lalace. Yawancin mutane ba su da haƙuri da juriya da ake buƙata don wannan. Duk da haka, dole ne mutum ya fahimci cewa abin da mutum ya ƙirƙira ko ya yi za a iya goge shi ko kuma a soke shi.

Idan ka yi nazarin kanka, ka kasance da sha'awar kawar da rauninka ka zama mutumin da aka nufa ka zama. Kada ka ji karaya ko takaici lokacin da ka gano kurakuran da binciken kanka na gaskiya ya nuna; maimakon haka, ka yi la'akari da shi a matsayin dama

ta gano abubuwan da ake bukatar magancewa a cikin halayenka.

Wata ka'ida ta fito tana da'awar cewa tunani samfurin glandar endocrine ne. Wannan ra'ayi ba shi da tushe. Nama da kashi ba za su iya samar da tunani ba. Hankali shine babban mai tsara dukkan abubuwa, duka na gabaɗaya da na musamman. Kamar yadda ruwa ke zama kankara ta hanyar sanyaya, tunani yana ɗaukar siffofi na zahiri ta hanyar haɗuwa. Duk abin da ke cikin sararin samaniya ana tunaninsa a cikin siffofi na zahiri. Har ma da gabobin endocrine, bayyanar jiki ce ta karamin samfurin tunani.

Yanayin jiki da tunanin mutum suna da alaƙa sosai. Misali, an lura cewa mutanen da ke fama da cutar hanta sau da yawa suna jin haushi da rashin jin daɗi. Idan wani yana fama da yawan fitar da bile ko matsalar hanta, ba sa jin daɗin yin murmushi ko yin farin ciki da duk wanda suka haɗu da shi. Madadin haka, suna iya jin fushi da rashin jin daɗi. Tunani da motsin rai suna shafar yanayin jiki.

Idan gaɓoɓi suka lalace, yana yin mummunan tasiri ga karfin tunani, wanda hakan ke raunana Waɗanda ke cin nama da yawa sau da yawa suna fuskantar fushi da baƙin rai. Idan mutum ya sha ruwan inabi kawai na tsawon mako guda, zai ji wartsakewa da jituwa da kowa.

Cin abinci fiye da kima da cin abinci mara kyau yana haifar da kuma riƙe adadi mai yawa na guba a jiki, wanda babu shakka yana da mummunan tasiri ga hankali, yana sa shi ya zama mai jinkiri, mai kasala, kuma mai sauƙin fushi. Azumi na ɗan lokaci akan innabi ko ruwan lemu yana taimakawa wajen tsarkake jiki, wanda hakan ke taimakawa wajen farfaɗo da

kwakwalwa da kuma karfafa ta. Bugu da kari, azumin magani na kwana daya a mako, wani lokacin kuma na kwana uku a lokaci guda (yayin shan ruwa da ruwan 'ya'yan itace a lokacin azumi), an nuna yana taimakawa wajen tsarkake jiki daga gubobi da sharar gida. Azumi na fiye da kwana uku a lokaci guda ya kamata a yi shi karkashin kulawar likita ko kwararren mai azumi.

Na taba haɗuwa da wani mutum mai shekaru saba'in wanda ke sanye da tufafi masu sauki, ba shi da riga, kuma ba shi da safa, duk da cewa sanyi ne sosai. Ya tabbatar min cewa bai ji sanyi ba kwata-kwata! Ya saba da yanayin sanyi. Hankali yana tasiri ga jiki fiye da yadda jiki ke tasiri ga tunani, duk da cewa sinadaran jiki suna shafar hankali koyaushe.

(Lura: An shafe shekaru da yawa ana gudanar da bincike mai zurfi kan tasirin abinci da abinci mai gina jiki ga lafiyar kwakwalwa kafin Paramhansa ta yi wannan lura. Mutanen da suka girma cikin talauci kuma aka hana su abinci mai kyau tabbas sun nuna raunin ci gaban kwakwalwa da kuma jinkirin amsawa. Bugu da kari, kimiyya ta nuna cewa wasu nau'ikan hauka [waɗanda har yanzu ake ɗauka ba za a iya warkewa ba] sun inganta sosai tare da sauƙin amfani da bitamin. Hakanan, abubuwan da ke haifar da wasu nau'ikan baƙin ciki, damuwa, da sauran motsin rai za a iya gano su ne sakamakon rashin daidaiton abubuwan sinadarai a cikin jiki)

Duk da cewa hankali yana da tasiri mai yawa a jiki, ba shi da kyau a yi sakaci da jiki. Ya kamata mutum ya fifita abinci mai kyau fiye da abinci mara kyau. Idan yanayi ya buƙaci ka zauna da mutanen da ke sa ka fusata, yana da kyau ka canza yanayinka

lokaci zuwa lokaci. Amma mafi kyau fiye da duk wannan shine canza yanayin tunaninka don kada ayyukan wasu su dame ka. Canza kanka, kuma za ka iya rayuwa cikin kwanciyar hankali da farin ciki a ko'ina.

Duniya gaba ɗaya kamar mafaka ce ta tunani Wasu mutane suna fama da kishi da hassada, wasu kuma daga fushi, kiyayya, da sha'awa. Suna fuskantar halayensu da motsin zuciyarsu. Amma za ka iya kirkirar zaman lafiya a cikin muhallinka. Ka yi nazari kan kanka. Motsin rai yana da tasiri mai kyau a cikin tunani da jiki. Hassada da tsoro suna sa fuska ta yi fari, yayin da soyayya ke sa ta yi haske. Lokacin da za ka iya samun nutsuwa, za ka kasance cikin farin ciki koyaushe.

Duk wani nau'in kai da mutum yake kokarin ginawa, dole ne ya yi kokari ya bincika ainihin yanayinsa da kuma haɓaka mafi kyawun halayensa. Mutum na iya samun ɗabi'a, ɗabi'a, kishin kasa, fasaha, ko kasuwanci, da sauransu. Idan burinsu shine su daidaita da manyan manufofin ɗabi'a, dole ne su rayu da mutunci kuma su mallaki alheri da niyya mai kyau ga kowa. Wannan shine ainihin ɗabi'a mai kyau. Girman kai ne ke motsa waɗanda ke ba da hujjar su soki da kuma la'antar marasa karfi da ke kewaye da su. Amma waɗanda ke da ɗabi'a mai kyau da fahimta suna tausaya wa wasu kuma ba sa la'antar su saboda kurakuran da suka samo asali daga jahilci da rashin fahimta.

Waɗanda ke da sha'awar abin duniya galibi suna shan wahala ba tare da wani dalili ba. Irin waɗannan mutane dole ne su koyi kamun kai, in ba haka ba suna kama da sassan duniyar zahiri, waɗanda aka wajabta

musu shan sigari na musamman a rana kuma su ci takamaiman abinci. Suna samun ciwon kai idan sun rasa kofi ko abincin rana kuma za su iya kwana kawai a kan katifa mai takamaiman halaye. Duk da yake jin dadi yana da kyau, bai kamata mutum ya bar su su bauta wa kansa ba. Daidaito yana da mahimmanci, kuma sai dai idan mutum ya daidaita yanayin tunaninsa, na jiki, da na ruhaniya, ba zai san farin ciki ba. Ba shi da kyau a bar yanayin abin duniya ya mamaye hikimarsa da fahimtarsa. Kalmar karshe da yanke shawara ta karshe ya kamata koyaushe su kasance cikin lamiri da fahimta.

Rayuwa mai sauki da tunani mai girma ya kamata su zama manufofin ɗan adam Dole ne mu ɗauki dukkan abubuwan farin ciki a cikin kanmu Wannan yana yiwuwa ta hanyar yin bimbini da daidaita tunaninmu da farin ciki na ruhaniya mai sabuntawa koyaushe Allah shine farin ciki na duniya baki ɗaya, kuma cikin jituwa da Shi, muna jin farin cikinsa kuma muna ɗanɗana daɗinsa Ba za mu taɓa jingina farin cikinmu ga wani tasiri na waje ba Ko menene yanayin da muke zaune ko aiki a ciki, dole ne mu kare kwanciyar hankalinmu na ciki daga tasirinsa. Yi nazarin kanka ka zama abin da ya kamata ka zama da abin da kake son zama Mutane ba sa koyon ainihin kamun kai; maimakon haka, suna yin abubuwa masu cutar da lafiyarsu amma suna yarda suna farin ciki! Amma farin cikinsu ba shi da ma'ana. Mabudɗin gaske na farin ciki da nasara yana cikin yin abubuwan da kake son yi domin aikinka ne, da kuma guje wa yin abubuwa masu cutarwa domin guje musu ya fi kyau.

Bai kamata ka riƙa damuwa da damuwa da abubuwan sha'awa da yawa ba. Ka yi la'akari da su don ka tantance ko suna da muhimmanci da gaske.

Lokaci yana da daraja kuma bai kamata a bata lokaci ba. Karanta littafi mai amfani daya zai iya inganta lafiyarka. Sau da yawa ina cewa, "Idan ka karanta na awa daya, ka rubuta na biyu. Idan ka rubuta na awanni biyu, ka yi tunani na uku. Idan ka yi tunani na awanni uku, ka yi bimbini a kan lokaci."

Duk inda na je, koyaushe ina kiyaye kwanciyar hankali da natsuwar ruhaniyata. Allurar kamfas koyaushe tana nuna arewa. Haka kuma, ya kamata hankali ya kasance a kan ginshikin farin ciki na ruhaniya; to babu wanda zai iya kawo cikas ga zaman lafiyarka ko ya kawo cikas ga daidaitonka.

Ya kamata mutum ya yi kokari ya zama mafi kyau kowace rana fiye da ta baya, in ba haka ba yana iya komawa baya dangane da lafiya, kwanciyar hankali na ciki, da farin ciki Me yasa? Domin ba sa yin kokari sosai don sarrafa tunaninsu da ayyukansu. Mutane suna kirkirar halayensu, kuma suna iya canza su. Idan ka ga kanka kana da saurin tunani mara kyau, kewaye kanka da mutanen kirki, karanta littattafai masu kyau, da yin bimbini. Canza abokanka, idan ya cancanta, na iya yin tasiri mai kyau a rayuwarka.

Idan ka yanke shawarar yin canji zuwa mafi kyau, ka tuna cewa kyakkyawan kamfani da tasirin kirki suna da mahimmanci kuma suna da mahimmanci don cimma burinka. Tasirin muhalli - mai kyau ko mara kyau - ya fi karfin zuciya karfi, don haka ka tuna da wannan lokacin da kake mu'amala da wasu.

Binciken kai ma yana da mahimmanci don inganta kai Idan za ka iya yin nazarin kanka cikin karfin hali da rashin tsoro, za ka iya jure nazarin wasu kuma sukarsu ba za ta shafe ka ba.

Wadanda ke tunani a kan kurakuran wasu mafarauta ne. Duniya cike take da mugunta, don haka bai kamata mutum ya yi mugunta ba, ko ya yi tunanin mugunta, ko ya aikata mugunta. Maimakon haka, ya kamata mutum ya zama kamar fure, yana yada kamshin alheri, tsantsar niyya, da kaunar 'yan'uwa. Bari mutane su ji cewa kai aboki ne na gaske—mai gini, ba mai lalatawa ba. Idan kana son zama mafi kyau fiye da kai, ka binciki kanka ka kuma gina halaye masu kyau a cikin. Rai mai kirki yana magana da kyau game da mai shi fiye da kalmomi, domin yana fitar da wani irin rawar jiki na musamman da wasu ke ji kuma suke fahimta ba tare da kuskure ba. Ka yi tunanin haske, kuma duhu zai bace. Ka yi nazari, ka yi tunani, ka yi abin da za ka iya don taimaka wa wasu da kuma daga nauyin damuwa, ciwo, tsoro, da rashin adalci daga kafadunsu.

Mutane da yawa suna yawo ba tare da manufa ba a rayuwa, ba tare da wata manufa bayyanacciya ba Bayyana manufarka ka yi aiki don cimma ta Ka ware lokaci don zurfafa tunani da addu'a ta sirri Akwai abubuwa da yawa masu ban sha'awa da ke jiran a gano su, duk da haka sau da yawa muna batar da lokacinmu da kuzarinmu akan kananan abubuwa Farin ciki ba zai zo ba sai mun mai da hankali kan hikimar manyan mutane kuma haskensu ya jagorance su. Ana samun ra'ayoyinsu a cikin wasu littattafai da rubuce-rubuce na ruhaniya don taimaka mana da shiryyar da mu.

Yana da kyau a ji daɗin jin daɗin rayuwa, amma babu wani madadin rayuwa ta ciki da tunani mai zurfi, domin farin ciki ya dogara ne akan tunani da kuma sanin manyan mutane ta hanyar ra'ayoyinsu da aka

adana a cikin littattafai, kamar yadda ya dogara da kewaye kanka da mutane nagari da daraja.

Kadaici yana da dadi ga wadanda ke son tunani, amma hakan ba yana nufin nisantar da kanka daga mutane ko ware kanka ba. Idan kana son yin mu'amala da mutane, yi hakan da zuciya daya, da dukkan kaunarka da abotarka, domin abokanka su sami kwanciyar hankali a gabanka kuma koyaushe suna fatan ganinka da jin dadin kyakkyawar dangantakarka.

Salam alaikum barka da warhaka

Hadari mai tasiri

Paramhansa Yogananda

Na shiga gidan ibada na mika wa malamina, Sirri Yuktiswar, kwandon kayan lambu da alfahari, ina cewa:

"Wannan kyauta ce a gare ka, yallabai! Wadannan manyan furanni guda shida na shuka da hannuna kuma na kula da su a duk lokacin girmansu da tausayin uwa ga jaririnta"

Sri Yuktiswar ta amsa da murmushin godiya, "Na gode Don Allah a ajiye shi a dakinka; Zan bukaci shi gobe don cin abincin dare na musamman."

Na isa birnin Puri ne kawai don yin hutun bazara a gidan malamaina na bakin teku. Wannan wurin hutu mai hawa biyu, mai cike da farin ciki yana kallon Tekun Bengal kuma malamin ne ya gina shi tare da taimakon almajiransa.

Na farka da sassafe washegari, na wartsake da iska mai gishiri ta teku da kuma kyawun wurin ibada na ban mamaki, na ji malamin yana kirana da muryarsa mai dafi, don haka na kalli furannin farin kabeji, cike da kauna da tausayi, sannan na shirya su a hankali a karkashin gadona.

Malamin ya ce, "Mu je bakin teku" Ya yi gaba, ni kuma na bi shi tare da kungiyar dalibai matasa. Malamin ya dube mu cikin ba'a ya ce:

"Don Allah ku yi tafiya a jere biyu, ku ci gaba da daidaita matakanku da juna."

Sai ya duba mu yayin da muka yi masa biyayya ya fara karanta wani abu kamar haka:

Ya ku samari, ku yi karfi ku yi tafiya cikin tsari!

Na yi matukar mamakin yadda malamin ya sami damar ci gaba da bin ka'idodin dalibansa masu kyau

Malamin ya kallenin a ido ya ce, "Dakata! Kun rufe kofar baya ta gidan ibada?"

Na amsa, "Ina tsammanin haka ne, yallabai"

Seri Yuktsuwar ya yi shiru na yan mintuna, murmushin da ya rage masa a hankali yana bugawa a lebensa, daga karshe ya ce:

"A'a, na yi watsi da cewa bai kamata a yi amfani da tunani mai tsarki a matsayin uzuri na sakaci wajen yin abincin jiki ba"

Na yi zaton yana wasa ne, amma ya kara da cewa: "Kabeji shida dinka nan ba da daɗewa ba za su zama biyar"

Mun dawo kamar yadda malamin ya umarta, kuma lokacin da muka kusanci wurin ibada sai ya ce:

"Jira kaɗan, Ka duba, Mukunda (Paramhansa), a gefen hagunka a fadin farfajiyar zuwa kan hanya Wani zai zo can nan ba da jimawa ba kuma zai zama sanadin hukuncinka."

Na boye bacin raina game da waɗannan maganganun marasa ma'ana. Ba zato ba tsammani, na ga wani mutumin kauye a kan hanya yana rawa da mamaki kuma yana nuna alamun rashin hankali da hannunsa, kusan na yi shiru da son sani, na kuma kalli abin da ya faru da ban mamaki. Da mutumin ya kusa bacewa daga ganinmu, Sri Yuktswar ya ce, "Yanzu zai dawo."

Nan da nan mutumin kauyen ya canza hanya ya nufi bayan gidan ibadar. Bayan ya ketare wata hanya mai yashi, sai ya shiga ginin ta kofar baya, wadda ban kulle ba, kamar yadda malamina ya umarta. Bayan ɗan lokaci kaɗan, ya fito yana ɗauke da ɗaya daga cikin kyawawan furannin farin kabeji na, alfaharinsa a bayyane yake yayin da yake tafiya cikin yanayi na mutunci da girmamawa.

Wannan yanayi mai ban dariya, wanda na bayyana a matsayin wanda aka zalunta, bai hana ni bin barawon ba, wanda na bi shi da sauri mai zafi, ban isa tsakiyar lokacin ba lokacin da Sri Yuktiswar ya kira ni, yana rawa da dariya daga kai zuwa kafa, ya ce in dawo. Tsakanin fashewar farin ciki, ya bayyana:

"Wannan talakan yana sha'awar farin kabeji, don haka na yi tunanin ba zai yi masa zafi ba idan ya sami ɗaya daga cikin farin kabejin ku wanda ba ku kula da shi yadda ya kamata!"

Na yi sauri na shiga dakina na gano cewa barawo mai son kayan lambu ne, domin bai taɓa zoben zinariyata ba, agogona, ko kudina, waɗanda duk aka watsar a kan bargo. Maimakon haka, ya shiga karkashin gado zuwa cikin kwandon farin kabeji da aka boye, yana cika burin zuciyarsa.

A daren ranar na nemi Sri Yuktwar ya yi min bayani game da wannan lamari, wanda ba tare da wasu abubuwa masu rikitarwa ba. Malamin ya girgiza kansa a hankali, yana cewa:

"Za ku fahimci cewa wata rana Kimiyya za ta gano wasu dokoki da ba a sani ba nan ba da jimawa ba"

Shekaru kaɗan bayan haka, lokacin da al'ajabin rediyo suka bayyana kwatsam a duniya cikin mamaki, an tuna da annabcin malamin. Tsoffin ra'ayoyi game da sarari da lokaci sun bace har abada, domin yanzu babu gida ɗaya, ko kankanta, wanda ba a isa ga shi ta hanyar tashoshin rediyo (da tauraron ɗan adam) na duniya ba. Har ma an buɗe zukan da ba su da tabbas kuma sun faɗaɗa kafin tabbacin da ba za a iya musantawa ba na ɗaya daga cikin halayen ɗan adam: cikakkiyar rayuwa.

Za a iya fahimtar labarin barkwanci na farin kabeji ta hanyar kwatanta shi da rediyo Malamina cikakken mai watsawa ne kuma mai karɓa Tunani ba komai bane illa rawar jiki mai sauki, kamar yadda rediyo mai laushi ke ɗaukar wani shiri na musamman daga cikin dubban da ake watsawa ko'ina, haka ma Sri Yuktiswar ta karɓi tunani ɗaya - tunanin wawa mai sha'awar farin kabeji - daga cikin tunanin ɗan adam marasa adadi da ake watsawa a wannan duniyar Yayin da muke tafiya zuwa bakin teku, malamin ya ji sha'awar ɗan kauyen mai sauki kuma nan da nan ya

yi aiki don cika shi I don malamina ya hango mutumin yana rawa kafin dalibai su yi. Mantawata da kulle kofar gidan dabbobi ta ba malamin uzuri mai sauki don hana ni daya daga cikin shuke-shuken da nake so. Don haka, Sri Yuktiswar, bayan ya yi aiki a matsayin mai karba, shi ma ya yi aiki a matsayin mai watsawa. A cikin wannan rawar, malamin ya sami damar jagorantar dan kauyen don ya juya mata kansa ya je wani daki na musamman don samun farin kabeji daya.

Hankali jagora ne na rai kuma yana bayyana kansa a cikin mutum a lokutan natsuwa Kusan kowane mutum ya taba fuskantar wata fahimta ta ciki da baza a iya bayyana ta ba ko kuma ya iya isar da tunaninsa ga wani mutum yadda ya kamata.

Hankalin dan adam wanda ba shi da abubuwan da ke dauke da damuwa yana da ikon yin dukkan ayyuka masu sarkakiya na rediyo: watsawa da karbar tunani, da kuma tace wadanda ba a so Kamar yadda karfin watsawa na tashar rediyo ya dogara da adadin wutar lantarki da yake amfani da ita, ingancin tunanin dan adam, kamar rediyo, ya dogara ne da karfin son rai na kowane mutum.

Duk tunani yana nan har abada a cikin sararin samaniya Ta hanyar zurfafa tunani, malami mai wayewa zai iya kamawa da karanta tunanin kowane mutum, mai rai ko matacce Tunani na duniya ne, ba na mutum daya ba, ba za a iya kirƙirar gaskiya ba amma an gano tunanin karya - kanana ko babba - ya samo asali ne daga rashin isasshen ikon fahimta. Manufar yoga ita ce kwantar da hankalin hankali ta yadda zai iya jin jagorar muryar ciki mara kuskure, ba tare da murdiya ko ruƙani ba.

Rediyo da talabijin sun kawo muryoyi da hotunan wasu mutane masu nisa a lokaci guda cikin gidajen miliyoyin mutane. Wannan shine farkon alamar kimiyya da ke nuna cewa bil'adama ruhi ne na duniya. Duk da cewa makaho yana kokarin mamaye da kuma kama ainihin ɗan adam, ba jiki ne da aka takaita a wani takamaiman wuri a sararin samaniya ba, amma ruhun rayuwa ta duniya.

Dangane da wannan batu, Charles Robert Richet, wanda ya lashe kyautar Nobel a fannin ilimin halittar jiki, ya rubuta kamar haka:

"Abin mamaki ne kwarai da gaske cewa abubuwan da ba za a iya fahimta ba na halitta har yanzu suna faruwa Idan suka kafu, ba za su kara ba mu mamaki kamar yadda kimiyya ta yi a karni na karshe ba. Ana tsammanin abubuwan da muka yarda da su yanzu za su daina ba mu mamaki saboda sun zama masu fahimta. Amma ba haka lamarin yake ba. Idan ba su sake ba mu mamaki ba, ba wai saboda mun fahimce su ba ne, amma saboda sun saba. Idan za mu yi mamakin komai da ba za a iya fahimta ba, to ya kamata mu yi mamakin komai: da dutse da aka jefa a sama, da itacen oak da ke girma ya zama babban itacen oak, da mercury da ke faɗaɗa lokacin da aka yi zafi, da kuma karfe da maganadisu ke jan hankalinsa."

"Kimiyya a yau ba ta da rikitarwa. Gaskiya masu ban mamaki da ba a zata ba da zuriyarmu za su fahimta yanzu suna kusa da mu kuma suna kallonmu, a ce, duk da cewa ba ma ganinsu. Amma bai isa a ce ba ma ganinsu ba: ba ma son ganinsu, domin da zarar wani abu da ba a zata ba kuma wanda ba a saba gani ba ya bayyana, muna kokarin sanya shi cikin tsarin

ilimin da aka yarda da shi, kuma muna jin haushi idan wani ya yi kokarin yin gwaji bayan haka!"

Tushe: Littafin Tarihin Yogi: Tarihin Rayuwa

Na gan ka kuna boyewa

Na kalli wata fure na yi addu'a, nan da nan na gan ka, Ya Ruhu Mai Tsarki, a boye a cikinta. Yana fitar da kamshin kasancewarka, furanninsa sun yi kama da naka mai launin shufi, zuciyarsa kuma ta haskaka da zinariyar hikimarka.

Kuma na ga ikonka mai cike da komai yana tallafawa siririyar tushe da ganyen kore masu kyau. Dangane da sirrin rayuwa da har abada, na gan su suna barci a cikin kurar pollen, kuma tabawarka mara iyaka ta zaburar da kudan zuma kuma ta kone kirjinta, don haka ta fara shan zakinka.

Ka ba ni ilimin abubuwan al'ajabi na halittarka, ka kuma bayyana mini sirrinka marasa iyaka, wanda aka boye ko da a cikin kananan ciyayi da ke tsiro a gefen hanya.

Rawaya daga har abada

Rage dabi'ar mutum ko shawo kan halaye masu cutarwa

Ba abu ne mai sauki a bayyana halin mutum ba, amma mun san menene. Idan kana cikin yanayi na tashin hankali da fushi, halinka ba na al'ada ba ne, kuma ba kai ne mutumin da ya kamata ka zama ba. Sakamakon haka, kana jin damuwa da kuma janye kai. Kuma me zai fi wauta fiye da mutum ya jawo wa kansa bakin ciki ta hanyar ayyukansu da halayensu?

Babu wanda yake son wahala. Shin bai kamata mutum ya sake yin nazari kan kansa ba a lokaci na gaba da yake cikin yanayi na bakin ciki? Idan ya yi

haka, zai ga cewa yana bata wa kansa rai da son rai. Lokacin da yake cikin irin wannan yanayi na bakin ciki, wasu da ke kewaye da shi suna jin damuwarsu kuma suna guje wa abokan hulfarsa.

Duk inda mutum ya je, yana magana da yawa ba tare da kalmomi ba, domin yanayinsa gaba daya yana bayyana a idanunsa, kuma duk wanda ya kalle shi yana jin mummunan abin da ke fitowa daga gare shi. Ganin duhun motsin rai da ke bayyana a idanunsu, wasu suna korarsu, suna fifita nisantar kansu daga wadannan girgizar da ke tayar da hankali. Dole ne a fara korar fushi daga madubin tunani kafin a goge haskensu a idanu.

A wannan duniyar, mutum yana zaune a cikin gidan gilashi, yana fuskantar wasu, ba ya iya yin kamar yana da iko ko yin kamar yana da iko. Saboda haka, dole ne ya rayu rayuwa ta halitta. Me zai hana a yi abin da zai sa a girmama shi da kuma yaba masa? Me zai hana a ga girmansa a idanunsa da kuma farin cikin da ke fuskarsa? Duk kyawawan halayensa da kyawawan halayensa suna boye a ciki, a karkashin duhu da wahala.

Ba wai kawai wasu suna lura da halayensa ba, har ma yana lura da nasu. Domin yana yawan kwatanta kansa da wasu sakamakon ci gaba da lura da wadanda ke kewaye da shi, yana fadawa cikin rashin jin daɗin tunani. Ko kuma yana iya shiga cikin damuwa da matsalolin da ke ci gaba da fuskanta a wannan duniyar. Sau da yawa yanayi yakan faru ne sakamakon tasirin muhalli. Kowannenmu yana fuskantar tasirin duniyar da ke kewaye da mu ta hanyoyi daban-daban. Amma bai kamata mu bar kanmu mu fada cikin bakin ciki ba saboda yanayi na waje. Kuma me yasa za mu dauki nauyin tasirin da ke tattare da mu?

Wasu mutane suna komawa ga nuna munanan motsin rai don guje wa fuskantar matsala ko yanayi. Duk da haka, waɗannan munanan halaye ba su ne mafita ba ko kuma hanyar kariya ta motsin rai. Abu ne na halitta a ɗan lokaci a faɗa cikin bakin ciki da bakin ciki lokaci zuwa lokaci, amma bai kamata a bar waɗannan ji su mamaye ku ba.

Kowace hali tana da takamaiman dalili na asali. Domin kawar da wata siffa, dole ne a magance dalilinta. Yana da mahimmanci a dakata a yi tunani a kowace rana, a bincika tunaninka da abubuwan da ke motsa ka don fahimtar halayenka da kuma koyon hanyar da ta dace don magance ta da kuma gyara ta idan tana da illa. Kuna iya samun kanku cikin halin rashin kulawa, ba ku son yin la'akari da duk wata shawara daga wasu. A wannan yanayin, yana da mahimmanci a yi kokari sosai don haɓaka kwarewa mai kyau da jan hankali. Yi hattara da rashin kulawa, wanda ke hana ci gaba da gurgunta karfin zuciya.

Ko kuma mutum yana iya karaya da kuma yanke kauna saboda rashin lafiya, yana ganin ba zai iya sake samun lafiyarsa ba. A wannan yanayin, ya kamata a yi amfani da ka'idodin rayuwa mai kyau don kirƙirar rayuwa mai lafiya da amfani bisa tushen ɗabi'a da ɗabi'a. Bugu da ƙari, ya kamata mutum ya koma ga Allah Maɗaukakin Sarki cikin addu'a don ya kara imani da ikon warkarwa.

Idan mutum ya gamsu cewa shi mai gazawa ne kuma ba zai iya cin nasara a komai ba, to ya kamata a yi nazari kan matsalar kuma a fayyace ko ya yi duk abin da ake buƙata ko ya yi duk abin da ake buƙata

Allah yana sarrafa dukkan sararin samaniya, har zuwa kananan bayanai, kuma an halicci ɗan adam cikin kamanninsa. Saboda haka, ba za mu iya yin uzuri ko hujjoji don gazawa ba. Kada ku ji tsoron aiki,

komai wahalarsa, domin aiki yana "karfafa" jiki kuma ba ya cutar da kowa. Duk da haka, dole ne mutum ya koyi aiki da tunani cikin natsuwa. Idan kuna da kuzari da natsuwa, za ku iya cimma abin da kuke so, domin hankalinku a bayyane yake.

Baya ga rashin yin kokarin da ake bukata don samun nasara, yawancin mutane ma ba sa aiki a hankali. Suna batar da lokaci mai yawa ba tare da tunani ba. Wasu suna daukar wannan hutu da annashuwa. Amma a cikin annashuwa ta gaske, hankali yana aiki kuma yana natsuwa. A cikin wadannan lokutan shiru, mutum zai iya tunanin Allah, kyakkyawan kallo, ko kuma jin dadi. Aiki mai kyau, natsuwa, na tunani yana wartsakewa da karfafawa. Duk da haka, mutane da yawa suna rikitar da kokarin kirkira da damuwa kuma suna aiki a cikin yanayi mai wahala da na tsoro.

Tunani mai kirkire-kirkire shine mafi kyawun maganin rashin lafiya. Wadannan halaye suna kama da sani lokacin da mutum yake cikin mummunan yanayi ko tashin hankali. Idan hankali ba shi da kyawawan tunani, mai shi zai shiga cikin damuwa kuma ya cika da damuwa. Kuma tare da bakin ciki da damuwa, shaidan yana zuwa, wanda ke zaune a cikin tunanin mutumin kuma yana sarrafa cikakken iko akan mai masaukin!

Saboda haka, abokina, yi aiki kan kirkirar ra'ayoyin kirkire-kirkire Idan ba ka shiga aikin jiki ba, yi wani abu mai kirkira a zuciyarka Ka rike shi don kada ya rage lokacin da za a yi tunani game da damuwa da damuwa

Tunanin kirkire-kirkire abin mamaki ne kuma abin mamaki, kamar rayuwa a wata duniya. Kowa ya kamata ya haɓaka wannan baiwar. Ba kasafai nake tunani ta kalma ɗaya daga cikin laccocina ba - kuma

wannan ɗaya ce daga cikinsu - kafin in gabatar da su. Amma da zarar na zurfafa cikin batun, raina zai fara yi mini magana game da abubuwa masu ban mamaki. Lokacin da kake tunani ta hanyar kirkire-kirkire, ba ka jin jiki ko motsin zuciyar da ke damunka, domin a wadannan lokutan kana cikin jituwa da ruhun Allah.

Hankalinmu yana samuwa ne ta hanyar siffar basirar allahntaka mai kirkira wadda take yiwuwa ga dukkan abubuwa. Idan ba mu rayu cikin wannan wayewar ba, za mu zama tarin halaye masu rikitarwa. Ta hanyar tunani mai kyau da kirkira, za mu shawo kan wadannan halaye. Bugu da kari, ta hanyar tunani mai kirkira, za mu sami amsoshi da mafita ga duk tambayoyinmu da tambayoyinmu da matsalolin wasu.

Mummunan fushi kamar ciwon daji ne, yana cin kwanciyar hankali na ciki. Wannan shine ainihin dalilin da ya sa wadanda ke da zafin rai ba sa iya tserewa daga wahalhalu da matsalolinsu.

Komai tsananin yanayin mutum, bai kamata ya fada cikin fid da rai ba. Suna iya yin nasara a tunaninsu. Idan mutum mai saurin fushi ya gaza, sai ya daga hannuwansa ya yarda da shan kaye. Amma wanda ya rike hankalinsa ba tare da ya karye ba shi ne babban mai nasara a yakin rayuwa, koda kuwa duniyar da ke kewaye da shi tana rugujewa kamar aman wuta.

Shin mutum yana son a ɗaure shi ko a 'yanta shi? Idan ya takura kansa sosai da halinsa, ba zai iya ci gaba da fuskantar kalubalen rayuwa ba. Da zarar sun bar yanayi mara kyau ya mamaye tunaninsa, karfin zuciyarsa zai raunana kuma kudurinsa zai ragu. Halin halin da ake ciki yana rufe kwakwalwa cikin hazo na rudani da rudani, yana bata hukunci mai kyau kuma yana sa duk kokarin ya zama banza.

Mutum zai iya shawo kan fushinsa, ko da kuwa yana da tsanani ko mara dadi da alama. Da farko, dole ne su yanke shawara cewa ba za su kara yin bakin ciki da fushi ba. Kuma idan wani yanayi ya canza duk da kudurinsu, ya kamata su yi nazari don fahimtar yadda ya shigo su yi wani abu mai kyau game da shi.

Bugu da kari, bai kamata a yi komai ba tare da sakaci ba, sai dai da hankali da zurfin tunani Dole ne mu shiga cikin ayyukan kirkira domin Allah ya ba mu iko mara iyaka. Menene hujjar mika wuya ga gazawar tunani ta hanyar shiga cikin tunani mai rauni da rashin lafiya? Dole ne mutum ya 'yantar da kansa daga yanayin tunani mai lalacewa waɗanda ke aiki a matsayin birki a kan kafafun ci gaba na gaske. Sai dai idan kafafun sun 'yantu daga birki mai kamawa, motsi da ci gaba ba zai yiwu ba. Ka tunatar da kanka kowace safiya cewa Allah yana tare da kai, kuma duk abin da kake fuskanta, kana da ikon shawo kansu. Kai ne magajin da ya dace ga ikon Ruhu Mai Tsarki, saboda haka, ka fi karfi fiye da yanayi kuma ka fi abubuwan da suka faru.

Yaro mai hazaka, mai hankali ba ya jin daɗin magance matsaloli masu sauki; yana jin daɗin waɗanda ke da wahala. Amma mutane da yawa suna jin tsoron kalubalen rayuwa. Ban taɓa jin tsoronsu ba, domin koyaushe ina addu'a, "Ya Allahna, ka kara karfinka a cikina, Ka sa ni cikin tunani mai kyau domin, da taimakonka, koyaushe zan iya shawo kan wahalhalun da nake sha."

Yi tunani mai kyau game da wata matsala har sai ka daina tunani. Lokacin da nake fuskantar wata matsala, nakan yi iyakacin kokarina don in rufe dukkan matakan da za a iya ɗauka don magance ta, har sai na iya cewa da gaske: "Na yi iya kokarina

kuma wannan shine abin da zan iya yi" Sannan na manta da matsalar.

Mutumun da ke mai da hankali kan matsaloli yana fusata kuma yana cikin damuwa cikin sauki. Guji wannan. Idan wata matsala ta taso, maimakon mai da hankali a kai, yi tunanin kowace hanya da za a iya magance ta. Idan ka ga kanka ba ka iya tunani sosai ba, ka kwatanta damuwarka da irin waɗannan matsalolin da wasu ke fuskanta kuma ka koya daga abubuwan da suka faru da su don gano hanyoyin gazawa da waɗanda za su kai ga nasara. Zaɓi matakan da suka fi dacewa da kuma gaskiya, kuma ka himmatu wajen aiwatar da su. Duk ɗakin karatu na sararin samaniya yana cikinka. Duk abin da kake son sani yana nan. Don bayyana wannan, kawai kana buƙatar yin tunani mai kirkira da kirkire-kirkire.

Fushi mai tsanani yana rage fahimta da tauri, yana sa mutum ya kasa yin mu'amala da wasu, wanda hakan ke sa rayuwa ta zama mafaka, amma fushi mai tsanani yana mayar da ita jahannama mai ban tausayi. Miji ya dawo gida ya sami matarsa cikin yanayi na bakin ciki, yana sa ba zai yiwu a yi magana da ita ba. Ko kuma ya dawo cikin yanayi na rashin kyau, wanda hakan ke sa ba zai yiwu a yi magana da shi ba. Matsaloli da yawa suna faruwa da mutane saboda fushi mai tsanani. Lokacin da wani ɗan iyali yake fushi ko rashin kulawa, fushinsu zai shafe ka nan take. Ko kuma wataƙila ka ziyarci wani cike da farin ciki, sai kawai ka ga yana da jayayya da ɓacin rai, yana mai da farin cikinka zuwa hawaye kuma yana sa ka so ka rama. Kada ka bari fushin wasu ya cutar da kai.

Yana da sauki a nemi ɗaukar fansa, amma bayar da soyayya ita ce hanya mafi kyau don kwantar da fushin wasu da kuma guje wa cutar da su. Wannan

soyayya dole ne ta kasance mai tsarki, domin idan ta fito daga zuciya, tana da tasirin sihiri.

Bai kamata mu yi tunani a kan sakamakon ba, ko da kuwa kaunarmu ta gamu da rashin kulawa Soyayya ta fi kiyayya karfi, kuma tasirinta yana da karfi da ban mamaki.

Shin ka san cewa lambu mai ban mamaki yana cikin ranka? Lambun tunani mai ban mamaki, mai kamshi da kauna, kirki, fahimta, da zaman lafiya— lambun da kyawunsa da jin dadinsa suka fi dukkan furanni na duniya da ganyaye masu kamshi. Ka kirkiri fure mai kamshi duk lokacin da wani ya fahimce ka ba daidai ba cikin fushi, kuma kana ba da soyayya akai-akai. Shin kamshin wannan kauna da fahimta ba ya fi kowane fure na halitta dorewa da tsarki ba? Saboda haka, koyaushe ka tuna cewa hankalinka lambu ne, kuma ka kiyaye shi da kyau da kamshi tare da tunani mai tsarki, Kada ka bari ya zama fadama mai laka da ke cike da munanan halaye na kiyayya. Idan ka noma furanni na zaman lafiya da kauna, cike da kamshi na sama, kudan zuma na wayewar ruhaniya za ta ja hankalinka zuwa lambunka. Kamar yadda kudan zuma ke neman furanni kawai wadanda ke fitar da zuma mafi dadi, haka nan Allah zai ziyarce ka lokacin da rayuwarka ta cika da tunani mai dadi da wardi. Ka kudura cewa ba za ka bar ciyayi masu cutarwa, marasa kyau na mugunta da fushi su girma a cikin lambun kyawawan halayen ruhaniyarka ba. Da zarar ka noma halaye masu tsarki wadanda suke kamar furanni masu fure, haka nan Allah zai bayyana kasancewarsa mai tsarki a cikinka.

Nassoshin hikima na Gabas sun ce mutumin da yake cikin nutsuwa da nutsuwa a fuskar aboki da makiyi, wanda ba ya fuskantar dumu-dumu da sanyi, jin dadi da zafi, yana da matukar kauna ga Allah Ta

hanyar ci gaba da ba da kauna ga waɗanda ke da yanayi mai tsanani da mugunta, zaman lafiya ga waɗanda tsoro ya dame su da damuwa, daɗi ga waɗanda ke da ɗacin rai, farin ciki ga waɗanda ke da wahala da wahala, da kuma kafa misali ga waɗanda ke bin hanyoyin kuskure da zunubi, za ka shawo kan munanan halaye ta hanyar sa zuciyarka ta shiga cikin ayyukan da za su amfani da kuma kirkira.

Sau da yawa ina cewa, "Idan ka karanta na tsawon awa ɗaya, rubuta na tsawon awanni biyu; idan ka rubuta na tsawon awanni biyu, ka yi tunani na tsawon awanni uku; idan ka yi tunani na tsawon awanni uku, ka yi bimbini a kowane lokaci"

Allah ne tushen dukkan farin ciki, kuma yana yiwuwa a isa gare Shi a rayuwarmu ta yau da kullun. Amma mutum yakan shagaltu da abubuwan da ke haifar da rashin farin ciki. Yin bimbini shine hanya mafi kyau ta kawar da munanan halaye da rayuwa a cikin duniya mai ban mamaki - duniya kamar wacce babban mai hikima ya fahimta lokacin da ya ce, "Ya Ubangiji, ina rera sunanka mai albarka kuma na rasa kaina a cikinka." Lokacin da na koma ga wannan wayewar, na gano cewa na bar tsohuwar jikina na sami kaina a cikin sabon jiki da ka ba ni!"

Akwai irin wannan labari a Indiya game da wani waliyi. Wani saurayi ya mutu kuma ana kai gawarsa zuwa wurin kona gawa. Yayin da masu makoki ke shirin kunna wutar, sai wani dattijo ya bayyana ba zato ba tsammani, yana gudu yana ihu, "Ku tsaya! Kada ku kunna wutar! Zan yi amfani da wannan gawar!" Da zarar ya faɗi waɗannan kalmomin, gawar tsohon ta faɗi kasa matacce, yayin da saurayin ya tashi daga tarin wutar ya yi sauri zuwa ga daji. Dattijon babban waliyi ne kuma bai so ya katse ibadarsa ta hanyar komawa rayuwa a cikin jikin jariri

mara rai ba, don haka ya yanke shawarar amfani da gawar saurayin don ci gaba da ayyukansa na ruhaniya.

Akwai abubuwa da yawa masu ban mamaki game da rayuwa da mutuwa da ke jiran a gano su. Bimbini shine hanyar da dole ne mu rayu cikin jituwa da yanayinmu na allahntaka kuma cikin jituwa da Allah. Mutuwa tana tsoratar da ɗan adam domin ta hana Allah shiga rayuwarmu.

Duk wani abu mai raɗaɗi yana cika mu da tsoro da tsoro domin muna kaunar duniya ba tare da fahimtar ma'anarta da manufarta ba. Amma idan muka ga Allah a cikin komai, tsoro yana bacewa. Kullum ana "haife mu" a rayuwa da kuma a mutuwa. A gaskiya, mutuwa ba daidai ba ce domin babu wani abu kamar mutuwa. Lokacin da rayuwa ta gaji, muna zubar da kauri na jiki kuma mu koma ga duniya mai laushi da ta duniya.

Mutuwa tana nufin karshe karusa mai karyewa karusa ce ta mutu domin ta kai karshenta Amma rai marar mutuwa ba zai iya halaka ba Kowace dare, yayin da muke barci, rai yana rayuwa a cikin jikin etheric, ba tare da sanin jikin zahiri ba. Idan rashin sani na zahiri yana nufin mutuwa, rai zai mutu lokacin da muke barci. Amma ba ma mutuwa lokacin da muke barci, kuma ba ma rasa sani gaba ɗaya, domin idan muka farka, muna tuna ko barcinmu yana cikin kwanciyar hankali ko rashin jin daɗi. Hakazalika, ba ma mutuwa bayan mutuwa.

Waɗanda suka bar tunaninsu ya yi tauri sun mutu da gaske. Don warware asirin rayuwa, dole ne a sake haifar da kai kowace rana. Wannan yana nufin kokarin kowace rana don inganta kanka ta wata hanya. Fiye da komai, dole ne mu yi addu'a ga Allah ya ba mu hikima, domin da hikima komai ke zuwa.

Dole ne a gina fahimta, tunani mai kirkira, da ayyuka masu amfani don inganta kanmu da kuma amfanar da wasu Duk wanda ke da burin shiga Mulkin Allah dole ne ya taimaki wasu kowace rana gwargwadon iyawarsa Ta hanyar bin wannan hanyar, mutum zai ji daɗin farin ciki mai karfi wanda ke kawar da halaye marasa kyau. Wannan farin ciki kuma alama ce ta ci gaban tunani, jiki, da ruhaniya. Babu shakka za a sami manyan mataakai, domin wannan ita ce hanyar da ke kaiwa ga Mulkin Allah.

Dole ne a yi duk mai yiwuwa don shawo kan halin mutum, domin da zarar mutum ya ji bakin ciki da fushi, sai ya shuka irin kuskure a cikin kasan kansa.

Ci gaba da munanan halaye mutuwa ce a hankali. Amma kokarin jin daɗin farin ciki da bege kowace rana, duk da duk gwaje-gwaje masu wahala da ban tsoro, yana nuna sake haihuwa mai ɗaukaka. Sai dai idan wannan sake haihuwar ɗan adam ya canza zuwa sake haihuwa ta ruhaniya mai girma, ba zai yiwu a sabunta mutum ba; za su ci gaba da kasancewa a tsaye.

Halin mutum yana yaduwa Kuma a lokacin damuwa da bakin ciki, yana iya yin mummunan tasiri ga yawancin mutane. Bai kamata mutum ya ɗauki abubuwan da suka faru a rayuwa da muhimmanci ba. Ya fi kyau a yi dariya kaɗan fiye da yin bakin ciki da kuka a kan kowace masifa da za ta iya tasowa.

Abin mamaki ne a kasance da kyakkyawan fata kuma a koyaushe a yi kokarin yin murmushi

Idan mutum ya nuna jarumtaka, farin ciki, ko kuma wasu daga cikin kyawawan halaye, to yana sake haihuwa, ma'ana cewa saninsa yana sabuntawa ta hanyar nuna ainihin yanayin ruhaniyarsa.

Kuma wannan shine sabuwar haihuwa ta ruhaniya wadda ta cancanta mu gani da shiga Mulkin Sama

Salam alaikum barka da warhaka

Abota: Tushe da Juriya

Abota ita ce mafi girman bayyanar sha'awar Allah na

nuna kaunarsa ga ɗan adam

Allah yana ba da tausayi da tausayi ga jariri ta hanyar

uba da uwa. Ra'ayinsu game da jariri abu ne na halitta kuma

na halitta, domin Allah ya hukunta cewa iyayenmu ba za su

iya taimakawa ba sai dai su kaunace mu Abota, to, tana

zuwa gare mu a matsayin bayyana tsantsar kaunar Allah

.marar iyaka a gare mu

Baki biyu sun haɗu, kuma da sha'awa ta zuciya da ta

zuciya, suna son taimaka wa juna. Shin kun taɓa yin nazari

kan wannan abin da ya faru? Wannan sha'awar juna ta

bazata ta samo asali ne kai tsaye daga dokar jan hankali.

Ayyukan abota ta juna da karfafawa tsakanin rayuka biyu

daga rayuwar da ta gabata a hankali suna kirkirar haɗin

ruhaniya wanda ke haɗa su wuri ɗaya a wannan rayuwar -

.duk inda suke

Sai dai idan wannan sha'awar ta lalace ta hanyar son kai

da sha'awar jinsi ɗaya, to tsarkakakke ne kuma ba shi da

lahani. Amma abin takaici, sau da yawa ana yin la'akari da

.rashin tsarki

Abota tana fure kuma tana bunkasa kamar fure mai

raɓa a kan bishiyar motsin zuciyarmu, kuma tana kazanta ta

hanyar sha'awa mai lalata da kiyayya da halaye na son kai

.da na kaɗa kai

Idan ka shafa wani nau'in taki daban a tushen itace,

'ya'yan itacen za su yi kanfanta kuma su yi rauni.

Hakazalika, lokacin da wani ya ciyar da bishiyar abota da son

kai, dalilansa marasa amfani suna batar da 'ya'yan wannan

abota. Sha'awar wani kawai saboda yana da arziki ko tasiri

kuma zai iya yi mana wani abu ba za a iya kiransa abota ba.

Haka nan, sha'awar wani saboda kyawun fuskarsa ba abota

ba ce. Lokacin da wannan fuskar ta rasa kyawunta na
.kuruciya, "abota" za ta shuɗe ta zama abin tarihi
Gaskiya ne cewa abota yana da wuya a samu a ko'ina
Wasu mutane da kake gani kowace rana kuma ba ka taɓa
sanin su ba Wasu kuma kana jin ka san su sosai duk da cewa
ba ka taɓa haɗuwa da su ba Dole ne mutum ya koya kuma
ya gina wannan fahimtar ciki mai kyau
Ka buɗe idanunka a duk inda kake, kuma idan kana jin
sha'awar wani, ya kamata ka karfafa abota da wannan
mutumin domin shi abokinka ne tun daga rayuwar da ta
.gabata

Akwai abokai da yawa da muka sani daga rayuwar da ta
gabata, amma waɗannan abota ba su girma ba ko kuma sun
kai ga cikakkiyar damarsu. Ya fi kyau a gina kan tushe na
yanzu maimakon tono kan yashi na waɗanda muka sani na
ɗan lokaci. Yana da sauƙi a yi tunanin kana da abokai da
yawa har sai sun jawo maka ciwo ko cutarwa, suna barin ka
.da bakin ciki mai zafi

Ka yi mu'amala da mutanen da suka bambanta da)
ka kuma zaɓi abokinka daga cikin waɗanda ke basirarsu,
(da kyawawan ɗabi'u

Mutane da yawa suna yin kuskuren zaɓar abokai saboda
ana yaudararsu da bayyanar waje. Hanya ɗaya tilo da za a
iya bambance abokai na gaskiya ita ce yin tunani da rokon
Allah ya haɗa ku da su. Dole ne ku yi ƙoƙari ku nemi abokai
ta hanya mai tsarki da tsarki. Wannan yana nufin tsarkake
tunaninku daga dukkan tunani game da kyawun jiki ko duk
wani bayyanuwa da kuke la'akari da shi. Wannan yana nufin
tsarkake tunaninku daga dukkan tunani game da kyawun jiki
ko duk wani bayyanuwa da kuke la'akari da shi. Idan kun yi
haka, wata rana, da yardar Allah, za ku iya samun abokai na
gaskiya a kusa da ku duk inda kuke, kuma Allah zai sake
haɗa ku, ko da kuwa a ruhaniya ne kawai, tare da abokai
masu nisa, saboda tsarkakakkun ji ba sa ƙarƙashin dokokin
abubuwa kuma ba a ɗaure su da lokaci da sarari ba. Za ku ji

kaunar Allah ta hanyar waɗannan hanyoyin ɗan adam masu
tawali'u waɗanda ba sa tsayayya da Shi amma suna barin
kaunarsa ta gudana ta cikinsu tsarkakakkiya da bayyanannu.
Daga tsarkakakkun zuciya, albarkar abota mai tsarki za ta zo
.muku kuma ta haskaka muku haskensu

Ba zai yiwu a jawo hankalin abokai na gaskiya ba sai dai
idan halin mutum ya tsarkaka daga son kai da halaye
marasa kyau. Babban fasahar abota da abota ita ce yin aiki
da mutunci da girmamawa. Yana nufin zama mai ruhaniya,
tsarkakakke a cikin manufofi da niyya, rashin son kai,
'yantacce daga ruɗani da ruɗani, da kuma fara gina babban
.ginin abota a kan harsashin da aka kafa tun da daɗewa
A rayuwarka, babu wani abu a duk rayuwa da ke
Idanuna sun yi farin ciki da wani abokina wanda ya

yarda

Kuma duk wani aboki wanda soyayyarsa ba don Allah ba

ce

Ba ni da kwarin gwiwa a soyayyarsa

Abota da kauna ya kamata su kasance a cikin dukkan
dangantakar ɗan adam: tsakanin iyaye da yara, tsakanin
miji da mata, tsakanin maza da maza, tsakanin mata da
mata, da kuma tsakanin maza da mata a matsayin 'yan'uwa.
Tsarkakakke ne kuma ba shi da takura da yanayi. Lokacin da
ka ji sha'awar kasancewa tare da wasu, abin da kake ji shine
kasancewar Allah

Abota wani kwarin gwiwa ne na Allah, Allah ba wai kawai
yana kula da 'ya'yansa na ɗan adam ta hanyar iyaye da 'yan
dangi ba; yana kuma ba mu abokai damar bayyana kauna
.mai tsarki da gaskiya daga cikin zukatanmu

Da zarar an samu karancin lahani na ɗan adam da kuma
kyawawan halaye da mutum yake da su, to, karin abokai da
zai samu Annabawa da manyan mutane za su zama abokai
ga kowa, kuma domin mu zama kamar su, dole ne mu
.tsarkake kaunarmu daga batar da son kai

Lokacin da za mu iya shawo kan wasu game da
kaunarmu
Kuma idan muka tabbata ta hanyar gwaje-gwajen lokaci
da sauran gwaje-gwaje
Wani yana kaunarmu da gaske daga cikin zuciyarsa
Kuma muna jin haka game da wannan mutumin
Ba don amfanin kashin kai ba, sai dai kawai don jin
bugun abota
Muna ganin kamannin Allah kuma muna jin kasancewar
Allah
Kuma muna jin muryar Allah a cikin wannan abota mai
albarka
Bai kamata mu bari kaunarmu ta kasance ga mutum
ɗaya kawai ba, amma ya kamata mu karfafa tushen wannan
.kauna mai tsarki a cikin wasu kyawawan manufofi
Idan ka yi kokarin - Allah ya kare ka - ka gina abota da
wani wanda ba shi da niyya, za ka ji takaici Ka fara abota da
mutanen kirki, sannan ka ci gaba da yadda jin dadin zumunci
ga wasu har sai ka ji tausayin kowa kuma ka iya cewa, "Ni
"aboki ne ga kowa
Manyan annabawa sun ji kauna ga wasu, don haka suka
yi afuwa da kyau kuma suka yi kira ga mutane da su yafe
.laifuka kuma su guji ramawa
Abota ta gaskiya soyayya ce mai tsarki domin gaskiya
.ce, tsantsar gaskiya ce, kuma mai ɗorewa ce
Wani masanin falsafa na ruhaniya ya bayyana abota da
:kyau lokacin da ya ce
Alkawari mafi girma da za mu iya yi da abokanmu"
shine mu ce: Bari gaskiya ta kasance tsakaninmu har abada.
Yaya kyau a faɗi game da wani abu: Ba lallai ba ne in haɗu
da shi, in yi magana da shi, ko in rubuta masa don tabbatar
da abotata da shi, kuma ba ma buƙatar aika masa da
kyaututtuka don tabbatar da abota ta da kuma tunawa da
junanmu domin ina amincewa da shi kuma ina dogara da shi

yayin da nake dogara da kaina duk inda yake da kuma duk
".yadda yake

Za mu iya yin magana cikin 'yanci da kuma a bayyane
tare da abokanmu ba tare da sun fahimce mu ba. Amma
abota ba za ta iya girma da bunkasa ba matuƙar akwai wata
.alama, sanarwa, ko bukata daga juna

Za a iya gina abota ne kawai bisa ga tushen 'yanci da
daidaiton ruhaniya. Saboda haka, dole ne mu yi wa kowa da
kowa mu'amala da wannan haske mai albarka, mu fahimci
cewa an halicci kowane ɗan adam cikin siffar Allah. Idan ka
.wulakanta wani, ba za ka taɓa dandana daɗin abotarsa ba
Akwai mutane da yawa da ke tafiya a kan hanyoyin
rayuwa ba tare da abokai ba, ban ma san yadda za su ci
.gaba da tafiyarsu ba

Abokai na gaskiya ba kasafai suke fahimtarmu ba. Kuma
idan sun yi, na ɗan lokaci ne kawai. Idan wani ya ci amanar
amincinka da amincinka, ci gaba da ba shi kaunarka da
fahimtarka kamar babu abin da ya faru, kamar yadda kake
.fatan samun fahimta da kauna daga wasu
Amma idan wannan mutumin ya ci gaba da yin abin da
ke nuna raini da kiyayya a gare ku, kuma ya ci gaba da mari
hannun abota da aka mika masa, to ya fi kyau ku janye
hannunku har sai ya gyara halayensa ya kuma cancanci
.girmamawar abota

Ya kamata abota ta fara daga gida Idan ka sami wani a
cikin iyalinka wanda ya dace da kai, ka yi aiki kan gina
wannan dangantaka da farko. Sannan, idan kana jin
sha'awar wani daga cikin waɗanda ka sani wanda ke da irin
.wannan dabi'a, ka yi kokarin karfafa wannan abota
Dole ne a kawar da duk wani sha'awa ta son kai da
kuma sha'awar sha'awa tsakanin abokai Ya kamata a karfafa
dangantaka ta abokantaka da mutanen kirki. Yawan tunani,
yawan gane abokai daga abin da ya gabata. Tunani yana
farkar da tunanin barci na abokan da ka sani kuma ka
.kaunace su a cikin abubuwan da suka gabata

Akwai mutane da yawa waɗanda na fara gani a cikin
wahayi na ruhaniya sannan na haɗu da su daga baya
Abota babban karfin sararin samaniya ne Lokacin da
sha'awarka ta abota take da karfi, kuma ko da akwai wani
baƙo wanda yake tare da kai a ruhaniya, har ma a Kudancin
.Pole, karfin abota zai iya kusantar da kai ta wata hanya
Son kai kaɗai ne ke da ikon lalata maganadisun na haɗin
kai a cikinmu

Wanda yake tunanin kansa kawai yana lalata tushen
abota kuma yana bata kyawawan dabi'unta
Waɗannan mutane ba su da ikon jawo abokai domin ba
su iya faɗaɗa fahimtarsu da kuma rungumar ni'imomin
rayuwa da Allah ya albarkace ku da iyali, abokina, domin ku
fara koyon yadda ake kaunar wasu sannan ku faɗaɗa
.wannan kaunar ga kowa

An ɗauke kaunatatunmu daga gare mu ta hanyar
mutuwa da wasu yanayi, domin mu koyi ba kawai mu
kaunaci mutane a cikin dangantakar ɗan adam ba, har ma
mu kaunaci kauna kanta - wannan kaunar da Allah yake,
tana nan a bayan dukkan abin rufe fuska na ɗan adam.

Kuma tare da kaunar Allah, za mu iya kaunar kowa a
matsayin alamu daban-daban na Ubangijin Duniya
Abota na nufin saka hannun jari a soyayyarmu ba tare
da son kai ba A cikin aure, akwai wajibin jima'i, kuma a cikin
rayuwar iyali, akwai abubuwan da aka gada. Amma a cikin
abota, babu wani wajibi ko tilastawa, babu wurin tilastawa ko
tilastawa na kowane iri. Maimakon haka, soyayya ce ta
bazata da ta fito daga zuciya kuma ba ta daure da yanayi sai
dai yanayin aminci, wanda ba tare da shi ba babu abota da
za ta iya jurewa. Wannan yanayin alhakin abokai biyu ne,
!domin yana ɗaukar mutum biyu su yi tango
Mu yi addu'a domin mu haɗu da abokanmu na baya, mu
kuma karfafa abotarmu da su domin mu fahimci kuma mu
.cancanci abotar Allah

Sai dai idan mun kaunaci 'ya'yan Allah ta hanyar ruhin
kauna da jituwa, ba za mu iya jin kaunar Ubangijin dan adam
ba

Ban san wani bako ba. Kuma abin farin ciki da farin ciki

!mai girma

Ko da wanda ya dauki kansa a matsayin makiyina ba zai

iya sa ni jin cewa ina kin sa ba

Idan wannan farkawar ta zo, za ka ji kaunar kowa

Kaunar da kake ji ga halittun Allah ba ta mutuwa har

abada amma tana karuwa har sai ka ji a cikin kaunar abokai

.kaunar Allah da ke fitowa daga zuciyar Allah a sama

Aminci ya tabbata a gare ku, masoyanmu masoya

Ci gaban kwakwalwa

**Mutane halittu ne na musamman godiya ga ikon
tunani, wanda ke bambanta su da sauran halittu.
Kowace rai tana sha'awar neman asalin allahntaka ba
tare da saninta ba ta hanyar tunawa da tushenta mai
tsarki. Wannan yana bayanin ci gaban komai a hankali
a cikin sararin samaniya. Daidai da tsarin allahntaka,
kowace rai, bayan ta sami jikin dan adam - gami da
kwakwalwa mai tasowa da tsarin jijiyoyi - a karshe
tana da hanyar tunawa da haɗin kai mai mahimmanci
tare da allahntaka.**

**Kwakwalwa ita ce ikon da muke tunawa da
abubuwan da muka fuskanta a zuciya; ba tare da ita
ba, da mun manta da fahimtarmu game da rayuwa
kuma dole ne mu fara sabuwar rayuwa kowace rana,
kamar kananan yara. Mutumin da ya rasa hankalinsa,
sakamakon haka, tunaninsa yana aiki kamar yaro.**

**Babu wata daraja ko muhimmanci wajen yin
jarrabawa idan ba za mu iya tunawa da sake farfado
da su ba. Muna koyo ta hanyar bincika tunaninmu, ji,
da kuma abubuwan da suka motsa mu, da kuma ta**

hanyar nazarin ayyukanmu na baya. Darajar mutum da muhimmancinsa suna cikin kwakwalwar ajiya mai kyau.

Misali, "Sami," yana tuna cewa shi Sami ne kowace safiya idan ya tashi, kuma ta hanyar tunawa, yana hada abubuwan da ya fuskanta a rayuwarsa da sunan Sami.

Idan muna son tunawa da wani abin da ya faru a baya, ko kuma lokacin da muke bukatarsa, za mu iya dawo da shi ta cikin tunaninmu na boye Ta hanyar tunawa da abin da muka yi ko abin da ya faru da mu a baya, za mu iya cimma duk wani aiki da ke bukatar kwarewa da muka koya ko muka yi aiki a baya. Haka kuma za mu iya bambance tsakanin abin da ya kamata mu yi da abin da ya kamata mu guje wa, ya danganta da yanayin da muke ciki.

Hankali mai hankali yana da taka tsantsan koyaushe, yana rubuta duk abubuwan da mutum ya fuskanta a lokacin rana kuma yana ci gaba da aikinsa ko da lokacin barci, yana kula da jiki kamar mai gadi na dare Bayan farkawa, mutum koyaushe yana sanin ko barcinsa yana cikin natsuwa da kwanciyar hankali ko a'a. Ikon kwakwalwar ajiyar zuciya daya ne daga cikin iyawar sanin Allah mai kiyayewa da albarka.

An dasa irin wannan wayewar a cikin kowace rai, domin rai, ta yanayinsa, ya fahimci cewa yana rayuwa har abada cikin Allah. Tunawa ita ce iri na har abada; idan muka kula da kuma haɓaka ta, za mu iya tunawa da duk abubuwan da suka faru a wannan rayuwar da kuma rayuwarmu ta baya.

A matsayinmu na mutane, za mu iya tunawa da duk gwaje-gwajen da muka fuskanta a wannan rayuwar. To me yasa ba za mu iya tunawa da duk gwaje-gwajen ruhaniya da rayukanmu suka fuskanta ba?

Tunawa tana da yanayi biyu: Tunawa da ɗan adam, wanda ke tuno duk abubuwan da suka faru a wannan rayuwa, da kuma tunawa mai tsarki, wanda ke tuno abubuwan da suka faru a cikin rai ta hanyar dukkan abubuwan da suka faru a cikinsa. Yawancin mutane sun saba da tunawa da ɗan adam ne kawai.

Amma me yasa tunawarmu mai tsarki take kwance a cikin barci mai zurfi?

Wasu mutane suna da ikon tunawa da abubuwan da suka faru daban-daban: na ɗan adam da na ruhaniya Wasu kuma ba za su iya tunawa da abubuwan da suka faru kwanan nan ba.

Kwakwalwa tana da mataakai da mataakai bisa ga karfin tunani na fahimta. Ilimi, mayar da hankali kan tunani, tunani, da duk abubuwan da ba za a manta da su ba suna da mahimmanci don haɓaka kyakkyawan kwakwalwa. Ba tare da haɓaka kwakwalwa ba, mutum ba zai iya samun fahimta mai zurfi da cikakken bayani ba. Idan wani ya yi gwaji sannan ya manta da shi, zai rasa kima da mahimmancin wannan gwajin.

Ta hanyar inganta ingancin kwakwalwarmu, za mu iya karfafa ta har zuwa inda za mu iya tunawa da komai, har da asalinmu na sama. Kuma ta hanyar farkar da kwakwalwarmu mai tsarki—don mu iya tunawa da duk abubuwan da suka faru na yanayin halittarmu na baya, da kuma yanayin ruhaniyarmu mara mutuwa—muna samun rashin mutuwa.

Daidaitaccen matsayi da motsa jiki mai kyau suna da amfani wajen haɓaka karfin kwakwalwa A wannan zamanin, inda aka maye gurbin aikin hannu da na'urori a fannoni daban-daban na rayuwa, mutane sun zama marasa zama kuma suna buƙatar motsa jiki akai-akai. Saboda haka, an kirƙiri hanyoyin motsa jiki ta atomatik don amfani a gidaje da gine-gine

Lokacin motsa jiki, yana da mahimmanci a mai da hankalinka kan kuzari mai mahimmanci don samun fa'idodi mafi girma. Bai isa kawai a shimfiɗa da karfafa tsokoki ba; dole ne ka farka da kuma jagorantar karfin rai wanda ke ba wa jikinka karfi da kuzari.

Akwai wasu abinci masu amfani ga kwakwalwa, wasu kuma ga tsokoki da jijiyoyi, wasu kuma don ci gaban jiki da kuma kula da sassa daban-daban na jiki. Don kara yawan kwakwalwa, ya kamata mutum ya ci abincin da ke kara karfin kwakwalwa. Misali, cin goro da almond da aka nika da aka haɗa da ɗigon lemun tsami ko ruwan lemu kafin kwanciya barci na iya inganta kwakwalwa.

Yogis sun kuma ce madara da cuku abinci ne masu karfafa kwakwalwa. Suna ba da shawarar cewa a lokacin gajiya da damuwa, ya kamata mutum ya sha ruwan lemun tsami ɗaya ko biyu a cikin gilashin ruwa, ya wanke kansa da ruwan sanyi, sannan ya zuba a kan haɓɓansa, tsakanin girarsa, a kan hancinsa, da kuma a cikin kunnuwansa. Sakamakon haka, jijiyoyi suna hutawa, hankali yana kwantar da hankali, kuma kwakwalwar ajiya mai kyau tana farkawa.

Ya kamata a guji yawan cin abinci mai kitse, domin hakan na iya sa kitse ya taru ya taruwa a cikin jijiyoyin jini da ke saman kwakwalwa.

Masu ilimin addini na Indiya sun ce naman alade da naman sa suna da illa ga lafiyar ɗan adam. Waɗannan nau'ikan nama guda biyu suna ɗauke da sinadarin uric acid. Bugu da ƙari, ana cewa naman alade da naman sa ba sa da isasshen kwakwalwar ajiya. Cin naman su, suna da'awar, na iya kara karfin jiki da tunani.

Ana iya inganta kwakwalwa ta hanyar aiki. Ba daidai ba ne a ce mutumin da ya raunana tun daga

haihuwa ba zai taba zama mai karfi ba. Akwai damarmaki da damar cimma manyan abubuwa a dukkan fannoni na rayuwa.

Dole ne mu san yadda ake neman hanya madaidaiciya da kuma hanya madaidaiciya

Wasu likitoci sun ce mutumin da ke da nakasa ta kwakwalwa ta gado zai ci gaba da kasancewa haka har abada. Duk da haka, an nuna cewa ana iya shawo kan matsalolin kwakwalwa da yawa ta hanyar motsa jiki na hankali. Bincike a wannan fanni ya takaita a Yamma, saboda haka masana ilimin halayyar dan adam da yawa ba su da masaniya game da hanyoyin zurfafa tunani da manyan masana yoga na Indiya suka koyar karnuka da suka wuce.

Hanyoyin da suka dace don habaka mai da hankali ba su da tabbas ga yawancin mutane. Kwarewar tunani ta riga ta kasance amma rashin ci gaba da girma yana haifar da matsaloli masu tsanani. Kamar jiki, kwakwalwa tana bukatar motsa jiki mai kyau don lafiya, aiki, da kuzari.

Saboda haka, gina kwakwalwar ajiya mai kyau yana bukatar motsa jiki, cin abinci mai kyau, da kuma kyakkyawan tunani.

Yi kokarin tuna wasu abubuwa na musamman kuma ka shiga cikin hangen nesa na tunani Ka kalli wani abu, wani yanayi, ko kyakkyawan kallo, sannan ka yi kokarin sake kirkirar wannan hoton a cikin zuciyarka. Yin kokarin tuna da wakokin wakoki da wakoki, da kuma rera su a hankali, yana taimakawa wajen habaka kwakwalwa.

Duk wani abu da aka yi da zurfin sani da kulawa zai kara wa kwakwalwa karfi

Waka da kiɗa suna da wani irin yanayi na musamman na motsin rai. Duk muna tunawa da bakin ciki da kuma manyan abubuwan da suka faru a

rayuwarmu cikin sauki. Me yasa? Domin jin da ke bayan wadannan abubuwan ya kasance mai tsanani. Duk wani abu da aka ji yana karfafa kwakwalwa. Bugu da kari, rubuta wakoki da motsa jiki na tunani kamar kari da ragi suma hanyoyi ne masu kyau don habaka kwakwalwa da mai da hankali kan tunani.

Domin habaka karfin kwakwalwa, dole ne a yi komai da zurfin tunani. Yawancin mutane suna yin ayyukansu da tunani mai yawo, wanda ke haifar da babban gibi tsakanin ayyukansu da tunaninsu. Wannan shine dalilin da ya sa ba sa tunawa da komai sosai. Idan mutum yana son tunawa da wani abu, dole ne ya yi shi da cikakken sani da sanin yakamata.

Ga wadanda suke kaunar Allah, tunanin ayyukansu yayin da suke yin su ba ya hana su tunanin Allah a lokaci guda. Duk da haka, a lokacin bimbini, ya kamata mutum ya yi tunanin Allah kawai. Ya kamata a lura cewa ana karfafa kwakwalwa kuma ana fadada karfin fahimtarta ta hanyar bimbini.

Menene bimbini? Haduwa ce da ruhin duniya baki daya, wucewar dukkan iyakokin dan adam, da kuma kokarin tunawa cewa mutum ruhu ne, ba jiki ba. Lokacin da mai bimbini ya fara kokarin tunani mai hankali don hada kansa da rai marar mutuwa maimakon jikin da yake zaune na rayuwa daya kawai, zai tuna da yawancin abubuwan da ya fuskanta a rayuwarsa ta baya kuma a karshe zai tuna cewa ya fito ne daga zuciyar Allah.

A cikin Allah ne ake tunawa da dukkan rayuwar dan adam da kuma rayuwar kowane mutum. Lokacin da mutum ya yi daidai da kansa na ruhaniya, zamanin da ya gabata da kuma ikon da aka manta da shi na ikon allahntaka mara lalacewa za su sake bayyana a cikin saninsa. Bimbini yana nufin tunawa cewa mutum

ba jiki ne mai mutuwa ba amma rai ne mai mutuwa: ɗaya tare da Allah.

Da rana muna yawan tunanin kanmu a matsayin ɗan adam mai iyaka, amma da dare, a lokacin barci mai zurfi, ba tare da mafarki ba, muna mantawa da yanayin ɗan adam ɗinmu.

Ta hanyar bimbini, za mu iya, ta hanyar kokarinmu, mu tsere, ko da na ɗan lokaci ne kawai, daga abubuwan da suka shafi duniya. Za mu iya barin sanin jiki mu kuma tuna cewa mu ruhohi ne na Allah. Waɗanda suka dage a cikin wannan aikin za su zama masu iko da kansu da kuma jagorori na gaskiya.

Allah ya bamu tunani domin mu kirkira da kuma tunawa da duk abin da ke da kyau da daraja Amfani da tunani mara kyau yana haifar da babbar illa ga ɗan adam

Mutumun da ke rike da kiyayya da kiyayya ga wani saboda wani rauni da ya yi a baya yana amfani da tunaninsa ba daidai ba. Duk da haka, babu laifi a tuna abubuwan da suka faru marasa daɗi don koyo daga gare su. Ta wannan hanyar, mutum yana nazarin ayyukansa na baya kuma yana guje wa maimaita kurakuran da suka haifar da sakamako mai ɗaci da raɗaɗi.

Bai kamata a sake duba tunanin karya ba, domin za su daɗe a cikin tunani, Allah ya ba mu tunani domin mu ci gaba da darussa da abubuwan da suka faru na rayuwa da kuma abubuwan da suka faru masu kyau. Ya kamata a kawar da tunanin karya na baya ta hanyar guje wa tunawa da su. Idan suka tilasta musu shiga cikin tunani, dole ne mu ki karɓar bakuncinsu ko maraba da su.

Muna sake nanata cewa: tunani a kan abubuwan da suka faru da kuma sake maimaita su ba daidai ba ne da tunanin da Allah ya ba mu. Madadin haka, ya

kamata mutum ya kuduri aniyar amfani da tunaninsa kawai don tunani mai kyau da abubuwan da suka faru masu kyau, da kuma kawar da duk abubuwan da ba su da dadɓi da kiyayya daga zuciyarsa.

Dole ne mu gani, mu ji, mu dandana, mu taɓa, mu ji, mu kuma yi sha'awar duk abin da yake mai kyau, mai kyau, mai kyau, kuma mai amfani. Kuma dole ne mu adana abubuwan farin ciki da gwaji a cikin ajiyar tunaninmu.

Mutumin da ke jin kyawawan motsin rai, yana tunanin tunani mai kyau, kuma yana ganin kyawawan abubuwa ne kawai a cikin yanayi kuma mutane za su tuna da kyawawan abubuwa ne kawai.

An ba mu tunawa a matsayin kyauta mai tsarki domin mu iya yin aiki da tunawa da abubuwa masu kyau har sai mun sami damar tuna mafi kyawun alheri: Allah

Yayin da muke lura da nagarta da adalci a cikin komai, wata rana za mu ga cewa ikon allahntaka da aka boye zai wargaza kuma ya wargaza duk kananan budewar tunani, ji, da ji waɗanda ta hanyarsu ne kawai muka hango walkeyar kyawun allahntaka da jituwa a cikin halitta, kuma ta taga sanin ruhaniya za mu ga cikakken alheri da cikakkiyar kamala.

Muna rokon Allah ya taimake mu mu farka da sake kunna wutar har abada ta tunawa mai tsarki har sai ta kone duhun mantuwa da sakaci, domin mu tuna cewa mun kasance kuma har yanzu muna tare da ruhun Allah da kaunarsa ta duniya.

**Idan ka tuna Allah da safe
Da rana da kuma da yamma
Za ku ji kuzari da farin ciki
Tashi kamar gaggafa a sararin
sama**

**Za ku yi lokacinku cikin jin dadi
Kuma ana daukarsa kamar kamshi
a sararin sama**

**Amincewarka ga Mahalicci ita ce
makami mafi kaifi**

**Ka sanya kanka cikin aminci da
bege**

**Idan ka nemi Allah, tushen adalci
Ta zama mai arziki, a'a, ta zama
mafi arziki a cikin masu arziki
Gaskiya da aka tabbatar**

Jagora Paramhansa Yogananda

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

**Kada ku yi watsi da maganata da shakku kafin ku
gwada hanyar da kanku. Kuna iya gaji da jin ra'ayoyi
da yawa wadanda ba su da wani tasiri a rayuwarku.
Abin da nake fada ba ka'ida ba ce, amma gaskiya ce
da aka tabbatar, kuma zan yi kokarin ba ku ra'ayin
abin da za a iya gwadawa a zahiri.**

**Na yi sa'a na koyi wannan gaskiyar kimiyya daga
daga daga cikin manyan masanan Indiya shekaru da
yawa da suka wuce. Kuna iya mamakin dalilin da yasa
nake karfafa ku kuma ina jawo hankalin ku ga
wadannan gaskiyar. Shin ina da wata manufa ta son
kai? Amsar da nake so ba ita ce kawai in gabatar
muku da wadannan gaskiyar, ina fatan samun farin
ciki mai kyau don taimaka muku samun farin cikin ku
ta hanyar yin su da kuma fuskantar farin cikin su?**

**Yanzu dole ne in yi amfani da wasu fannoni na
ilimin halittar jiki domin in sami fahimtar tsarin da
zan yi nuni da shi ga ayyukan manyan cibiyoyi ko
gatari da kuma wutar lantarki da ke gudana daga**

kwakwalwa—ta wadannan cibiyoyi—zuwa ga gabobin ji na waje da na ciki, wanda hakan ke sa su kasance masu rai da kuzari.

Akwai manyan cibiyoyi shida da ake watsa wutar lantarki mai mahimmanci, ko wutar lantarki ta rai, zuwa ga dukkan tsarin jijiyyoyi. Wadannan cibiyoyi sune:

1 Cibiyar Medulla

2 Cibiyar Mahaifa

Cibiyar Dorsal ta 3

4 Cibiyar Lumbar

5 Cibiyar Sacral

6 Cibiyar Coccygeal

Kwakwalwa ita ce babbar mai rarraba wutar lantarki (mafi girma a tsakiya), kuma dukkan cibiyoyi suna da alaƙa da juna kuma suna aiki karkashin tasirin babban cibiyar (kwayoyin kwakwalwa). Kwayoyin kwakwalwa suna aika da kwararar wutar lantarki (ko wutar lantarki) ta wadannan cibiyoyi ko axons na kashin baya, waɗanda kuma ke fitar da caji wutar lantarkinsu zuwa cikin jijiyyoyi masu afferent da watsawa waɗanda ke daukar ayyukan motsin ji da jin tabawa da gani, da sauransu.

Wannan wutar lantarki da kwakwalwa ke fitarwa ita ce jinin jikin jiki (gami da gabobin ciki da na waje). Ta wannan hanyar lantarki, ana aika bayanai masu ji zuwa kwakwalwa, wanda ke haifar da sarrafa tunani

Idan rai yana son dakatar da kwararar rahotanni masu tayar da hankali game da jin daɗin jiki (wanda

ke taimakawa wajen bayyanar madaukai masu alaka da tunani), dole ne ya sarrafa kwararar wutar lantarki kuma ya juya kwararar sa daga dukkan tsarin jijiyyoyi zuwa manyan cibiyoyi bakwai (gami da kwakwalwa), ta yadda ta wannan hanyar zai iya ba wa gabobin waje da na ciki cikakkiyar hutawa.

A lokacin barci, haɗin lantarki tsakanin kwakwalwa da gabobin ji yana katsewa kaɗan, yana hana jin daɗi na yau da kullun kamar ji da taɓawa su isa kwakwalwa. Saboda wannan katsewar ba ta cika ba, duk wani karfin motsawa na waje zai iya sake kafa wannan haɗin lantarki, yana ba da damar motsa jiki ya isa kwakwalwa ya kuma farkar da mutum. Duk da haka, a lokacin barci, wutar lantarki mai ci gaba tana gudana zuwa ga gabobin ciki - zuciya, huhu, da sauransu - tana sa su rayu kuma suna aiki.

Saboda ba a sarrafa aikin lantarki na jiki a lokacin barci sosai ba, jin daɗin jiki kamar rashin jin daɗi, rashin lafiya, da kuma karfin motsin jiki na waje na iya damun mai barci. Duk da haka, ta hanyar amfani da hanyar kimiyya mai kyau, za mu iya sarrafa ayyukan jiki na ciki da na waje a lokaci guda - wannan shine kololuwar aikin. Amma cimma cikakken iko na iya buƙatar shekaru da yawa na yin aiki mai himma.

Kamar yadda gabobin waje ke wartsakewa bayan barci, wanda shine hutu ga jiki, haka nan gabobin ciki ke wartsakewa sosai sakamakon yin amfani da wannan hanyar kimiyya, kuma karfinsu yana karuwa, wanda ke taimakawa wajen tsawaita rayuwa.

Kamar yadda ba ma jin tsoron barci don kada hankalinmu ya kasance cikin barci kuma ba zai iya aiki ba, haka nan bai kamata mu yi jinkirin yin mutuwa mai sanin yakamata ba, wato, don ba wa

gabobin cikinmu hutawa. To mutuwa za ta kasance karkashin ikonmu, ta yadda idan muka ga wannan gidan zahiri ya lalace kuma ba za a iya zama a ciki ba, za mu iya barinsa da son rai da cikakken sani "Makiyi na karshe da za a kayar da shi shine mutuwa"

Za mu iya kwatanta wannan hanyar da misali mai zuwa:

Idan babban musayar waya a cikin birni yana da waya zuwa sassa daban-daban na birnin, masu kira a wadannan sassan za su iya hadawa akai-akai zuwa babban musayar ta hanyar wutar lantarki da ke gudana ta cikin wayoyi, ba tare da la'akari da gudanarwa ko ikon musayar ba. Duk da haka, idan babban musayar waya yana son katse musayar daban-daban, zai iya kashe babban maɓallin wutar lantarki, don haka zai dakatar da kwararar wutar lantarki zuwa sassa daban-daban na birnin.

Hakazalika, hanyar kimiyya tana ba mu tsarin da ake bukata don jawo kwararar ruwa mai mahimmanci - wanda aka rarraba a cikin jikinmu - zuwa yankunan tsakiya, wato kashin baya da kwakwalwa. Hanyar tana aiki ta hanyar maganadisu na kashin baya da kwakwalwa, wadanda ke dāuke da manyan cibiyoyin makamashi guda bakwai. Sakamakon haka, ana jawo karfin rayuwa da ke rarrabawa a cikin jiki kuma ana watsa shi ta hanyar kashin baya zuwa kwakwalwa. Bayan isa ga kwakwalwa, muna jin kuma muna fuskantar shi a matsayin haske. A cikin wannan yanayin, kai na ruhaniya yana iya 'yantar da kansa daga abubuwan da ke dāuke da hankali na zahiri da na tunani.

Kai na ruhaniya yana damun mutane da rahotannin waya da ke shigowa—ba tare da son ransa

ba—daga azuzuwan "mutane" guda biyu: babban aji (tunani) da kuma karamin aji (ji na jiki). Domin yanke alaƙa da waɗannan azuzuwan guda biyu, dole ne ya jawo wutar lantarki da ke gudana ta cikin wayoyin waya zuwa babban batirin ta hanyar kashe maɓallin wutar lantarki (watau, ta hanyar yin bimbini) don ya ji daɗin zaman lafiya da 'yanci.

Hankali shine babban darektan kuma mai rarraba makamashi, wanda ke da alhakin watsa wutar lantarki mai mahimmanci daga kwakwalwa zuwa ga jijiyyoyi masu ji da motsi. Misali, idan muka kori wani kuda mai ban haushi, muna amfani da ikon kulawa don aika wutar lantarki zuwa ga jijiyyoyi masu motsi, wanda ke haifar da motsin hannu da ake so. Na ambaci wannan don ba da ra'ayi game da ikon hankali, wanda za a iya sarrafa wutar lantarki a cikin jiki kuma a tura ta zuwa cibiyoyin da aka ambata a sama.

A nan ina so in bayyana yanayin da ke bin cikakken iko na wutar lantarki ta bioelectric Da farko, mutum yana jin wani abu mai ban sha'awa saboda magnetization na kashin baya. Duk da haka, ci gaba da yin aiki na tsawon lokaci zai haifar da yanayi na farin ciki wanda ke kawar da sha'awar jiki.

Mun bayyana wannan yanayi mai daɗi a matsayin babban burinmu da kuma buƙatarmu ta duniya baki ɗaya, domin a cikinsa muke samun sanin Allah ko ni'ima kuma muna jin faɗaɗa saninmu. Da zarar mun fuskanci wannan yanayi, haka nan yanayinmu (karamin kanmu ko girman kanmu) yake raguwa kuma yana narkewa, kuma da sauri muke kusantar sanin sararin samaniya kuma muna da alaƙa kai tsaye da Allah.

Addini, a gaskiya, ba komai bane illa halakar da kanmu a cikin sanin sararin samaniya. Saboda haka, a cikin wannan yanayi mai daɗi, muna hawa tsani na imani, muna barin yanayin da ke cike da damuwa na ji da kuma rudanin tunani, muna shiga cikin sararin ni'imar Allah.

Ta wannan hanyar ne muke fahimtar gaskiyar sararin samaniya, kuma lokacin da wannan yanayi mai albarka ya zama na gaske - ta hanyar ci gaba da yin aiki - muna samun kanmu koyaushe a gaban Ubangiji mai albarka a cikinmu, kuma muna yin ayyukanmu ta hanya mafi kyau ba tare da duban 'ya'yan aikin ba, don haka muna damuwa da ayyukan fiye da kanmu (kaunar kai) da jin daɗin jin daɗi da azaba da wannan girman kai ke haifarwa.

A cikin koyarwar dukkan addinai—Kiristanci, Musulunci, da Hindu—akwai gaskiya ta asali: sai dai idan mutum ya gane ainihinsa a matsayin ruhi—tushen jin daɗi—za su ci gaba da kasancewa a ɗaure da tunani mai iyaka kuma su bi ka'idodin yanayi marasa sassauci da rashin gafartawa. Sanin ainihin yanayinsu yana kawo 'yanci na har abada. Ba za mu iya sanin Allah ba sai ta hanyar sanin kanmu, domin ainihin yanayinmu yana kama da nasa An halicci ɗan adam cikin siffar Allah Ta hanyar yin tunani mai zurfi da gaskiya na kimiyya, za ku san kanku—wato, za ku gane cewa kai ruhu ne mai albarka—kuma za ku san Allah.

Hanyoyin tunani na ruhaniya sun kunshi duk hanyoyin da ake bukata don sanin Allah. Ba sa mai da hankali kan bambance-bambancen addinai da imani saboda wasu daga cikin waɗannan bambance-

bambancen suna haifar da rudani a cikin tunanin mutane.

Fifikon tunani na kimiyya akan wasu hanyoyi yana cikin alaƙar da ke tsakaninsa da kuma aiki kai tsaye da abin da ke ɗaure mu da iyakokin kanmu: kuzarin rayuwa Maimakon mayar da wannan kuzarin zuwa ciki da haɗa shi cikin ikon faɗaɗa da faɗaɗa na ruhu, yana gudana waje, yana kiyaye jiki da tunani a cikin motsi akai-akai, yana haifar da rudani ga kai na ruhaniya ta hanyar jin daɗin jiki da tunani mai sauri.

Domin kuzarin rayuwa yana gudana a waje, ji da tunani suna batar da hoton rai mai tsarki da natsuwa Wannan hanyar tana koya mana yadda ake jagorantar kuzarin rayuwa zuwa ciki Saboda haka, hanya ce kai tsaye kuma nan take, tana kai mu kai tsaye zuwa ga sanin rai: zuwa ga sanin Allah mai albarka, ba tare da bukatar wani matsakaici ba

Wannan hanya ita ce daidaitawa da kuma jagorantar kwararar kuzarin rayuwa ta hanyar daidaitawa da daidaita ɗaya daga cikin bayyanannun abubuwan da aka sani waɗanda ke da alaƙa kai tsaye da kuzarin rayuwa kanta.

Ya kamata a lura cewa duk hanyoyin addini a duniya suna ba da shawarar amfani da hanya kai tsaye ko a kaikaice, ko a bayyane ko a bayyane, don sarrafa kwararar kuzarin rayuwa da kuma juya alkiblarta ta yadda za mu wuce jiki da tunani mu kuma san rai ta hanyar sanin ainihin yanayinsa da yanayin asalinsa

Kasancewar rai a cikin ɗan adam shine rayuwa, kuma rashinsa halaka ne. Saboda haka, hanyar da ke

jagorantar mutum don sarrafa rayuwa kai tsaye ita ce hanya mafi kyau.

Masu hikima na tsararraki da kasashe daban-daban sun ba da shawarar hanyoyin da suka dace da tunani da yanayin mutanen da suke zaune a cikinsu. Wasu sun jaddada addu'a, wasu ji, wasu ayyuka, wasu kauna, wasu kuma dalili ko tunani da tunani. Amma dalilansu iri daya ne.

Dukansu sun tabbatar da bukatar wuce gona da iri na sanin jiki ta hanyar juya kwararar kuzarin rayuwa ta yadda zai gudana a ciki. Sun kuma tabbatar da bukatar sanin kai da fitowarsa daga bayan mayafi, kamar yadda hoton rana ya bayyana a sarari kuma a sarari a cikin ruwa mai natsuwa da nutsuwa. Dukansu sun jaddada inganci da ingancin hanyar tunani, ba tare da bukatar wani mai shiga tsakani ba.

Ya kamata kuma a lura cewa yin amfani da wannan hanyar ba ta hana ci gaban karfin tunani ko na jiki ba, kamar yadda ba ta tsaya a matsayin shinge ga ayyukan zamantakewa masu amfani wadanda ke karkashin ji da kyawawan halaye da kyawawan manufofi da aka kebe don yi wa dan adam hidima ba.

A gaskiya ma, muna ba da shawara da kuma ba da shawarar ci gaban mutum gaba daya, domin wannan ci gaban ba makawa yana saukaka aiwatar da wannan hanyar maimakon hana ta. Abin da kawai ake bukata shi ne a fahimci kuma a yi aiki da kyau a kan hanyar, kuma duk ayyuka da buri za su kasance cikin mafi kyawun amfanin mai nema.

Muhimmin abu a cikin wannan hanyar shine fahimtar makamashin rayuwa wanda ke riƙe jikin ɗan adam kuma yana kiyaye shi da kuzari.

Takaitaccen tabbaci na warkarwa

**Ya Ubangiji, haskenka mai albarka yana
haskakawa daga annabawa, waliyyai, da masana
dukkann addinai, kuma daga gare ni ma wannan haske
mai tsarki yana nan a cikin kowace kwayar halitta da
nama na jikina, kuma da yardarka ina da lafiya da
koshin lafiya**

O aikin sararin samaniya mai sanin yakamata

Kana da rai a cikina!

**Ana canza abinci mai tauri, ruwa, da iskar gas ta
ikon Allah zuwa makamashin rai.**

Don tallafawa jikina

Ya Ubangiji, kwayoyin jikina an yi su ne da haske

**Yana daga cikin ainihinka, domin kai ne ruhin
kamala**

**Tana da lafiya a lokacin, domin kai ne tushen
waraka**

**Asalinsa shine ruhi, kuma kai ne ruhin a cikin
sararin samaniya mai fadi**

Kuma har abada ne domin kai ne asalin rayuwa

Domin kai ne ma'anar har abada

Ina jin sabonta, karfi, da kuzari

Ayyukanka suna cike da rayuwa

Kuma jikina yana gudana ta cikinsa

Ikon warkarwa na ruhu

An haliƙce ni haske

Daga tsantsar halittar Allah

Kullum ina jin lafiya

Domin yana cikina

Karfinsa yana nan

A kowace sashe na jiki

**Cikin yana da karfi domin yana ɗauke da
haskensa**

Mai warkar da dukkan cututtuka!

**Na san tabbas cewa dukkan cututtuka, a cikin
nau'ikansu daban-daban, suna faruwa ne sakamakon**

**Dangane da rashin bin ka'idodin lafiya zan kawar
da cutar da abinci mai kyau**

**Motsa jiki mai kyau, tunani mai kyau, da kuma
kyakkyawar niyya**

**Ya Ubangiji, haskenka yana nan a cikin kowace
kwayar halitta ta jikina**

**A cikin kowace ɗaya daga cikin kwayoyin halitta
na**

A cikin kowace kwayar jini,

Kuma kowace jijiya a jikina

A cikin kwakwalwata da kyallen takardata

**Saboda haka, ina cikin koshin lafiya da kwanciyar
hankali**

**Domin kai ne ke rayuwa a cikina, kuma kai ne
ikon warkarwa**

**Hasken Allah da walwalarsa suna mamaye
kusurwoyin duhu na rashin lafiyar jikina**

**Hasken warkarwarsa yana haskakawa a cikin
kowace kwayar halitta ta jikina**

Don haka sauti ne domin yana ɗauke da haskenSa

Haka kuma, kamalarsa,

Musamman ma'anar ikon tunani

**Ina tsammani kuma na san cewa aikina yana
farawa**

Daga kwakwalwa zuwa jiki

Feshin haske yana fitowa

Daga tushen kyallen jikina

Kuma yana gudana daga kwakwalwata

Zuwa ga kwayoyin halitta da jijiyyoyi

Kuma a cikin sakin layi ya fara

Gudun ikon warkarwa

Daga kashin baya

Kamar kumfa ko feshi

Don ciyar da kwayoyin jiki

Lafiya mai kyau!

Ya Ubangiji, ina bauta maka

A cikin komai mai kyau

Kuma ina ganin adalcinka

A cikin kowace ra'ayi mai haske

Ikonka mai cikakken iko maganin kowace cuta

Yana nan a cikina, don haka ba na jin gajiya

Bari hasken warkarwarka ya haskaka

Daga duhun jahilci mai zurfi

Duk inda akwai haske, akwai kamala da tsarki

A cikin ji, so, da tunani

To, ka tsara yadda nake ji, tare da nufina da tunanina

Domin in bi shiriya da hikima da kuma kyakkyawan tunani

Kowace rana zan nemi farin cikin rai a cikin kaina

Ba ta hanyar jin dadi ba

Allah yana lura da tunanina kuma yana shiryar da su zuwa ga

Duniyar tsaro da kuma fatan samun zaman lafiya

Zan tsarkake tunanina daga dukkan tsoro

Sanin cewa Allah yana goyon bayana kuma yana shiryar da ni

Yana saukaka min hanyata

Kuma Yana saukaka min abubuwa

A kowane hali da kuma yanayi

Dogara ta ga Allah ita ce mafita.

Kuma ina da fa'ida da waraka daga gare ta

Salam alaikum barka da warhaka

Hikima da fahimtar ruhaniya
Dole ne mutum ya zama shugaban kansa kuma ya yi
aiki yadda ya kamata, ba bisa ga al'ada da sha'awa ba, sai
.dai ta hanyar 'yancin zabi da hikima

Hakki ne da ikon ɗan adam ya kirƙiri aljannarsa ya kuma
ji dadinta domin yana da dukkan hanyoyin cimma wannan,
domin Allah ya ba shi ikon karkatar da hankalinsa zuwa gare
.Shi da kuma saninSa

Abu mafi girma a rayuwa shine rayuwa a cikin ƙarfin
lamirinka mai tsabta da kwanciyar hankali

Ta hanyar mai da hankali kan Allah da kuma yin addu'a
daga zuciya, mutum zai iya dandana kasancewarsa mai
albarka
* **

:girmamawa
Hasken Allah yana cika ni kuma yana haskaka ni, yana
kawar da dukkan rashin lafiya kuma yana ba ni lafiya da
walwala Haskensa na allahntaka yana haskakawa a cikin
kowace kwayar halitta ta jikina, saboda haka jikina yana da
lafiya kuma ina cikin koshin lafiya
* **

A wannan ranar da ka tuna da asalinka na sama, za a
sake haifar da hankalinka a cikin babban gidan Ruhu mai
tsarki

Da alama tunanin ɗan adam da nufinsa an binne su a
karkashin kasan jahilci Sai dai idan an cire zinariyar hikima
[daga ma'adinin rai], an narke, an kuma siffanta ta da kayan
aikin tunani masu kaifi, ba zai yiwu a sare da kuma kawar da
shukar mugunta da ke tsirowa a cikin lambun sanin ɗan
.adam ba

Duwatsu masu girma da ban mamaki, hanyoyin ban
mamaki na jikin ɗan adam, furanni da furanni masu kyau da
haske, kafet mai kore na ciyawa, girman rayuka masu
.daraja, da kuma zurfin tunani mai kyau
Kuma zurfin kauna, duk wannan yana tunatar da mu
Allah, wanda shine tushen dukkan girma, girma, da kyau
* **

Mayar da hankali kan hankali shine mabudɗin farkawa da
kunna ikon boye a cikin mutum Mayar da hankali yana nufin
mai da hankali kan abu ɗaya Babban dalilin gazawa da yawa
shine rashin mai da hankali Ana iya kwatanta hankali da
walkiya; lokacin da haskensa ya bazu a wani yanki mai faɗi,
karfinsa yana raguwa Amma wannan hasken yana karuwa
da haske lokacin da aka mai da hankali kan wani
takamaiman wuri. Waɗanda ke da hankali na musamman
suna mai da hankali sosai, suna da ikon mai da hankali kan
.duk karfin tunaninsu akan abu ɗaya a lokaci guda
* **

Soyayya ta gaskiya—soyayya ta zuciya da rai—soyayya
ce ta Allah. Wannan soyayya ta Allah tana neman bayyana
.kanta ta cikin zukata da rayukan ɗan adam

Akwai rakuman ruwa masu nisa a saman teku waɗanda
ba sa taɓa fashewa a bakin teku. Akwai kuma tunani a cikin

wurin zaman shiru mai zurfi wanda zuciya ba za ta iya
.furtawa ba

Fahimta ita ce daidaito tsakanin hankali mai natsuwa da
lamiri mai tsabta

Fasahar yin aiki yadda ya kamata tana cikin ikon yin aiki
a hankali ko da sauri ba tare da rasa kwanciyar hankalin
zuciyarka ba

Ba za mu iya koyon wani abu da ba mu sani ba sai dai
idan muna da wani abu da za mu kwatanta shi da shi. Don
haka, Allah yana koya wa ɗan adam kaunar Allah ta hanyar
cikakkiyar hanyar kaunar ɗan adam

Koyaushe ka nuna allurar kamfas da ke hankalinka zuwa
arewacin farin ciki na ruhaniya, sannan babu wanda zai iya
kawo cikas ga daidaitonka

Ka karfafa imaninka ga Allah kuma ka yarda cewa
Wanda ya halicce ka zai ciyar da kai kuma ya kare ka

Wanda ke tafiya daidai yana kaunar Allah kuma Allah
yana kaunarsa, ko yana aiki a cikin dajin halitta ko dajin
wayewar zamani, domin matsaloli, matsaloli, jarrabawa, da
matsaloli suna nan a duka biyun. Na farko ya kunshi dabbobi
masu mugunta, yayin da na biyun ke gabatar da tsoro ba
kasa da haka ba, wanda ke bayyana a cikin gwagwarmaya
mai karfi da sha'awa mara iyaka da sha'awa mai zafi. Sai
kawai lokacin da mutum ya miƙa sha'awarsa ga nufinsa ne
.yake ɗanɗanon farin ciki na gaske

Wani lokaci za ka iya jin cewa aboki zai zo ziyara, duk da cewa babu wata alama ta ziyararsu. Ba su gaya maka cewa za su zo ba, amma kana da karfin jin cewa za ka gan su, sannan, yayin da yamma ta faɗi, sai su buga kofar gidanka! Ko kuma wani lokacin za ka ji duk rana cewa wani abu mai kyau ko mara kyau zai faru, kuma idan ya faru, za ka yi mamakin ganin cewa fahimtarka ta yi daidai. Waɗannan misalai ne na fahimta (hankali na ciki) da kuma yadda take .aiki ba tare da wata shaida da alamu ba

Allah ya ba mu rai, hankali, da jiki, kuma dole ne mu noma waɗannan baiwar ta hanyar jituwa da daidaito. Bai kamata mu bar kanmu mu zama bayi ga muhallinmu ko fursunonin ɗabi'a ba. Iyaye masu ruhaniya za su iya taimaka wa duniya ta hanyar renon yara masu halaye na ruhaniya da kuma yin rayuwa mai matsakaici wadda ke ɗauke da tunani .da kuma ladabi

Kowace irin tunani mai kyau da ke motsa ka a cikinka tana kusantar da kai ga Allah. Waɗannan tunani kamar kogi .ne ke gudana cikin teku na ruhun Allah

Kowace rana ya kamata ta zama rana ta godiya da godiya ga albarkar rayuwa daga hasken rana, ruwa, da kayan lambu da 'ya'yan itatuwa masu kyau, waɗanda kyauta .ce ta kai tsaye daga Mafi Girman Mai bayarwa

Soyayya tsantsa, soyayya ta Allah, tana kawar da shingayen da ke tsakanin mutum da Mahaliccinsa

Abota tana lalacewa kuma soyayya tsakanin mutane
tana shudewa saboda gurbatattun abubuwa na mallaka, son
kai, dangantakar iyali ta hanyar injiniya, sha'awar jima'i,
abubuwan da suka shafi abin duniya, tashin hankali, da
musayar ra'ayi, saboda dangantaka mai dorewa tana biyo
bayan kiyayya kwatsam, wanda ke haifar da mutuwar
kaunar dan adam. Amma a cikin zuciyar kowane dan adam
akwai kauna ta har abada, ta Allah wadda za ta iya
kasancewa a kwance na dan lokaci, amma ba ta mutuwa da
.gaske

A cikin kasan zuciyarka, tsaban soyayya suna girma. Ki
kula da wadannan tsaban kuma ki shayar da su da tausayi
.da kauna mai cike da komai

Allah kauna ne, kuma kauna tana hada mu da Allah.
Idan muna son kaunar Allah, ba dole ba ne mu ware ko mu
.takaita kaunarmu, sai dai mu hada ta da kaunar Allah

Duk iko da komai a sararin samaniya samfuri ne na
tunanin allahntaka, kamar yadda abubuwan da kake gani a
.mafarki tunaninka ne ya yi su

Hanya daya tilo da za a guji aikata laifi ita ce a samar da
kyakkyawan tunani don gane laifin da kuma kudurin kin yin
.sa

Fada da wani ba daidai ba ba ya haifar da wani abu mai
kyau. Jahilci shine babban abokin gaba na bil'adama kuma
.dole ne a kore shi daga wannan duniyar
Muna da duk abin da muke bukata a wannan duniyar
don kawo zamanin wadata, farin ciki, da adalci cikakke. Abin
da ke kawo cikaskas ga son kai na dan adam, wanda ke sa

wannan ba zai yiwu ba. Mummunan wahala da rashin dalili
yana faruwa ne ta hanyar kwadayin ɗan adam da son kai, ba
tare da la'akari da wasu ba. Ana amfani da kuɗin da za a iya
amfani da su don ciyar da mabukata da kuma tufatar da su
.don halaka da lalata

Tushen matsalolin duniya shine wannan son kai da aka
haifa daga jahilci. Kowa yana tunanin yana yin abin da ya
dace, amma idan suka bi manufofin kansu kawai, sai su fara
aiwatar da dokar karmic ta dalili da sakamako, wadda ba
.makawa za ta lalata farin cikinsu da farin cikin wasu
Da zarar na ga bala'o'in duniya da jahilcin ɗan adam ya
haifar, sai na fahimci cewa farin ciki yana da jinkiri, ko da an
yi wa tituna ado da zinare. Farin ciki na gaske yana cikin
faranta wa wasu rai. Idan kowa ya yi haka, kowa zai yi farin
.ciki, kuma kowa zai sami rabonsa na ni'imar duniya

Sanin Allah game da farin cikinsa na sama da jin
dadinsa mara iyaka yana kama da sandar sihiri wadda take
canza karfe mai arha na rayuwar duniya zuwa zinare mai
.haske na farin ciki na ruhaniya mai ɗorewa

Abota ita ce jan hankali ta ruhaniya ta duniya da ke
haɗa rayuka da haɗin kaunar Allah

* **

laima ta ruhi ko natsuwar ruhi
Lokacin da damuwa mai zafi ta bace musu zafi
Natsuwa ta bayyana, tana kawo zaman lafiya da
kwanciyar hankali
Shine farin ginshikin jirgin ruwa na rayuwa

Yana cike da iskar farin ciki mai dorewa, babu wani farin
ciki, babu wata damuwa
Don haka ta tura jirgin a hankali a saman tafkin Al-Rida
Natsuwa ita ce kogin gamsuwa
Tana gudana a hankali zuwa ga tekun natsuwa
Ware daga rakuman damuwa
Ita ce laima ta ruhi
Yaduwa sama da tunanin dan adam da zuciyarsa
Domin kare farin cikin rayuwarsa, kanana da manya
Daga ruwan sama na tsoro da damuwa
Sautin sama ne
Tana fitowa daga wakar rai
Gishirin tsarki ne
A kan teburin rayuwa
Kuma feshi yana tashi daga magudanar ruwa na nasara
Yanayi ne mai kyau da natsuwa
Wanda mulkin rai yake mulki da shi
Cikin jituwa da yarda
Natsuwa ba wai kawai ga wuraren shakatawa na sirri ba
ne
Kuma babu wata hanyar tsira daga hayaniya da
hayaniya
Maimakon haka, yana zuwa inda zukata ke maraba da
shi
Kuma tana zama inda rayuka ke samun kwanciyar
hankali a cikinta
Ba tare da la'akari da lokaci da wuri ba
Fure ne mai laushi, mai rauni
Ba zai iya jure wa tabawa mai karfi ba
Maimakon haka, yana rayuwa, yana fure, kuma yana
bunkasa
Idan an shayar da shi da ruwa mai tsabta
Natsuwa wani tafki ne na jin dadi
Yanci daga kurajen bakin ciki'
Ita da ke zubar da hawayen tsoro

Don ɗan karamin ɗan damuwa da damuwa
Idan aka rufe shafin ruhin natsuwa
:Wani yanki na dusar kankara mai tsabta da haske
Dusar kankara ta natsuwa da kwanciyar hankali
Guguwar tsoro da guguwar damuwa ba za su yi nasara

ba

Yana damun zaman lafiya da kwanciyar hankali
A karkashin wannan Layer mai tauri da sheki
Don wannan haske mai albarka, mai haske

* **

Gidan Soyayyar Allah
Lokacin da harsashin kiyayya ya mamaye ku
Ku nemi mafaka a sansanin soyayya
Kuma idan bama-bamai na rashin fahimta suka ci gaba
Ka kasance cikin karfin hali a cikin kogo na soyayya
A karkashin ɗakunan tausayi da tausayi
Kuma idan tururin yaudara mai guba ya gwada
Domin danne rayuwar hikimarka
Sanya abin rufe fuska na tsantsar soyayya a kusa da

kanka

Katargar kaunar Allah mafaka ce mai aminci
Daga hare-haren rundunonin sha'awa da jaraba
Tono ramin aminci da juriya
Cika shi da ruwan soyayya
Don haka son kai ba zai iya ratsa shi ba
Domin lalata hikimar ranka

* **

Wadanda ke yin bimbini suna fuskantar kyakkyawar
nutsuwa ta ciki Abin da muka koya a cikin bimbini ya kamata
a yi amfani da shi ga ayyukanmu na yau da kullun da
tattaunawarmu, kuma bai kamata mu bar kowa ya sace
.mana zaman lafiya ko ya dame mu ba

Tunani mara son kai kamar madubi ne mai haske, mai
haske, wanda aka daidaita kuma ba ya girgiza ta hanyar
.yanke hukunci cikin gaggawa
Soyayyar Allah lambu ce ta furanni na sama da basil, da
kuma tunani mai haske da sabo. Ita ce tushen dukkan
soyayya mai tsarki da ke bugawa a cikin zukata masu
.gaskiya

Ka kasance mai sauƙin kai gwargwadon iyawarka kuma
za ka yi mamakin yadda rayuwarka za ta kasance cikin farin
.ciki da sauƙi

Farin cikin iyali na gaske ya dogara ne akan fahimta da
kalmomi masu dadi

Da zurfafan nitsewa cikin tunani, sabuwar wayewar gari
za ta fashe. Hazo na shiru da asiri da ke rataye a kan komai
za su bace kuma su bace kafin hasken farkawa ta ruhaniya
da kuma karuwar sha'awar Allah

A cikin mu'amalarmu da wasu, yana da matukar
muhimmanci a fahimci halaye na musamman da halaye
masu kyau da suka samo asali daga abubuwan da suka faru
da kuma yadda suka samo asali daga kasancewarsu, kuma a
.yaba da waɗannan halaye

Idan muka yi nazarin mutanen da ke da buɗaɗɗen
tunani, za mu iya fahimtarsu kuma mu yi mu'amala da su
cikin kwanciyar hankali, kuma nan take za mu iya sanin
.yanayin mutumin da muke mu'amala da shi
Kada ka yi magana da wani masanin falsafa game da
tseren dawaki, kuma kada ka yi jayayya da wani masanin
kimiyya game da kula da gida. Ka gano abin da ke jan
hankalin mutumin kuma ka ja hankalinsa, ka yi magana da

shi game da hakan, ba lallai ba ne game da abubuwan da ke
.burge ka

Idan muna son fahimtar wasu, dole ne mu guji suka da
yin Allah wadai da su. Madadin haka, ya kamata mu kalli
madubin fahimtarmu don ganin abin da ke buƙatar gyarawa
da gyara. Wannan madubin ciki ya bambanta da wanda
muka saba gani kowace safiya. Kowace rana, ina kallon
wannan madubin ciki, kuma idan na sami wani abu da ban
so ba, ina sukar kaina kuma ina koƙarin gyara shi. Ta
wannan hanyar, mutum yana ganin ainihin abin da yake gani
a madubin ransa kuma yana ci gaba kowace rana akan
.hanyar zuwa ga farin ciki da kwanciyar hankali na ciki

* **

Ya Ubangiji, Ka fi kusa da ni fiye da bugun zuciyata,
kuma ina jin kasancewarka a gefen sanina

Idan mutum ya daƙe yana mai da hankali kan rakuman
teku, sai ya yi sakaci da mai da hankali kan tekun kanta.
Hakazalika, idan mutum ya mai da hankali kan karamin
rakuman rayuwarsa kuma ya manne da shi gaba ɗaya, sai
ya manta da babban tekun rai, wanda rayuwarsa kawai take
.a kan faɗin zuciyarsa

Kamar yadda aka kunna fitilun lantarki da aka sanya a
wurare daban-daban ta hanyar janareta guda ɗaya ta wutar
lantarki, haka nan ake kunna fitilun ɗan adam ta hanyar
janareta guda ɗaya ta sararin samaniya wanda ke tura
hankali zuwa cikin tunani kuma yana caji gawawwaki da
.makamashin rai

Kowace digo na ruwa tana taimakawa wajen wanzuwar
teku. Kuma kodayake rayuwar mutum na iya zama kamar

karamin digo a cikin tekun ɗan adam, tasirin wannan
rayuwar na iya zama mai matuƙar muhimmanci kuma ba za
.a raina shi ba

rakuman ruwa masu karfi
tortices na tsarin hasken rana
da kuma kwararar karfin sararin samaniya
da taurari suna shawagi a sararin samaniya
Kamar duwatsun kankara a tsakiyar tekuna
Dukansu suna rawa a kan kirjin motsi na har abada
Uwa cike da tausayi da kauna alama ce ta tausayin
Allah

Allah ya nuna mana tausayinsa a cikin furanni
Kafa cikin kanka haikalin kyau da zaman lafiya inda za
ka iya samun Allah a cikin wurin tsarkakewar ranka
A cikin dukkan dangantakarmu mai jituwa, dole ne mu
tuna cewa kaunar Allah tana bayan kowace irin zuciya da ke
bugawa da kauna da jituwa
* **

Rayuwa tana kwance a cikin kasa mai wahala, tana
mafarkin kyau a cikin furanni, tana farkawa da karfi a cikin
dabbobi, kuma a cikin sanin ɗan adam yana fahimtar
.karfinsa mara iyaka

Babu shakka zai iya shiga cikin tunani game da
wanzuwar Allah da kusancinsa lokacin da mai neman ya ga
cewa dukkan duniya alama ce ta halittar Allah. Komai yana
fitowa daga gaibi, yana nan a wannan duniyar na ɗan lokaci,
sannan ya koma ga yanayin da ba a gani ba bayan karshen
.rayuwarta ta duniya
A cikin kowace kwayar zarra ta wannan duniya mai ban
mamaki, Allah yana kirƙirar abubuwan al'ajabi da mu'ujizai
koyaushe

Nasara za ta kasance ta gaskiya da nagarta a karshe,
.komai tsawon lokacin da za a ɗauka

Kada ka bari wahala da asara su raunana kudurinka su
kuma raunana ruhinka Wata rana za ka shiga duniyar ruhi
kuma ka fuskanci farin ciki fiye da yadda aka bayyana da
kuma duk wani tsammani Ta hanyar ciwo, dole ne mu koyi
tausayawa wasu, mu fahimci yadda suke ji, kuma mu yi iya
kofarinmu don taimaka musu
Komai a duniyar zahiri yana nuna motsi, canji, da rashin
kwanciyar hankali, amma yanayin Allah shine natsuwa,
kwanciyar hankali, da natsuwa
Gaskiya mai zurfi wata bukata ce da ake bukata a kan
tafarkin ruhaniya, domin a cikin tsarkin zuciya da kuma
.bayyananniyar niyya ana haihuwar alfijir na rai
A cikin lambunan rayuwa, ina tafiya cikin farin ciki daga
bishiya zuwa bishiya, kuma daga karshe zan sauka, Ya
Ubangiji, a kan hannunka mai mikawa wanda ke maraba da
ni

* **

:Ci gaban kai

Ya kamata mutum ya tsara rayuwarsa ya karanta mafi
kyawun littattafai da tunanin ɗan adam ya samar maimakon
bata lokacinsa akan karatu mara ma'ana, sannan ya nemi
aikin da ya dace da shi a rayuwa ya kuma yi kofarin yin
.aikinsa yadda ya kamata da kuma yadda ya kamata
Mutane da yawa suna yin kofari sosai a fannoni daban-
daban amma ba su da wani nasara. Waɗanda ke son ci gaba
ba za su iya fahimtar komai game da abubuwa da yawa ba,
amma za su iya sanin komai kaɗan, kuma su san komai
.game da abu ɗaya
Ilimi babban teku ne, kuma hikimar ruhaniya ba ta da
iyaka Duk da cewa Duniya karamar wuri ce a sararin
samaniya, tana da girma a idanunmu
Duk da haka, godiya ga ci gaban ɗan adam, duniyarmu
tana kara kankanta saboda hanyoyin sufuri na zamani da
[sadarwa], kuma nan ba da daɗewa ba za mu fara tunanin
!yin tafiya zuwa wasu duniyoyi

Dole ne mutum ya kula da daidaito Waɗanda suka yi
sakaci da rayuwar duniya ta hanyar mai da hankali kawai
kan ɓangaren ruhaniya ana hukunta su ta hanyar rasa
daidaiton tunaninsu

Ayyukan duniya suna da matuƙar muhimmanci kuma
suna da alaƙa da wajibai na zamantakewa, na ƙasa, da na
duniya. Ayyukan ilimi sun fi na duniya, kuma ya kamata a ba
da fifiko ga ayyukan ruhaniya da na ɗabi'a. Dole ne a 'yantar
da hankali daga ƙananan halaye waɗanda ke sa mutum ya
.damu da abubuwan duniya

Ka saki tushen baiwarka da ikon ɓoyewa, ka kuma yi
murmushin jin daɗin ciki wanda babu wanda zai iya kwace
maka

Wannan duniyar tana ƙarƙashin iko biyu: ƙarfin alheri da
ƙarfin mugunta Duk wanda ya ɗauki nagarta a matsayin
jagora da jagora zai sami kwanaki masu kyau da rayuwa mai
daɗi, kuma duk wanda ya bar mugunta ta shirya da shi ta
kuma sarrafa sha'awarsa, zai sami wahala da baƙin ciki a
.matsayin rabonsa

Kalmar da yawancin mutane ke amfani da ita ita ce "ni,"
amma mutanen da ke da ruhaniya suna tunanin wasu kamar
.yadda suke tunanin kansu

Waɗanda ke tunanin kansu kawai suna jawo wa kansu
kiyayya da kiyayya ta wasu, yayin da waɗanda ke tunanin
wasu kuma suke jin yadda suke ji suna ganin wasu ma suna
.tunanin su kuma suna tausaya musu

Cin zarafi ne ga kanka a haife ka, a rayu kuma a mutu
ba tare da sanin dalilin da ya sa aka kawo ka wannan
.duniyar a matsayin ɗan adam ba tun farko

Manta da Mahaliccin mutum yana nufin rashin fahimtar
manufar wanzuwa, yayin da tunani game da Shi da kuma
son jin kasancewarsa da gaske yana kawo fa'idodi da
.albarka masu yawa na ruhaniya akan lokaci

Samun dukiya da dukiya ba garanti bane daga baƙin ciki
da baƙin ciki. Rana za ta zo lokacin da mutum yake jin rashin

taimako da rashin karfi, abin wasa ne a hannun kaddara;
sannan za su fahimci cewa Allah kadai ne goyon bayansu,
.kariyarsu, da mafakarsu

Duk lokacin da ka ji mamakin wani abin mamaki ko wani
abin halitta mai ban mamaki, ka rufe idanunka, ka juya ciki,
.ka yi tunani a kan tushensa na allahntaka

Mutum yana ganin kayayyaki masu yawa ne kawai ke
fitowa daga masana'antar allahntaka da ke boye a bayan
halitta, kuma idan zai iya shiga masana'antar da kanta, zai
ga ta yadda komai a wannan duniyar yake rayuwa cikin ban
.mamaki

* **

Na nemi taimakon ku
Kowace safiya ina ba da jikina, hankalina, da kowace
baiwa da nake da ita a gare ka, Mahalicci Mara iyaka, don
amfani da ita ta kowace hanya da ka zaɓa, domin ka
bayyana kanka ta hanyara
Wakokin da nake yi na sha'awarka za su yi waka ga
sautin bugun zuciyata
Na fahimci cewa duk aiki aikinka ne kuma babu wani
aiki da ke da wahala ko kasa matuƙar an ba ka shi da hidima
mai kyau da abokantaka
A cikin ruhaniya, ina rokon a san kasancewarka Kai ne
asalin dukkan halittu Bari in gan ka a cikin kowace kwayar
halitta ta kuma in ji ka a cikin kowace tunani da na yi
Ya Ubangiji, ka shiryar da kogunan farin cikinmu domin
kada su rasa kansu a cikin yashi na jin dadin ɗan gajeren
lokaci
Kada kananan kogunan tausayinmu su bushe a cikin
hamadar son kai da ke cikin hamadar
Bari hanyoyin motsin zuciyarmu masu kafaici da
kebewa su haɗu da tafkin kaunarka mara iyaka

Allah Ya faɗaɗa kananan kogunan rayuwarmu ta hanyar
ruwan sama mai yawa na albarkarKa, domin su ratsa
faffadan filayen tawali'u, sadaukar da kai, da kuma la'akari
da yadda wasu ke ji, domin su shiga cikin tsarkin babban
.teku naka

Sanin Allah, tare da jin daɗinsa na sama, shine sihirin
sihiri wanda ke canza jagorancin rayuwa mara daɗi ta
duniya nan take zuwa zinare mai haske na farin ciki mai
.sabuntawa koyaushe
Lokacin da laka ta tunani mai wahala ta fara kwanciya,
ikon Allah zai fara bayyana a cikin ruwa mai tsabta na sani
.mai tsabta, mai tsabta

* **

Muryar dawwama ta yi mini magana cikin taushi da
:kasa, tana cewa
Na yi wa kunnenka rada duk tsawon lokacin da kake"
barci: 'Ka farka!' Kuma yanzu ka bar barcinka; ina gaya
maka: Ka farkar da 'yan'uwanka, ka yi aiki tare da ni, domin
".kowa ya ji maganata
:Sai na yi alkawari, ina cewa

Zan yi iya koƙarina don yaɗa kiranka da kuma yaɗa"
saƙonka, kuma lokacin da na bar siffar duniyata, zan aro
:muryarka ta yanzu don in yi wa zukata masu jituwa rada
Ku saurari waƙoƙinsa na ta'aziyya ta ruhaniya, domin
yana kiranku koyaushe

Zan jira dukkan 'yan'uwana maza da mata marasa
adadi; yayin da suke tafiya a hankali cikin doguwar tafiya
zuwa ga burin mai albarka na sanin kai, kuma ta hanyar
:(Spires from Eternity) zan yi musu rada
Ku farka, 'yan'uwana, mu bi muryarsa wadda take kira"
gare mu ba tare da tsayawa ba, mu kuma koma tare zuwa
".gidan sama

Dole ne mu yi rada sunan Allah a cikin zukanmu a kan
addu'ar bege da ƙaunar Allah, kuma wannan ita ce bauta ta
.gaskiya da ke taɓa zuciya Allah

Ambaci sunan Allah da zuciya mai sanyi da kuma tunani
mai yawo, sabo ne da rashin girmamawa. Idan mutum ya yi
addu'a, zuciyarsa da tunaninsa ya kamata su cika da kaunar
.Allah

* **

Juya baya daga sha'awar duniya da kuma watsi da
sha'awar duniya ba yanayi ne mara kyau ba, amma yanayi
ne mai kyau. Ba komai bane illa barin rashin jin daɗi, kuma
.ba komai bane illa mika wuya ga wahala

Bai kamata a ɗauki son zuciya a matsayin hanyar
sadaukarwa ba. Akasin haka, jari ne mai albarka, ta yadda
karamin kuɗin da muke kashewa kan horar da kai zai samar
da miliyoyin daloli na ruhaniya. Shin ba hikima ba ne mu
kashe tsabar kuɗin zinariya na kwanakinmu masu wucewa
?don siyan mulkin jin daɗi na har abada

Dole ne mu nutsar da kanmu cikin wannan tsantsar jin
daɗi da ke motsa mu da kuma motsawa a cikinmu lokacin da
muka kalli abubuwan al'ajabi na halittar Allah. Wannan ita ce
.hanyar sanin Allah ta hanyar kyan gani

Wanda ya aikata kyawawan ayyuka, ko da kuwa ta
hanyar kwaikwayonsu ne kawai, yana da damar shaƙar
kamshi mai daɗi da ban sha'awa na alheri, wanda ke motsa
shi ya yi kari. Amma wanda ya aikata munanan ayyuka da
gangan don kwaikwayon wasu, ba makawa za a haɗa shi da
.kamshin mugunta mara daɗi da ban kyama

* **

Babu wanda yake da irin halinka. Babu wanda yake da
irin fuskarka. Babu wanda yake da irin ruhinka. Allah ya
.halicce ka musamman, kuma babu wanda yake kama da kai
Ya kamata mutum ya cire ainihin abin da ke cikin abin
da yake karantawa ya kuma sami fa'ida ta amfani da
wannan abin

Ana iya kera samfurin Peace a masana'antun kwarewa
.na rayuwa don amfani a rayuwar yau da kullun

Zaman lafiya ita ce maganin dukkan cututtukan tunani.

Wadanda ke da kamun kai, ko a cin abinci, ko a dabi'a, ko a dangantaka ta aure, kuma wadanda suke da gaskiya, amintacce, kuma masu tattali, su ne wadanda ke jin dadin .zaman lafiya ta gaskiya

Ana iya samun zaman lafiya cikin jituwa da dokokin

Allah da dokokin duniya. Wadanda suke kaunar Allah, suna jin dadin natsuwa, suna farin ciki da yin nagarta, kuma suna tunani da yin bimbini a kansa su ne wadanda ke samun .kwanciyar hankali

Uwa cike da tausayin mata alama ce ta rahamar Allah

Bunkasar salama ta Allah da nasarorin ruhaniya na ciki

'ya'yan itace ne na dabi'a na tunani na yau da kullun kuma farin ciki ne mai zurfi da zurfi fiye da taskokin duniya da dukiyarta

Babu abin da ya fi dadi ko dadi fiye da kasancewar Allah

Lokacin da ka fahimci wannan gaskiyar, za ka fi kowa farin ciki da farin ciki kuma mafi wadata daga cikin masu arziki.

Ana iya amfani da dukiyar duniya kawai a nan duniya; ba za a iya amfani da ita a duniya mai zuwa ba. Amma zinar ni'imar Allah, wadda aka samo daga ma'adanai na tunani, karfe ne mai albarka kuma mai sabuntawa koyaushe, mai .amfani a duniyoyi biyu kuma ba ya lalacewa har abada

* **

A lokacin farkawar rai, launuka suna kara haske, sauti

yana da dadi, jin dadi yana kara laushi, rai yana jin faɗinsa a sararin samaniya, hankali yana fahimtar rawar jiki da ke .fitowa daga wasu, kuma ikon jin dadin rayuwa yana karuwa

* **

Mutane suna korafi game da ra'ayin barin wasu

abubuwa a rayuwa, amma a zahiri, suna barin abubuwa

masu daraja da yawa, wadanda ba karamin abin da ke

cikinsu ba ne kwanciyar hankali. Wani lokaci ma suna

sadaukar da kansu don kuɗi, wanda ba shi da daɗewa kuma yana lalacewa. Ana iya kwace dukiya daga mutum, ko kuma

a kwace ta, lokacin da suka bar wannan duniyar kuma ba za
su iya daukar ta tare da su ba. Gaskiyar darajar kuɗi tana
cikin kashe ta a kan ayyukan da za su amfani da kuma kawo
farin ciki ga kai da wasu ta hanyar da za ta faranta wa Allah
.da lamirinsa rai

Duniya tana cike da guguwar halitta da ta ɗan adam,
kuma Allah shine garkuwa mai karfi da mafaka daga
.guguwa, guguwa, da muguntar wannan duniyar
Duk inda Allah yake, babu tsoro ko baƙin ciki Mumini na
gaskiya yana tsaye da karfi da alfahari a yaƙin rayuwa da
gwagwarmayar abubuwan da suka faru, yana da tabbacin
cewa Allah yana tare da shi, yana kare shi daga cutarwa
kuma ba ya barinsa ko da na ɗan lokaci. Don haka, tsoro
yana faɗewa daga zuciyarsa kuma tabbas yana kamawa,
.kariya ce da ba za a iya sanya ta ba

* **

:Idan kana son amsarsa
Ko ya mayar da martani ko a'a
Ci gaba da kiransa
Ci gaba da addu'o'inku a cikin mafakar addu'o'i masu ci
gaba
,Ko ya zo ko bai zo ba
Ka yarda cewa yana kara kusantarka da kuma
kusantarka

Da kowace sha'awar zuciyarka
,Ko ya cika buƙatarki ko a'a
Ci gaba da nuna masa kauna
Ko da bai amsa ba
,Kamar yadda kuke tsammani
Ka yi imani da cewa zai mayar da martani cikin dabara
Kuma a cikin duhu mafi zurfi, addu'o'inku
A tsakiyar rawar rayuwa, mutuwa, da zafi
Idan ka ci gaba da kiransa
Ba tare da shirunsa ya bata maka rai ba
Za ku sami amsarsa

Bari mu yi aiki don gina duniya mai haɗin kai, wadda
kowace al'umma memba ce mai amfani, wadda Allah ke
jagoranta ta hanyar lamiri na ɗan adam mai natsuwa
A cikin zukatanmu, dukkanmu za mu iya yin aiki don
'yantar da kanmu daga son kai da kiyayya
Bari mu yi addu'ar samun jituwa tsakanin dukkan
al'ummai, domin su yi tafiya hannu da hannu ta cikin kofofin
.sabuwar wayewa mai ɗaukaka
Kalmomi na gaskiya, masu zuciya, da kuma masu daɗi
kamar ruwan tsami ne mai wartsakewa ga rayukan da ke jin
kishirwa. Ana buƙatar irin waɗannan kalmomi kuma ana son
.su a ko'ina da kuma a kowane lokaci
Amma game da maganganu masu zafi, masu bata rai,
da kuma masu cutarwa, suna da illa ga rayukan wasu kuma
suna lalata kwanciyar hankalinsu na ciki. Kwallo ce mai
lalatawa a gina abota da kuma wuta da ke kone gidaje masu
.aminci da aminci
Ya kamata mutum ya nisantar da kalaman batanci daga
bakinsa har abada, ya kuma sanya rayuwarsa ta zama lafiya
.daga matsala da rabuwar kai tsaye
Kalmomi masu daɗi suna haifar da farin ciki a zukatan
abokai da makiya, a cikin al'ummomi, wuraren ibada,
ofisoshi, wuraren aiki, da ko'ina Mutane suna jin farin ciki na
ciki lokacin da mutum mai wahala da baƙin ciki ya bar su
kuma suna farin cikin ganin aboki mai gaskiya, mai iya
.magana, mai kirki, kuma mai tawali'u
Idan ka yi ƙoƙari don samun abin da kake buƙata kuma
ka gamsu da abin da Allah ya saukaƙa maka, za ka fi wadata
a cikin ruhi da gamsuwa fiye da waɗanda ke cikin
.matsananciyar buƙatar duniya da kuma kwaɗayin ganima
Allah yana aiki don haɓaka fasahar rayuwa daidai ta
hanyar bayyana gaskiyarsa ta hanyar haɗakar wayewa,
tunani, da kasashe daban-daban

Babu wata kasa da take da cikakkiyar kamala a kanta,
kuma haɗakar mafi kyawun halaye na dukkan kasashe zai
samar mana da mafi kyawun fahimta game da fasahar
rayuwa mai daidaito da rayuwa mai nasara. Ya kamata a
lura cewa duk manyan mutane sun kai kololuwar nasarar
wayewa kuma sun haɗa da manyan manufofi da ka'idodi na
.ɗan adam a rayuwarsu

Haikalin Allah yana cikin rai. Shiga cikin natsuwar
wannan haikalin ka zauna cikin tunani inda hasken fahimta
ke haskakawa a kan bagadin ruhu. Shiga wannan haikalin da
hannun ɗan adam bai taɓa taɓawa ba, inda babu damuwa
.ko tsoro

Ku zo ga zaman lafiya na kaɗaici na ruhaniya kuma za
ku ji muryar Allah tana magana da ku da harshen shiru,
kuma za ku fahimci cewa ganuwa ta bayyana kuma abin da
ya zama kamar ba gaskiya ba ya zama gaskiya
Daidaito abu ne mai kyau kuma ya kamata ya zama
tushen yadda muke ji, tunani, da ayyukanmu, da kuma
.yanayin da rayuwarmu ke juyawa a kai

Manyan rayuka suna kiyaye natsuwarsu da kwanciyar
hankali, wanda ke taimaka musu su shawo kan jarabawa da
wahalhalun rayuwa ba tare da rasa hankali ko daidaito ba
Allah yana nan a ko'ina, yana sarrafa duniyoyi kuma
yana jagorantar taurari a cikin sararin samaniya marasa
iyaka. Kuma ɗan adam, wanda aka halitta cikin siffarsa, shi
ma yana da ikon gudanar da rayuwarsa da daidaita
.ayyukansa ba tare da damuwa ko damuwa ba

Ya kamata mu riƙa aika wa wasu ra'ayoyin soyayya,
alheri, da zaman lafiya koyausha

A cikin tsarin tunani, inda hasken fahimta ke haskakawa
a kan bagadin rai koyausha, babu damuwa, babu tashin
hankali, babu tsoro, sai dai natsuwa, kwanciyar hankali,
.amincewa da kai, da farin ciki na gaske

Ya Ubangiji, ka taimake mu mu shawo kan aljanun son
kai da ke haifar da rarrabuwa da rashin jituwa tsakanin

mutane kuma suna hana rayuka haɗuwa cikin kaunar alheri
da jituwa

Duk ayyukan alheri abin karɓa ne ga Allah matuƙar an yi
su da sanin ruhi Ayyukan abin duniya su ne waɗanda ke
motsawa daga la'akari da son kai kawai. Dole ne a wargaza
shingen da ke tsakanin aikin abu da na ruhaniya. Duk
ayyukan da aka yi da kyawawan manufofi tsarkakakku ne
kuma suna taimakawa wajen tsarkake rai daga ƙazanta da
.ƙazanta

Zabi abokanka a hankali da tunani Ka zama abokin
gaskiya a gare su, amma a koyaushe ka kiyaye ɗan nesa,
kuma ka bar girmama juna ya zama alaƙa tsakaninka da su.
.Kada ka wuce gona da iri da su

Yana da sauki a yi zaman lafiya da wasu, amma idan
kana son ci gaba da ƙaunarsu da girmama ka, ya kamata ka
yi aiki da wannan shawarar

* **

Ta hanyar addu'a, bimbini, da imani, mutum yana
samun jagora na ruhaniya, kuma babu wanda zai iya rayuwa
cikin kwanciyar hankali da kwanciyar hankali ba tare da
wannan jituwa ta ciki ba. Duk da haka, don samun jagora kai
tsaye daga Allah, maimakon dogara ga hujjojin da suka
samo asali daga sha'awa, sha'awa, ko halaye, yana buƙatar
.ilimi mai zurfi da fahimta mai zurfi

Ka sani cewa duk abin da kake nema don samu, da
kuma fiye da haka, yana jiranka a wurin Allah
Wata rana da yamma, malamin Paramahansa ya ce wa
:ɗaliban

Mallaka ba ta da wani amfani a gare ni, amma abota"
tana da matuƙar daraja A cikin 'yan'uwantaka ta gaskiya,
"mutum yana ganin haske na gaske na abokin abokai: Allah
Sannan ya ƙara da cewa: "Ka yi hattara da yaudarar
aboki ko cin amanar ɗan adam, domin hakan yana ɗaya
"daga cikin manyan zunubai bisa ga dokar adalci ta Allah

* **

Gina karfin tunani mai girma Gina wannan karfin ta
yadda, komai ya faru, za ku iya tsayawa tsayin daka kamar
jarumi a yakin rayuwa kuma ku fuskanci duk kalubale
Idan kana kaunar Allah, dole ne ka kasance da imani
kuma ka shirya don jurewa da juriya lokacin da bala'o'i,
masifu, da jarabawa suka zo
Kada ka yanke kauna ko jin tsoron azaba, amma ka yi
aiki don kiyaye tunaninka mai kyau da karfi
Idan ka dandana ainihin farin cikin ruhaniya, za ka ga
.cewa babu wata gogewa da za ta iya kwatantawa da ita
Ya kamata iyaye su yi kokari koyaushe su cusa wa
'ya'yansu wayewar kai ta ruhaniya ta hanyar koya musu
bimbini da fahimta ta hankali don kada su fada cikin
.jarabawar yin wasa da wutar jin dadin yaudara da karya
Lokacin da farin ciki na Allah ya sauko, numfashina ya yi
sanyi, kuma ruhuna ya tashi, yana jin dadin yin barci dubu a
lokaci guda, duk da haka ban rasa hankalina na yau da
kullun ba. Wannan kwarewar sararin samaniya an tanada ta
ne ga wadanda suka zurfafa cikin zurfin samun mafi girman
.yanayin sani

* **

:Idon zuciya

Kowane mutum yana nuna, zuwa matakai daban-daban,
ikon ido na ciki ko fahimta. Yana fitowa daga sararin natsuwa
da kwanciyar hankali, yana ba da ingantaccen ilimi game da
abubuwa da mutane ba tare da buƙatar shaidar fahimta ko
hujjojin ji ba; wannan mun sani daga abubuwan da muka
.fuskanta

Gaskiyar fahimta tana zuwa ne a matsayin natsuwa da
gaskiya, wanda ya bambanta da damuwa ta motsin rai da
zato mai ban tsoro. Wannan fahimta tana bayyana a
matsayin murya ta ciki ko kuma radawar zuciya, kuma yana
da mahimmanci a bambance tsakanin jagorar ciki ta gaske
.da muryoyin batarwa na tunanin mutum

Gaskiyar fahimta (fahimta) ba imani ne mai tsauri ba,
amma fahimtar gaskiya kai tsaye da tunani mai kirkire-
.kirkire shine mafi kyawun maganin rashin dabi'a
Halin yanayi yana kama da sani lokacin da mutum yake
cikin yanayi mara kyau ko tashin hankali. Idan hankali ba shi
da tunani mai kyau, mai shi zai shiga cikin damuwa da
damuwa. Kuma da bakin ciki da damuwa, shaidan zai zama
bako a cikin tunanin mutumin, yana da cikakken iko akan
!mai masaukin

Saboda haka, abokina, yi aiki kan kirkirar ra'ayoyin
kirkire-kirkire Idan ba ka shiga aikin hannu ba, yi wani abu
mai kirkira a zuciyarka Ka riƙe shi don kada ya rage lokacin
.da za a yi barci cikin damuwa da damuwa
Abota ba ta gamsar da rayukanmu sai dai idan ta samo
asali ne daga kaunar da aka raba wa Allah. Burinmu na
fahimta da abota daga wasu, a gaskiya, shine sha'awar rai
don haɗuwa da tushenta: Allah
Da zarar mun yi ƙoƙarin gamsar da wannan sha'awar ta
hanyar abubuwan waje, to da wuya mu sami abokin tarayya
.mafi girma

Idan kana da ƙarfin tunani kuma kana da ƙarfin hali, za
ka iya sarrafa ƙaddararka. Gwada gwada ƙarfin tunaninka a
ƙananan al'amura da farko, kuma ka yi aiki don ƙarfafa shi
don cimma manyan abubuwa da yawa da na taɓa fuskanta a
.rayuwata, kuma ina magana da tabbaci

Hanya ɗaya tilo da za a guji aikata laifi ita ce a samar da
kyakkyawan tunani don gane laifin da kuma ƙudurin kin yin
.sa

Faɗa da wani ba daidai ba ba ya haifar da wani abu mai
kyau. Jahilci shine babban abokin gaba na bil'adama kuma
.dole ne a kore shi daga wannan duniyar

Muna da duk abin da muke buƙata a wannan duniyar
don kawo zamanin wadata, farin ciki, da adalci cikakke. Abin
da ke kawo cikas shi ne son kai na ɗan adam, wanda ke sa

wannan ba zai yiwu ba. Mummunan wahala da rashin dalili
yana faruwa ne ta hanyar son kai na ɗan adam da kuma
neman abin da zai amfane shi ba tare da la'akari da wasu
.ba

* **

Daga taskar tarihi: Girbin kiyayya
Nasi da Zakir sun tsani junansu. Fadan da ke tsakaninsu
ya fara ne tun suna kanana a makaranta, kuma lokacin da
suka girma, kiyayya ta karu a tsakaninsu har suka zama
.abokan hamayya a harkar sayar da takalma
A wani lokaci, sun yi fafatawa don neman auren wata
yarinya, kuma tunda Nasi ya ɗan fi Zakir karfi, ya yi masa
duka mai tsanani ya bar shi a suma. Lokacin da Zakir ya
farfado, kunya, da nadama suka mamaye shi da abin da ya
.same shi

Shekaru bayan haka, Zakir ya yanke shawarar kaura
zuwa wani birni don yin aiki da zama
Nasi ya manta da abin da ya faru, amma Zakir bai iya
goge wulakanci da kunyar da Nasi ya jawo masa daga cikin
tunaninsa ba. Duk da haka, ya ci gaba da maimaitawa yana
tabbatar wa kansa, "Zan yafe wa Nasi kuma ba zan tuna
".laifin da ya yi min ba
Amma bayan watanni da dama, Zakir ya fahimci cewa a
lokacin da yake tabbatar da afuwa a kullum, a cikin
zuciyarsa yana son ɗaukar fansa, kuma yana jiran damar da
zai yi masa irin wannan duka don ya biya masa bukatar
.ɗaukar fansa

Bayan wani lokaci, Nasi ya ji wani abin mamaki da ya
jawo shi zuwa birnin da tsohon abokin hamayyarsa, Zakir, ya
kaura. Babu shakka cewa wani abu zai faru, duk da haka,
Zakir ya san kasancewar Nasi a birnin kuma ya fara sa ido
.sosai kan motsinsa

Wata rana da yamma, Nasi ta tafi yawo ta kuma "sha
kamshin iska mai dafi," duk da cewa yanayin yana da duhu
.da ruwan sama

Yayin da yake tafiya shi kadai a kan wata hanya mai
zaman kanta, sai ya wuce a gaban wani rumbun ajiya na
waje, yayin da Zakir ya bi shi a boye da taka tsantsan, kuma
lokacin da damar ta taso, sai ya yanke shawarar biyan kuɗin
.da aka tara da riba mai yawa

Cikin farin ciki, ya ga wani tayal mai karfi ya faɗo daga
ɗaya daga cikin bangon rumbun ajiya, don haka ya kama shi
ya bugi kan tsohon abokin hamayyarsa da karfi, ya jefar da
shi kasa, sannan ya yi sauri ya koma kan hanyar da ya zo ba
.tare da Nasi ya san yana nan ba

Bayan sa'o'i kaɗan, ruwan sama ya tsaya, gajimare sun
share, sai hasken wata ya bayyana ta cikin wani rami a
saman bango Nasi ya farka ya ga kansa kwance a kasa, yana
.jin rauni sosai

Ya yi koƙarin gano abin da ya faru, kuma lokacin da ya
ga tayal kusa da shi da kuma rami a bango a sama, sai ya
kammala da cewa yayin da yake tafiya kusa da rumbun
ajiyar kaya, rashin sa'arsa ta sa tayal ɗin ya faɗo daga
.saman bango ya faɗi a kansa

Darasin wannan labarin shi ne cewa mutane suna
mantawa da cutar da suka yi wa wasu, duk da cewa
sakamakon ayyukansu ba za a manta da su ba, kuma
sakamakon waɗannan ayyukan a hankali suna bin su a cikin
duhun jahilci Kamar yadda saniya za ta iya samun ɗanta a
tsakanin dubban wasu, haka nan sakamakon ayyukanmu
yana da ikon ci gaba da bin diddiginmu da kuma gano inda
.muke, ko da bayan dogon lokaci

Da Nasi ya mallaki hikima ya yi koƙarin sasanta
takaddamar da ke tsakaninsa da abokin hamayyarsa Zakir
ya kuma nemi afuwa bayan wannan lamari, wataƙila da ya
rage fushin abokin hamayyarsa kuma abubuwa ba za su
.wuce haka ba

Amma abubuwa sun kasance ba su canza ba, kuma irin
mummunan sakamako ya girma ya bunkasa a cikin mahaifar
makoma mai duhu, wanda ya kare a cikin mummunan

haihuwa. Don guje wa abubuwan mamaki marasa dadi, dole ne a kone tsaban mugunta da ke boye a cikin kasan tunani, kuma hangen nesa dole ne ya riga ya faru, domin dokar duniya ta umarta cewa mutum ya girbe 'ya'yan ayyukansa, .ko nagari ne ko na mugunta, mai dadi ko daci Bari mu tuna cewa kowane aiki yana barin alamun da aka adana a matsayin halaye da sha'awa a cikin tunani Sai dai idan an yi maganin wadannan da hikima da hankali, za su haifar da sakamako mai haɗari. Duk da haka, idan aka kone tsaba na munanan ayyuka da wutar hikima, ba za su .iya sake girma ba

Taswirar gobe, ko kuma: Bukata dāya da ta cancanci
kokari

Daga koyarwar malamin

Paramhansa Yogananda

Idan ka yi yawo a rayuwa ba tare da manufa ba kana jiran damar yin nasara, wadannan damar ba za su zo maka ba, kuma ba za ka sami nasara ba. Amma idan kai ne wanda ke tsara makomarka kuma ya zana taswirar makomarka da hannunka, to ka yi farin ciki da cimma burinka, domin kana kusa da cimma burinka da kake so.

Domin tsara taswira mai nasara, dole ne da farko ka fayyace burinka. Menene ma'anar nasara a gare ka? Me kake so daga nasara? Idan amsarka ita ce shahara, wadata, ko cikas sha'awar abin duniya ta son kai, to kana kan hanyarka ta zuwa ga mummunan takaici da kuma gazawa gaba dāya.

Mutane mafi rashin nasara su ne wadanda sunayensu ke kan bakin kowa wadanda ke da ikon siyan duk abin da suke so da mallaka - bisa ga

ka'idodin kayan duniya - duk abin da rayukansu ke so, amma duk da haka ba su da farin ciki! To me yasa za a ci gaba da bin wannan hanya mara kyau?

Shaha da sa'a na iya zama 'ya'yan nasara ta gaske, amma ba su ne ainihin nasara ba, kuma ba su ne mafi mahimmancin halaye ba. A gaskiya ma, ba lallai ba ne su don cimma nasara kwata-kwata.

To mene ne manufar? Me ya kamata mutum ya nema daga rayuwa? Akwai manufa daya da ta cancanci a bi ta a kuma yi kokari a kanta: farin ciki Wannan yana buƙatar a cire boyayyun taskokin rayuwa daga kowane lokaci, ga waɗanda suka kware a bincike kuma suka san inda waɗannan taskokin suke.

Kuma ka sani, ya mai neman farin ciki, idan ka takaita hankalinka ga ranarka

Kuma idan ka wadatar da ranarka da kyawawan kalmomi, ayyukanka masu amfani, da kyawawan tunani

Ranarka za ta zama abokinka mai aminci kuma damarka ta zinariya

Fasfo da bazar ku za su zama shigar ku cikin kyakkyawar makoma mai cike da nasara da albarka.

Saboda haka, mataki na gaba wajen tsara makomarku shine ku lura da abubuwan da ke cikin kowace rana ta rayuwarku da kyau kuma ku riƙe abin da ke da amfani da kyau. Idan kun gaza yin haka, to dole ne ku dakata ku yi nazari.

Domin cimma nasara, dole ne a yi la'akari da wadannan muhimman abubuwa, wadanda ba tare da su ba za a iya cimma nasara ba:

Idan ka tashi da safe, kada ka yi tsalle daga kan gado nan take ka fara ayyukan ranar.

Ka kwantar da hankalinka ka kuma kwantar da hankalinka sau da yawa don ka dawo da kuzarinka a hankali Kafin ka fara ayyukanka na yau da kullun, ka dauki dan lokaci ka tabbatar wa kanka cewa wannan zai zama mafi kyawun rana a rayuwarka. Ka tabbatar wa kanka cewa komai ya faru, ranarka za ta kasance haka. Farawa da addu'a da bimbini zai karfafa imaninka kuma ya ba ka karfin da kake bukata.

Saukaka rayuwarka

Kada ka dogara ga kirkirar dan adam don jin dadin rayuwa Idan ka iyakance kanka ga jin dadi na dan lokaci, za ka zama mai fushi, rudani, da kuma rashin jin dadi Babu bukarar ci gaba da kasancewa tare da talabijin, tarurruka na dare, da liyafa - wadannan sun zama al'adun zamantakewa kamar yadda wani ya taɓa faɗa - da kuma yadda kalmominsa suke gaskiya - ba aikinmu ne ke kashe mu ba, amma yadda muke batar da lokacin hutunmu! Za ka rayu tsawon rai kuma ka ji dadin rayuwa sosai idan ka saukaka shi kuma ba ka daure kanka da al'umma ba Nemi farin cikin da ke cikin kananan abubuwa

Yi iya kokarinka don kammala aikin da ke hannunka gwargwadon iyawarka

Idan ba ka gamsu da aikin da kake yi a yanzu ba, damuwa da kuma aikin da ba a yi shi da kyau ba za su canza komai ba. Ka yi kokarin kusantar lamarin da

**kyakkyawan hali, komai yadda zai kasance, kuma
ɗaya daga cikin abubuwa biyu zai faru: ko dai za ka
gano cewa ka rasa wata dama mai mahimmanci, ko
kuma sabuwar kofa za ta buɗe ba zato ba tsammani,
tana ba ka damar shiga ka sami aikin da ya fi dacewa
da buƙatunka kuma ya cika burinka.**

Rayuwa tsari ne mai ci gaba na bayarwa da karɓa

**Ka daidaita kanka don kada ka ɗauki fiye da abin
da ka bayar, kuma kada ka takura kanka ga bayarwa
ba tare da ka karɓa ba**

Faɗaɗa hangen nesanka

**Nuna sha'awar rayuwa da ayyukan wasu Ka yi
la'akari da kanka fiye da kanka—ga iyalinka, da kuma
fiye da iyalinka zuwa ga abokanka, kuma fiye da
abokanka zuwa ga dukkan mutane Kimiyya ta
tabbatar da cewa kai ɓangare ne na kowa, don haka
kada ka manta da babban kanka**

Daidaita rayuwarka

**Kowace rana ya kamata ta haɗa da aiki, hutawa,
hutu, karatu, da tunani. Kai halitta ce mai jiki,
hankali, da ruhi. Kiyaye waɗannan muhimman
abubuwa ta hanyar da ta dace da jituwa don cimma
lafiya, kuzari, da ilimi.**

**Ka yi saurin murmushi, ka yi jinkirin fushi, ka yi
sha'awar taimakawa, ka kasance mai son jira da canji,
sannan ka kasance mai lura da damammaki**

Duba asusun a karshen rana

**Ka taya kanka murna kan ci gaban da ka samu
Abubuwa ba za su canza cikin dare ɗaya ba, don haka
kada ka ji tsoron fuskantar kurakurai da kudurin yin**

abin da ya fi kyau gobe. Kafin ka yi barci, ka dogara ga Allah, ka san cewa ba zai bar ka kai kadai ba, amma zai samar maka da damammaki da kofofi matukar ka yi kokari ka nemi taimakonsa da shiriyarsa.

Idan barci ya rinjaye ka kafin ka yi barci, ka tabbatar wa kanka cewa gobe za ta fi yau kyau, da taimakon Allah.

Idan kai mai tsara shiri ne mai kyau kuma kwararren mai gini ne

Idan ka bi bayanan taswirarka

Ba zai yiwu a gaza ba!

Ci gaba da zaman lafiya a gare ku!

Tushe: Mujallar Ilimin Kai

Girgizar kasa mai zurfi

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

Ya Ubangiji, Kai ne wutar lantarki ta sama mai ban mamaki da ke gudana a cikin jijiyyoyinmu kuma tana iko da hanyoyin da suka shafi tsarin jikinmu masu rikitarwa, tare da dukkan nama, kashi, jijiyyoyi, da tsokoki.

Karfinka mai rai yana nan a cikinmu, a cikin kowace numfashi da muke sha da kowace bugun zuciyarmu. Bari mu gane cewa dukkan iko, alheri, da albarka suna gudana daga gare Ka, Ya Tushen Karimci da kuma asalin dukkan alheri, karfi, da albarka da ke wanzuwa.

**** ***

*** Daga lambun alfijir, na tsince muku furanni
masu haske don in ajiye su a matsayin sadaka mai
tawali'u a kafafunku**

**Bari tauraro mai hura zuciya na kaunarka ya ratsa
cikin yanayin raina, yana kawar da hazo na rashin
kulawa da duhun rashin kulawa. Kada ka manta da ni,
ya Ubangiji, ko da na manta da kai.**

Ka tuna da ni ko da ban tuna da kai ba

**** ***

**Ya Ubangiji, ka albarkace mu domin mu rayu cikin
farin ciki da kyakkyawan fata**

**Bari mu ji dadin ayyukanmu na duniya da
kyawawan halittu marasa iyaka marasa iyaka**

**Taimaka mana mu gyara hankalinmu domin mu
dandana kuma mu ji dadin yanayi mai ban mamaki**

**Kuma bari mu yi amfani da dandanon ku mai
albarka duk wani jin dadin rayuwa mara laifi**

**Mun kawar da mummunan ra'ayi da rashin bege
wanda ke kashe jin dadin rayuwa da jin dadin rayuwa
ba tare da wani dalili ba**

**** ***

**Na dade ina fama da wahalolin abubuwan duniya
marasa dadi. Maimakon ganinka, ya ruhi na duniya,
idanuna suna ganin gawar abu mai haske, marar rai.**

**Albarkace ni domin da fahimtar hikima zan iya
ganin kasancewarka mai albarka a cikin dukkan
abubuwa**

**** ***

**Ka gyara karfenmu, Ya Masanin Kimiyyar Halitta!
Ka canza rauninmu zuwa karfi, tunaninmu kuma da ba
daidai ba zuwa fahimtar gaskiya ta gaskiya, Ka mayar
da aljanu masu ban tsoro na burinmu na son kai zuwa
manyar buri masu fuka-fuki, jahilcinmu mai radadi
zuwa hikima mai tsarki, da kuma kayan aikin rashin**

aikinmu na asali zuwa zinariya mai tsabta na nasarorin ruhaniya masu faukaka.

**** ***

Ya Ubangiji, da hannaye masu tawali'u na kusance ka don in mika maka dukkan raina, ina cika addu'ata da kamshin kaunar Allah!

Ka ba ni amanar yara marasa laifi a cikinka da kuma cikakken biyayya a gare ka

Allah ya albarkace ni domin in ji kasancewarka a bayan kalmomin addu'ata

Ka zaburar da ni don jin kasancewarka a cikin dukkan motsin zuciyarka

Kuma domin in fahimci cewa hikimarka mai haske tana kara fahimtata kuma tana tsarkake ilimina

Kuma ka sani tabbas cewa rayuwata alama ce ta musamman ta rayuwarka ta musamman.

**** ***

Ya Ubangiji, kaunar da nake yi maka ba za ta boye ta hanyar kalmomi ko sirrin da aka fada a rada ba, Domin a cikin harshe mai tsarki, wanda ba a fada ba, zan bayyana maka kaunata mai yawa da kuma babban sha'awar da nake da ita na saduwa da kai.

Muryarki shiru ne, kuma cikin nutsuwar raina zan ji muryarki mai taushi

Bari in ji cewa koyaushe kana kaunata, duk da cewa ban taɓa sanin hakan ba a da

**** ***

Ya Ubangiji, ka koya mana mu kaunaci tsuntsaye, dabbobi, furanni masu siriri, da kuma ciyawa marasa magana waɗanda galibi ake tattake su a karkashin kafafunmu marasa kulawa

Iri-iri marasa adadi na yanayi sune bayyanar baiwar ku mai fuskoki da yawa: ingantattun ayyukan fasaha daga hannun ku, wanda ke ci gaba da motsi da rawar jiki

Bari mu ga a cikin dukkan halittu aikinka na musamman wanda ke kin kwaikwayon!

**** ***

Ya Ubangiji, ka albarkace ni domin kada in ga komai sai alheri da tsarki

Domin in ji komai sai kalmomi masu karfafa gwiwa da wakokin kaunar Allah

Ka ba ni alherinka, Ya Ruhu mai kamshi mai kanshi na sama, domin in shaka turare masu dadi wadanda ke tunatar da ni game da kai kawai

Bari in dandana abinci mai sauki da gina jiki kawai

Kuma duk abin da na taba zai tunatar da ni tsarkin tabawarka mai albarka

**** ***

Ayarin addu'ata yana tafe zuwa gare ku duk da guguwar yashi ta yanke kauna da ke busawa a kanta lokaci zuwa lokaci, suna kokarin hana ci gabanta.

Yayin da nake ci gaba a cikin jerin gwanon tsarki, na ga daga nesa da wurin karfafa gwiwa ta shiru a gare ni, kuma karfina ya farfado kuma karfina ya sake sabuntawa, don haka ina kara kokari na don isa gare ku.

Idan na isa wurin alheri, zan tsoma bakina masu kishirwa na imani a cikin mabuɓɓugar ni'imarka in sha har sai na shanye.

**** ***

Muryarka mai tsarki mai karfi tana ratsawa cikin ether

Kunnuwa da aka jika da abubuwan sha'awa na sha'awa ba za su iya fahimtar wa'azin mala'iku ba

Ya Mai Watsa Labarai na Allah, bari kayan aikin tunaninmu, wadanda ba su dace da kai ba yanzu, su kasance daidai da cikakken ma'aunin ainihin fahimtar ruhaniya.

Koya mana yadda ake kama wakokin sama da wakokin ruhaniya da ke yawo a cikin ruhin

**** ***

Ya Ubangiji, ka buɗe fahimtata ta ruhaniya domin ta kasance jagora a koyaushe ta kuma nisantar da ni daga hanyoyin son kai marasa iyaka

Yayin da nake tafiya a kan karkatattun hanyoyin sanin yakamata da kuma hanyoyin da ke kewaye da shi, zan ga kuma in tsere wa masu aikata laifuka marasa tausayi: kwadayi, son kai, da kuma rashin kula da dokokin dabi'a.

Ya Hasken Ciki Mai Sani, Ka nuna mini mafita ga dukkan matsalolin rayuwa

**** ***

Ina yin wannan alkawari mai tsarki ga kaina:

Rana ta kaunata ba za ta taɓa faɗuwa daga sararin tunanina na yau da kullun game da kai ba, Ya Ubangiji

Ba zan juya idanuna daga gare ka zuwa ga wani abu banda kai ba

Ba zan yi abin da ba zai tunatar da ni game da kai ba

Ayyuka da suka samo asali daga jahilci da wauta suna haifar da mafarkai masu ban tsoro da kuma mafarkai masu ban tsoro

Bari in yi mafarkin mafarki mai daɗi na nasarori masu daraja kawai, domin sun fito ne daga wahayi da shiryyarwaKa, Ya Ubangiji!

**** ***

Ya Ubangiji, idan mayafin abu ya boye ka daga gare ni, har yausha za ka kasance a boye a bayan labule masu ban sha'awa na furannin lili, wardi, gajimare masu haske da launin zinare, da dare marasa sauti masu d'auke da haske da taurari?

Ko da yake yana boye ka, ina son sa domin yana nuna kasancewarka a boye.

Duk da haka, ina sha'awar ganinka daidai yadda kake, ba tare da abin rufe fuska na halitta ba!

**** ***

Ya Mai Ganin Komai, wanda barci ko barci ba ya riske shi!

Kana ganina daga idon rana mai kauri, marar canzawa da wata mai canzawa koyaushe. Kuma da kallon cikakke, kana kallona daga ramuka marasa adadi na sararin samaniya da hasken taurari masu walkiya.

Da tabawar iska, kana shafa ni, kuma ta hanyar tunanina na abokantaka game da kai da bayinka, kana zuba mini ruwan sama mai albarka na rahamarka.

**** ***

Ya muryar sararin samaniya Ya muryar rashin iyaka! Bari in sami sanin ruhaniya ta hanyar sautinka mai tsarki

Ya yi ta maimaitawa a cikina, yana faɗaɗa fahimtata daga jiki zuwa sararin samaniya mara iyaka

Kuma ka zaburar da ni don in ji bugun halitta na har abada ta hanyarka

**** ***

Kana motsa kafafuna Kana aiki a hannuna Kana bugawa a zuciyata Kana gudana da numfashina Kuma kana saka tunani a cikin zuciyata

Wahayinka mai shiga jiki yana gudu kowace rana kamar tauraro zuwa sararin samaniyar nufin ɗan adam na

Bari in haɗa ɗan digo na rayuwata cikin tekun sararin samaniyarka, domin in ga kumfa na karamin kaina yana shawagi a kan babban kirjinka

**** ***

Marayu da waɗanda suka ji rauni sun ji labarin alherinka da tausayinka, kuma ga su a kofar gidanka. Shin za ka kore su cikin takaici da rashin ta'aziyya?

Kai, da ace hannunka da ba a gani zai iya share hawayen da ke tashi daga idanun waɗanda ke da karyewar zuciya da rayuka masu wahala

Waɗanda suka bace a kan hanyoyin yaudara da yaudara, wa za su juya wa baya, kuma wa za su nema banda kofarka mai albarka?

Da wayewar gabanka, matsalolinsu za su bace kuma wahalhalunsu za su bace

Ya Ubangiji, ka daga labulen domin mu ga fuskarka mai tausayi da tausayi

**** ***

Ya muryar Allah mafi tsarki, yi ihu a bakin teku na raina ka karya sandunan tunanin abin duniya, domin in sami 'yanci daga kurkukun jiki

Bari in ji a cikin tunani mai zurfi na sautin teku mai laushi a jikina, hankalina, da ruhina da kuma a cikin muhallina na waje, in ji yana yaɗuwa zuwa dukkan kananan birane da manyan birane, da kuma zuwa duniya, da tsarin hasken rana da kuma dukkan sararin samaniya.

Kuma don in fahimci cikakkiyar rayuwata mai faɗi a cikin babban jikin halitta!

**** ***

Ya harshen wuta na har abada, kana jefa kananan walkeyar haskenka na allahntaka cikin rayuka da tunanin ɗan adam, suna bayyana a takaice, kanana, kuma a rarrabu Duk da haka kai ne kaɗai tushen kowace harshen wuta da haske da ke wanzuwa, babu iyaka.

**** ***

Ya Mai Nasara Har Abada! Ka taimake ni in gina halaye masu kyau a cikin kaina: sojojin natsuwa da

kamun kai don cin nasara a yakin da ake yi da makiya mafi karfi: fushi, karya, da rashin godiya

Don haka zan daga tutar hakkinka sama da kusurwoyin rayuwata, wadda take mafi girma kuma ba za a iya wuce ta ba.

**** ***

Ya Ruhu Mai Tsarki, kada mu dauki wani aiki da ya fi muhimmanci fiye da aikin tsarki na saninka. Domin kowane aiki, ko menene yanayinsa, ana iya cimma shi ne kawai ta hanyar ikon cimma nasara da Ka ba mu.

Saboda haka, bari mu kaunace ka fiye da komai, domin ba tare da alherin rayuwarka da kaunarka ba, ba za mu iya rayuwa ko kauna ba kwata-kwata.

**** ***

Ya Tauraron Arewa Madawwami! Duk inda na yi yawo na juya, allurar maganadisu ta hankalina tana nan tana nuna maka.

Ko da iskar abubuwan da suka faru kwatsam ta shafe ni ko kuma ruwan sama da bala'i da suka jike ni, duk da haka ka shirya da ni in juya gare ka har abada

Masoyiyata, kamar tsuntsu da ke girgiza fikafikanta a tsakiyar gajimare na rudani da guguwar rudani, tabbas za ta same ku

**** ***

Ya kai Babban Dan Wasa Mai Imani, ka hura sarewa ga dukkan addinai, wakokin hadin kan ka mai ban mamaki, kuma ka bar wakokin tsarki su dauke da ingantattun wakokin ruhunka, masu wadata da asali da kerawa.

Bari mu daidaita da kai mu hada wakokin zukanmu a cikin waka daya da muke dagawa gare ka Babu wani allah sai Allah!

**** ***

Ya Ubangiji, a gare ka nake daukaka wannan addu'ar:

Ko dukiyata tana da yawa ko kadan ce, ka ba ni karfin gwiwar mallakar duk abin da nake bukata kowace rana

**** ***

Ina maimaita addu'o'ina na zuciya a kan rosary na kauna, an haɗa kwallayensa da zare na sunaye masu albarka: Allah, Ruhun Duniya, Brahma, Uba na Sama, Uwar Allah - duk sunayenka ne masu tsarki.

A cikin wakilcin sararin samaniyarka a matakai na zamani, ka dauki miliyoyin bayyanuwa da hotuna, kamar yadda ka dauki sunaye da yawa, amma yanayinka ya kasance daya kuma ba ya canzawa, wanda shine ni'ima ta har abada!

**** ***

Ya Allah na shari'ar duniya, ka taimake ni in sa raunuka da tabo na, waɗanda suka samo asali daga bala'o'i da jarrabawa, a matsayin lambobin yabo da tambarin horo da aka ba ni ta hannun adalcinka na Allah, wanda ba ya san son kai ba

Bari wahalhalun da nake sha a kullum su zama maganin ruɗani da yaudara, su kuma kawar da ni daga beɓen karya na farin ciki na duniya.

Ina fata hawayen da na zubar saboda rashin kunya na wasu za su wanke tabo da kurakuran da ke boye a cikin zuciyata.

Kuma duk wani bugu mai kaifi daga tsinken tashin hankali zai buɗe sabbin zurfafan hikima da fahimta a cikina

Ina fata duhun da ba shi da tsarki na rayuwa ta yau da kullun zai tsorata ni har in yi gudu don neman sararin tsarkakanka da hasken warkarwarka

Raɗar rayuwa da bugun da ba zato ba tsammani sun tilasta ni in yi kuka, ina neman taimakonka

Kuma bari tonowar yanayi masu zafi a cikin kasa ta rayuwata ta bayyana mabubbugan ta'aziyya masu yawa da ke gudana koyaushe.

Ina fata da ace munin rashin kunya a cikin wasu zai tilasta min in kawata kaina da tawali'u da kirki, kuma kalmomin da suka bata min rai na abokana za su tunatar da ni in yi amfani da kalmomi masu dadi kawai.

Idan miyagun tunani suka jifana da duwatsu, zan haɗu da su da makamai masu kyau na kyawawan niyya

Kamar bishiyar jasmine da ke watsa furanninta masu kamshi a hannun da ke saukar da gatari a kan gangar jikinsa, haka nan bari in watsa furannin fure na gafara ga duk wanda ya yi mini sanyi da kiyayya.

Tunani na ruhaniya

Ga mai hikima Paramhansa Yogananda

Jin kasancewar Allah a cikin tunani yana cika hankali da kwanciyar hankali kuma yana tura jiki da kuzari mai mahimmanci

Ta hanyar zumunci mai zurfi da shiru na ruhaniya da kuma ta hanyar karkatar da tunani da ji zuwa ga Allah, mai neman yana jin karin farin ciki, kuma wannan farin ciki shaida ce ta gaske ta sadarwa da Allah da kuma taƙa kasancewarsa mai albarka.

Na gan ka kana noma kasa ta raina da garma ta gwaji da wahala, kana watsar da irin hikimarka a cikin ramukanta, na ci gaba da shayar da waɗannan iri, kuma lokacin da rana ta rahamarka ta haskaka musu, suka girma suka yi girma, suna ɗauke da albarkar girbin gamsuwa da gamsuwa.

Idan mutum ya san Allah, ba zai sake jin kamar wasu sun bambanta da kansa ba.

Mutane masu hikima suna kiyaye daidaito da natsuwar su duk da canjin yanayi da yanayi, komai bambancinsu

Allah shine babbar kyautar sararin samaniya kuma babbar riba a rayuwa

Ya Ubangiji, daga yau zan yi iya kokarina don in san ka kuma in yi iya kokarina don in kusanci ka da kuma jin kaunarka ba tare da yin sakaci ko yin watsi da ayyukana na duniya ba, kuma zan cika dukkan ayyukana a matsayin sadaka mai tsarki a gare ka, don haka zan sami tagomashin Ka

Allah shine tushen hikima da wahayi mai haske Shi ne kamshi mai albarka wanda ke fitowa daga dukkan zukata masu kyau Shi ne lambun furanni na sama da furanni masu duhu na tunani Shi ne babbar kauna da ke wahayi da kuma ciyar da kaunarmu.

Allah ya bayyana mini kansa a sararin natsuwa, kuma na dandani ni'imarSa a cikin tushen rayuwata, kuma na ji muryarSa a cikin lamirina da ya farka, kuma da cikakken sani na sami haskenSa wanda ke ratsa ni koyaushe

Tunani shine mafi sassaucin karfi saboda shine mafi saukin girgiza da bayyananne na sani. Kuna iya raba tunani zuwa raka'o'i marasa iyaka, amma ba za ku taɓa kaiwa karshe ba.

Bai kamata mutum ya takaita kansa ga wani ɗan karamin kurkuku na son kai ba, sai dai ya haɗa da

**wasu a cikin nasarorin da ya samu da farin cikinsa,
yana zama kayan aiki don aikin nufin Allah. Idan muka
yi tunanin kanmu, bari mu yi tunanin wasu; idan muka
nemi zaman lafiya, bari mu nemi shi ga wasu.
Wadanda suka yi aiki don kawo farin ciki ga wasu za
su sami albarka da lada daga Allah.**

Bari in tuna da kai har sai ka zama tunanina kawai

**Duniyar da muke gani mafarki ne a cikin mafarki.
Ma'aunin ba wai kawai kuzari ne mai "daskarewa" ba,
har ma da sanin sararin samaniya mai "daskarewa"**

**Ya Ubangiji, ka taimake ni ka kuma shiriyar da
fahimtata da karfina domin in kawo haskenka ga
zukan da suka duhu, domin su haskaka su kuma su
haskaka da hasken hikimarka. Ta hanyar ikon gafara
mai tausayi, bari in zo gare ka tare da dukkan
'yan'uwa maza da mata wadanda suka yi tuntube a
kan hanyoyin wahala.**

**Duk wanda yake son sanin Allah dole ne ya
kasance yana da mafi girman matsayi na kauna a
cikin zuciyarsa, kamar mai rowa wanda ke son kuɗi,
masoyi wanda ke sha'awar kaunataccensa, da kuma
mutumin da ke nutsewa wanda ke sha'awar iska.**

**Jin daɗin abubuwan duniya yana raguwa kuma
yana bacewa, amma farin ciki na allahntaka, wanda
ba za a iya kwatantawa ba, ba ya raguwa ko bacewa**

**Bari iskar kaunar Allah ta yada murmushinka mai
haske, domin haskensu ya kore duhu daga zukan
wasu**

Gabadaɗaya, soyayya tana buƙatar karfin tunani mai girma fiye da kiyayya, duk da haka masu hikima suna ganin soyayya ta fi sauki fiye da kiyayya domin suna ganin dukkan halittu a matsayin wani bangare na girman kai kuma suna da alaƙa da sanin sararin samaniya sosai.

Zaman lafiya shine maganin kowace cuta, kuma mutanen da zukaƙansu ke cike da soyayya, waɗanda ke jin daɗin natsuwa, kuma waɗanda ke farin ciki da yin ayyukan alheri sun san ɗanɗanon zaman lafiya, wanda shine sharafin da ake buƙata kuma ginshiki na kowace rayuwa mai farin ciki.

Ka nuna kauna ga waɗanda ke da taurin zuciya, kwanciyar hankali ga waɗanda ke cikin damuwa da bakin ciki, daɗi ga waɗanda ke cikin ɗacin rai, farin ciki ga waɗanda ke cikin wahala da wahala, kuma ka zama kyakkyawan misali ga waɗanda ke bin hanyoyin kuskure

Babu abin da ya fi gaskiya da gaskiya a mu'amala da wasu. Yana da sauki a yi abokai ba tare da gaskiya ba, amma ba zai yiwu a ci gaba da abokai ba tare da gaskiya ba.

Akwai yanayi mai kyau na maida hankali, kuma lokacin da mai bimbini ya isa waɗannan yanayi, yana fuskantar yanayi na musamman na farin ciki na ruhaniya da wahayi masu ɗaukaka, kuma yana cewa:

"Abin da na nema ko'ina, na same shi a wurina da kuma a cikina, kuma ina ganin haskensa a bayan bangon duhu kuma ina jin kasancewarsa a cikin zurfin shiru."

Soyayyar Allah lambu ce mai furanni na sama da tunani masu haske da fure. Tana ciyar da kaunarmu, tana karfafa mana ji, kuma tana cika mana burinmu na farin ciki.

Ya Ubangiji, duk wani yanayi da na fuskanta, na fahimci cewa suna wakiltar mataki na gaba a cikin ci gaban ruhaniyata. Zan yi maraba da duk gwaje-gwaje domin na san ina da hankali, fahimta, da karfin da zan iya shawo kan [shingaye da wahalhalun da ke zuwa ta hanyata]

Duk da cewa masana kimiyyar halitta yanzu sun fahimci cewa abu ba komai bane illa kuzarin da aka kama, malamai masu wayewa sun yi nasarar canzawa daga ilimin ka'ida zuwa aikace-aikacen aiki a fagen sarrafa abu.

Idan ka kuduri aniyar yin farin ciki a rayuwarka, babu abin da zai iya dauke maka farin cikinka

Soyayyar Allah tsantsa tana cika ran mai son da kyau, tana jawo hankalin Ubangijin Duniya, kuma tana jawo kaunarsa ta har abada.

Na san fitattun 'yan kasuwa masu hankali da yawa wadanda, a cikin zurfin zuciyarsu, suna sha'awar sanin Allah da samun hikima, amma duk da haka suna daure da aikinsu da kuma alkawuran zamantakewa da yawa, kuma ta yin hakan, suna sadaukar da mafi mahimmancin ayyuka - aikinsu ga Allah, karatun digiri na biyu, da rayuwar gida - akan bagadin kuɗi da alkawurra marasa mahimmanci da marasa mahimmanci.

Wanda Ya haliƙce mu yana son mu ƙaunace Shi da tsantsar ƙauna, ba za mu san ɗanɗanon farin ciki ba sai mun ba da ƙaunarmu ga Allah

Zan rinjayi girman kai da tawali'u, fushi da ƙauna, farin ciki da natsuwa, son kai da son kai, mugunta da alheri, jahilci da hikima, da damuwa da natsuwa da kwanciyar hankali

A cikin zukanmu dole ne a sami zuciya mai tausayi wadda ke kwantar da raunin wasu kuma tana kawar da bakin ciki da radadi daga zukanasu

Malamin Paramahansa ya ce wa ɗaya daga cikin ɗaliban:

"Kyawawan ɗabi'unƙa suna taimaka maka a cikin yanayi na yau da kullun da na yau da kullun, amma ƙila ba za su isa su jagoranci rayuwarka ba lokacin da matsaloli suka taso kuma lokacin da buƙatar fahimtar asali ta taso Tare da zurfin tunani, koyaushe zaka iya bambance tsakanin nagarta da mugunta kuma ka yanke shawara mai kyau a cikin komai, koda kuwa kana fuskantar yanayi na musamman"

Ba za mu iya rayuwa ba tare da Allah ba na ɗan lokaci. Yana shafa mu cikin iska mai laushi, yana ba mu kuzari daga hasken rana, kuma yana ba mu abincin da muke ci. Yana cikin zukan wasu da ke kewaye da mu, kuma Shi kaɗai ne wanda za mu iya la'akari da ƙaunatatunmu da namu.

Tawali'u yana da kamshi mai daɗi da jan hankali wanda ke sa mutum mai tawali'u ya ƙaunace shi ga kowa

Dole ne mu horar da kanmu don yin tunani game da manyan abubuwa kamar har abada da rashin iyaka

Allah yana bayyana ayyukansa mafi girma a cikin kyawun halitta, amma bai bayyana cewa yana boye kuma yana boye a cikin wadannan kyawawan kyawawan abubuwa ba

Idan kana da karfin tunani kuma ka dasa shi a cikin kasa mai karfi na kuduri, kuma idan imaninka yana da zurfi, za ka iya hada ra'ayoyinka ka kuma cimma manyan nasarori a kasa.

Ya kamata a saukaka rayuwa, kuma a sarrafa abubuwa cikin sauki da kwanciyar hankali. Farin ciki yana cikin samun lokaci don tunani da kuma zurfafa tunani. Yi kokarin batar da lokaci ni kadai lokaci zuwa lokaci, kuna jin daɗin kwanciyar hankali na ciki wanda ke fitowa daga natsuwa da kwanciyar hankali.

Mugunta tana da ikonta; idan ka bi hanyoyinta, za ta rinjaye ka. Idan ka zame, dole ne ka koma nan take zuwa ga hanyoyin takawa da adalci.

Ya Ubangiji, ka yarda da sha'awar raina da kaunar shekaru da na boye maka a cikin taskar zuciya

A cikin wurin tsarki na kwanciyar hankalina, na dasa maka lambu kuma na kawata shi da furannin kaunata

Da zuciya mai bege, zuciya mai himma, da kuma ruhi mai sha'awa, na sanya a kafafunka na dukkan abubuwan da nake sha'awa na ruhaniya da kuma kaunar Allah.

Zan gaishe kowace rana ta hanyar tunani game da Allah da kuma yin bimbini a kansa

Kowace tauraro mai walkiya a sararin sama, kowace tunani mai tsarki, kowace aikin alheri taga ce da nake kallonka ta ciki, ya Allahna

Bari in ji muryarka, ya Ubangiji, a cikin kogon tunani Zan sami farin ciki na sama har abada a cikin kaina; sannan kwanciyar hankali zai cika zuciyata da kuma kasancewata cikin natsuwa da aiki

Ka jaddada natsuwa da kwanciyar hankali ka kuma aika da tunanin soyayya da fatan alheri idan kana son rayuwa cikin kwanciyar hankali da jituwa a wannan duniyar

Yawancin mutane kwafin carbon ne na wasu, suna kwaikwayon abin da wasu ke fadi da aikatawa. Ya kamata mutum ya zama na musamman kuma ya nuna mafi kyawun yanayinsa na musamman.

Idan ka yanke kauna game da samun farin ciki, ka yi farin ciki kada ka rasa bege domin ranka yana nuna Ruhu Mai Girma Mai Farin Ciki koyaushe, kuma a cikin ainihinsa, shine tushen farin ciki

Idan ka rufe idanunka na mayar da hankali kan tunaninka, ba za ka iya ganin hasken rana mai haske na farin ciki a sararin rayuwarka ba. Amma komai yadda ka rufe idanunka da kyau, hasken rana na farin ciki zai ci gaba da kokarin shiga cikin dakunan da ke rufe tunaninka.

Bude tagogi na natsuwa za ka ga walkiyar farin ciki kwatsam a cikin kanka, domin ana iya ganin hasken ruhun farin ciki idan ka juya tunaninka zuwa ciki.

Yin bimbini yana kawar da hazo na sararin samaniya lokacin da sanin kai ya fara tashi zuwa manyan mataakai da sararin samaniya na rayuwa.

Kowanne mai kirkira yana da buƙatu na zahiri; buƙata ita ce uwar kirkira Haka nan, masu hikima sun zama—saboda larura—masu neman ruhaniya masu himma Sun gano cewa ba tare da gamsuwa ta ciki ba, babu wani sa'a ta waje da zai iya kawo farin ciki mai dorewa.

Wata dāya yana kawar da duhun dare Haka kuma, rai wanda hasken Allah da iliminsa suka haskaka, rai wanda aka samo asali daga kaunar Allah, yana kawar da duhun rayukan wasu duk inda ya je, yana yadda hasken kauna, fahimta, da zaman lafiya.

Domin samun abokai, dole ne mu nuna kauna ta gaskiya ga wasu. Waɗanda suka buɗe kofar maganadisu ta abota za su jawo hankalin rayuka masu irin wannan rawar jiki [hankali da halaye]

Farin ciki yana cikin kiyaye fahimtar tunani ta hanyar dukkan gwaje-gwajen duniya da abubuwan da suka shafi yanayi biyu

Idan zuciya tana tare da wani, tana jawo dukkan halayen wannan mutumin zuwa gare shi. Duk wanda yake tunanin mutanen kirki, alherinsu yana komawa gare shi, kuma duk wanda ya mai da hankali kan wahayi ga mutane, wahayi yana zuwa gare shi, kuma duk wanda ya haɗa, ko da a cikin tunani, da waɗanda ke da lamiri mai rai, dābi'u masu daraja, da niyya mai daraja yana raba su da daraja da dābi'unsu, domin hankali yana jan hankali kamar maganadisu [kuma kamar yana jan hankali kamar]

Idan ambaliyar kauna ga Allah ta mamaye zuciyar rai mai sha'awa, kalmomi sun kasa bayyana abin da ya faru. Wannan kauna sirri ce ta rai, alaka mai zurfi da Allah, kamar wuta mai tsarki da ke cinye duhun kai, tana ba mai nema damar fahimtar hasken Allah kuma ya ji kusancinsa.

Karamin kofi ba zai iya d'aukar teku a cikinsa ba. Hakazalika, sanin d'an adam, wanda aka iyakance shi da kuntatawa ta zahiri da ta tunani na fahimtar abu, ba zai iya d'aukar sanin sararin samaniya ba, komai karfin sha'awar. Duk da haka, ta hanyar zurfafa tunani mai zurfi da daidaito, sanin d'an adam zai iya d'aukaka kuma fahimtarsa ta fadada har ta kai ga taba sanin sararin samaniya.

Wata rana, wani mutum a New York ya zo kusa da ni [nan da nan bayan na gama d'aya daga cikin laccocina] ya nace zai iya barin jikinsa na zahiri ya yi tafiya a cikin jikinsa na astral, na ce masa, "Ban yarda cewa kana tunanin kana da wannan ikon ba." Amma ya dage sai ya gwada ni, don haka na yarda, na ce, "To, sai ka sauka kasa a cikin jikinka na astral ka gaya mini abin da ke cikin gidan cin abinci." Ya yi shiru na d'an lokaci, sannan ya ce, "Akwai babban piano a kusurwar dama" Na san yana tunanin hakan ne saboda numfashinsa da bugun zuciyarsa sun daidaita, don haka na ce, "A akasin haka, ina tsammanin idan ka je can, za ka sami mata biyu zaune a kan teburi" Ya yi ba'a da shawarar da na ba shi, don haka na ce, "Mu je gidan cin abinci tare yanzu" Da muka isa, muka je kusurwar da ya ambata, amma babu piano; maimakon haka, mun sami mata biyu zaune a kusa da teburi. A karshe, abokinmu ya fahimci cewa rudfinsa ya rufe shi.

Imani da Allah da jituwa ta ciki sune mafi girman taimako da tallafi ga mutum don daukar nauyin rayuwa

Dole ne mu saurari muryar Allah tana amsawa cikin tunani mai kyau. Tunani mai kyau kamar wahayi ne daga Allah da ruhohin mala'iku don shirya da mu kuma su taimake mu. Shaidan ma, yana kokarin rinjayar dan adam ta hanyar wasikarsa ta shaidan, wadda ke bayyana a matsayin mugun tunani, mugun nufi, da kuma munanan manufofi wadanda ba dole ba ne a bar su su mamaye fagen tunani da kuma gurbata sararin sani.

Idan addu'ar mai neman taimako ta fito daga zurfin zuciyarsa, kalmominsa za su cika da kaunar Allah, wasu kuma za su ji tasirinta na ruhaniya kuma su fuskanci kaunar Allah a gabansa. Duk da haka, idan wannan mai neman ba shi da karfi, wadanda ke kewaye da shi za su iya sace wannan kaunar daga gare su. Wannan yana faruwa ne lokacin da suka fara yabawa da kuma yaba wa ruhaniyarsu. Idan suka shagaltu da jin cewa suna da girma domin suna iya karfafa wasu, rauni ya shigo, girman kai ya mamaye zuciyarsu, kuma suka rasa kaunarsu ga Allah sakamakon haka.

Hankalin dan adam yana karfafawa ta hanyar yaki da rashin lafiya da shawo kan wahala Duk abin da ya raunana hankali makiyi ne, kuma duk abin da ya karfafa shi mafaka ce ta zaman lafiya Fuskantar abubuwan da suka faru na rayuwa da karfin hali da karfin hali Allah ya nuna mini cewa wannan rayuwa mafarki ce ta sararin samaniya Lokacin da hankalinmu na ruhaniya ya farka, muna tuna abubuwan da suka

faru a rayuwa a matsayin mafarki mai sauri na farin ciki da bakin ciki, kuma mun fahimci cewa mu madawwama ne a cikin Allah.

Mutum mai hikima Paramahansa ya ce wa ɗaya daga cikin almajiransa:

Faɗaɗa iyakokin masarautar kaunarka don a hankali ta haɗa da iyalinka, makwabtanka, al'ummarka, kasarka, dukkan kasashe, da dukkan halittu masu rai. Ka zama aboki na duniya wanda zuciyarsa ke cike da tausayi da kirki ga halittun Allah, kuma ka yaɗa soyayya a ko'ina.

Mai duba zukata ba ya son komai daga gare mu sai zukananmu

Bai kamata a nemi Allah don amfanin kansa ba, amma don nemansa, sha'awarsa, da kuma rokonsa da kauna mai tsarki, marar yankewa, da kuma mai da hankali.

Idan kaunar mutum ga Allah ta yi daidai da sha'awarsa ga jikinsa na zahiri, to Allah zai zo gare shi

Wanda bai kama lu'u-lu'u a cikin nutsewa ɗaya ko biyu ba, bai kamata ya zargi teku ba, sai dai hanyar nutsewa da rashin zurfinsa.

Duk wanda ya zurfafa cikin teku na sani zai sami lu'u-lu'u na kasancewar Allah

Salama ita ce abin sha na sama da ake zubawa daga tulunan natsuwa

Bayan gajimare masu launin toka na takaici da takaici na ɗan lokaci, hasken nasarori suna haskakawa koyaushe

Farin ciki, nasara, da kwanciyar hankali suna samuwa ne daga yin kokarin daidaita ta hanyar tunani da roko tare da nufin Allah, wanda shine karfin da ke saka tsarin rayuwa cikin jituwa da karfin sararin samaniya.

Ya kamata abin da ke motsa rai a rayuwa ya zama yin ayyukan alheri da kuma yada yanayin soyayya da zaman lafiya

Yanayinka ba shi da iyaka, don haka kada ka dora wa kanka nauyin abubuwan duniya da kuntatawa. Canza duk wani nadama game da damar da aka rasa zuwa kyakkyawan fata don sabbin nasarorin da za su kawo maka gamsuwa da farin ciki.

Saukaka rayuwarka ta yadda za ka sami isasshen lokaci don jin dadin kananan abubuwan jin dadin rayuwa

A cikin kowace kwayar halittar wannan duniya mai ban mamaki da ban mamaki, Allah yana yin mu'ujizai ba tare da gushewa ba

Allah shine hasken da ke korar duhun jahilci koyausha. Shi ne kogin rayuwa wanda ke ciyar da kasar rayukanmu.

Tunani mai jituwa yana samar da jituwa da jituwa a wannan duniyar da take cike da kowane irin rashin jituwa da rashin jituwa

Sha'awar yin ayyuka masu kyau da kyau a cikin ikonmu shine karfin kirkira da ke bayan kowace nasara mai kyau. Muna kokari don kamala domin

rayukanmu suna sha'awar sake haɗuwa da yanayin ruhaniyarsu da haɗin kai mai mahimmanci tare da tushen allahntaka.

Muna nan yau kuma gobe za mu tafi, inuwar kawai a cikin mafarkin sararin samaniya. Amma a bayan rashin gaskiyar waɗannan hotuna masu wucewa akwai gaskiyar rai ta har abada.

Mutane masu hikima ba sa son ka yi musu biyayya, amma idan ka yarda da jagorancinsu, tabbas za su gaya maka gaskiya da abin da ya fi maka kyau, da cikakken gaskiya da rashin son kai.

Ka zama bishiya mai rai wadda ke girma kuma tana fitar da sabbin ganyaye da rassan bishiyoyi. Waɗanda ke da karfin zuciya suna cewa:

"Akwai hasken rana a rayuwarmu, kuma muna da damar yin aiki da kuma fitar da bege da rassan nasarorin da muka samu."

Babu wani abu da ya fi gaskiya da gaskiya a mu'amala da wasu

Yi iya kokarinka, sannan ka huta ka huta ka bar abubuwa su bi hanyarsu ta asali maimakon kokarin canza su da karfi.

Malam Paramahansa ya ce, yana karfafa ɗaya daga cikin almajiransa:

Idan addu'o'inku suka isa ga Allah, ba kome ko zunubanku sun fi zurfin teku na duhu da kuma sama da Himalayas; Allah zai gafarta musu ya kuma goge su kamar ba su taɓa faruwa ba, matuƙar kun kudura cewa ba za ku sake maimaita su ba. Kuna iya nutsewa

na ɗan lokaci a karkashin duhu, amma kai walkiya ce ta wuta ta Allah - harshen wuta daga fitilar madawwamiya, wadda ba ta taɓa shudewa ko mutuwa ba. Kuna iya boye harshen wuta, amma ba za ku iya kashe shi ba.

Yin amfani da nufin mutum akai-akai, cikin nutsuwa, da karfi zai sa karfin sararin samaniya ya motsa kuma ya kawo martani daga Ubangijin halittu

Mutane da yawa ba sa yarda cewa ya zama dole a yi nazarin yanayin soyayya. Suna bayyana shi a matsayin yadda suke ji ga danginsu, abokansu, da sauran waɗanda suke jin sha'awarsu sosai. Amma soyayya ta fi haka. Hanya ɗaya tilo da zan iya kwatanta soyayya ta gaskiya ita ce ta hanyar kwatanta tasirin da take da shi ga rai. Jin ko da karamin walkiyar soyayya ta Allah yana cika mutum da farin ciki mai yawa har yana da wuya a ɗauke ta. Gamsuwar da soyayya ke kawowa ba ta dogara ne akan jin soyayyar kanta ba, amma a cikin farin cikin da take kawowa. Soyayya ta gaskiya tana ba mu farin ciki fiye da yadda ake tsammani.

Dole ne a kiyaye karfin rayuwar jiki ta hanyar daidaitaccen abinci, kyakkyawan fata, da murmushi. Waɗanda ke samun farin ciki a cikin kansu suna gano cewa jikinsu yana da wutar lantarki da ta samo asali daga kuzarin rayuwa, wacce ke da alaƙa da nufin Allah da kuma tunanin duniya. Murmushi yana da matukar amfani ga lafiya. Yana jawo hankalin motsin rai mai kyau, yana buɗe sararin samaniya na fata, kuma yana kawo kwanciyar hankali na ciki da jin daɗin tunani.

Duniya gaba ɗaya ta manta da ainihin ma'anar kalmar "soyayya," kuma an yi rashin fahimta da kuma amfani da ita ba daidai ba kamar yadda ake samun mai a kowane bangare na zaitun, haka nan soyayya take ratsa dukkan halitta. Amma bayyana soyayya yana da matuƙar wahala, kamar ƙoƙarin bayyana dandano da ɗanɗanon lemu. Dole ne mutum ya ɗanɗani lemu da kansa don ya fahimci ɗanɗanonsa, haka nan kuma ya shafi soyayya.

Kowa ya taɓa fuskantar soyayya a wani nau'i a cikin zuciyarsa, saboda haka yana da ɗan fahimtar yanayinta, amma ba su san yadda za su girbe ta, su tsarkake ta, su faɗaɗa ta zuwa ga ƙaunar Allah ba. Hasken soyayyar Allah yana wanzuwa a cikin mafi yawan zukata tun suna ƙanana, amma sau da yawa yakan bace saboda mutane ba su san yadda za su rene ta da kuma haɓaka ta ba.

Rayuwa makaranta ce ta gogewa, kuma duk tana nuni zuwa ga hanya ɗaya: Allah

Canje-canjen yanayin rayuwa mai duhu a zahiri Bayan hotunan abubuwa masu motsi na abubuwan da ba a iya gani ba akwai ainihin rayuwar sararin samaniya da aka boye daga gani

Matsaloli da matsaloli suna tasowa ne daga rashin sanin ayyukan da suka gabata, waɗanda suka aikata a wani lokaci da wuri. Wahalar da suke sha a yanzu ta samo asali ne daga tunani da ayyukan da suka furta, waɗanda suka yi tushe a cikin kasan saninsu, suka tsiro suka zama shuka kuma suka ba da 'ya'ya waɗanda ke nuna halayen waɗannan tunani da ayyukan.

Jarabawa da wahala ba sa zuwa don karya mutum da kuma gurgunta nufinsa, sai dai don su sa shi ya gode wa Allah kamar yadda ya kamata a yaba masa kuma a girmama dokokinsa waɗanda ta haka ne zai iya samun farin ciki na gaske.

Malam Paramahansa ya ce wa gungun almajiransa:

Yi amfani da fasahar rayuwa a wannan duniyar ba tare da rasa kwanciyar hankalinka na ciki ba, kuma ka bi hanyar daidaito don isa ga lambu mai ban mamaki da ban mamaki na ilimin kai

Cikin tawali'u mun sami kwarin mafarki mai cike da furanni masu kamshi da furanni na sanin kai

Kyawun Allah ba shi da iyaka Yana da kyau a ji daɗin furanni da furanni, amma fiye da jin daɗin kyawunsu shine ganin fuskar Allah a bayan tsarkinsu da kyawunsu. Jin daɗin da aka samu daga kiɗa, kaunar kiɗa kanta, ba za a iya kwatanta shi da muryar Allah mai kirkira da ke gudana ta cikin waƙoƙinta ba.

Rayuka masu son zaman lafiya suna tattara ruwan hikima da ke gudana daga mabubɓugan ɗan adam da na allahntaka

Ya Ubangiji, na san kana sauraron kalmomin raina marasa sauti da kuma rokon zuciyata gare ka

Bari mu yi kokari mu kawata rayuwarmu ta kowace hanya ta hanyar rungumar soyayya, gaskiya, da gaskiya, da kuma kallon madubin tunani kowace rana da kuma bincika zurfin rai.

Jahilci [na dabi'u masu ban haushi] kamar kaikayi ne ko karce. Da zarar ka yarda da sha'awar fata ta karce don kawar da jin haushin, da yawan sha'awar karce yana karuwa, kuma da zarar ka yi watsi da wannan jin kuma ba ka yarda da shi ba, da karancin abin da ke damun ka.

Bai kamata mutum ya keta hakkin wasu ba, ko kuma ya hana su kasarsu, zaman lafiya, kauna, mutunci, ko duk wani abu nasu ko kayansu da ba za a iya gani ba. Idan ba ka ji sha'awar d'aukar abin da ba naka ba, abin da kake bukata ko sha'awa zai zo maka. Sata tana farawa ne a cikin tunani lokacin da mutum ya fara hassada wasu. Dole ne a cire zuriyar mugunyar sha'awa daga tunani.

Da wayewar sha'awar ruhaniya, mutum ya zaɓi kwankolin hikima don ya tsara rayuwarsa da kyau

Idan muka kalli duk abin da ke da kyau a cikin yanayi, muna jin tausayi da tausayi a cikinmu

Duk wani muhimmin mataki a rayuwa ya cancanci a yi tunani a kai sosai kuma a tsawaita shi, sannan a yi nazari a kansa a cikin wutar abubuwan da suka faru na yau da kullun a karkashin yanayi daban-daban.

Wadanda suka dogara da kansu su ne wadanda ke rayuwa daidai. Farin ciki yana zuwa ne kawai daga tunani mai tsarki da aiki na adalci. Idan kana farin ciki yanzu, za ka yi farin ciki a nan gaba, a nan da kuma a duniya mai zuwa. Dole ne mu tara sa'a ta hanyar tattara 'ya'yan hikima yayin da rana ta dama ke haskakawa. A wata ma'anar, dole ne mu yi amfani da damammaki kafin lokaci ya kure.

Ku yi tafiya cikin hanyoyin rayuwa da juriya da natsuwa, ku sani cewa ikon kirkira mara iyaka yana tare da ku, yana tare da ku kuma yana tallafa muku

Kowa yana buƙatar lokacin kaƙaici da hutawa domin ya jure matsin lamba da ke karuwa a rayuwa, kuma ya kamata mutane su girmama 'yancin kansu

Bayan kowace inuwar rayuwa akwai babban hasken Allah

Ka riƙe jagoran imani da ƙarfi kuma kada ka ji tsoron mummunan yanayi na waje da ke mamaye jirgin ruwan rayuwarka Ka yi imani da cewa "rashin yiwuwar" da kake fatan cimmawa, za ka cimma da taimakon Allah, ta hanyar ƙarfin bangaskiya da ke jure wa dukkan kalubale.

Idan za ka iya cimma daidaiton kai, to za ka iya zama cikin jituwa da kowa da kowa

Wannan duniyar ba gidanmu ba ce; gidanmu yana ɗaya gefen, cikin sanin sararin samaniya na Allah

Akwai wani abu mafi ban sha'awa fiye da rayuwa mai albarka cike da jituwa, soyayya, da bayarwa?

Shaka iska mai daɗi ta muhimman ra'ayoyin wasu mutane kuma ka amfana daga kyawawan ra'ayoyinsu

Zuciyata tana cike da farin ciki lokacin da na ga wasu tsirarun bayin Allah masu son ƙaunar Allah. Mun zo wannan duniyar ne kawai don mu girbe 'ya'yan ƙaunar Allah da bauta masa da aminci da tawali'u.

**Rayuwa a yanzu kawai, ba a nan gaba ba Yi iya
kokarinka a yau kuma kada ka kalli gobe**

**A cikin kogon shiru na ciki za ku sami
mabuɓɓugar hikima**

**A goshi, tsakanin gira, akwai kofar shiga sama.
Wannan cibiyar a cikin kwakwalwa [wurin da idon
ruhaniya ko sanin ruhaniya yake] ita ce hanyar nufin.
Idan ka mayar da hankali kan wannan cibiyar kuma ka
yi kokarin karfafa nufinka a hankali, abin da kake so
zai cimma (Sau da yawa muna lura cewa mutum yana
kokarin tunawa da wani abu ba tare da saninsa ba ya
taɓa wannan batu a goshinsa)**

**Saboda haka, bai kamata mutum ya yi amfani da
nufinsa don miyagun manufofi ba. Fatan cutar da
wasu da gangan ba shi da amfani sosai, babban
amfani ne da ikon da Allah ya ba mu. Idan ka ga
nufinka yana batar da kai, ka daina, domin ci gaba a
wannan alkibla ba wai kawai batar da kuzarin
ruhaniya ba ne, har ma zai sa ka rasa wannan ikon,
wanda hakan zai sa ka kasa amfani da shi ko da don
alheri.**

**Mu mutane an ba mu ikon kame kai Duk da cewa
ba mu da cikakken 'yanci, muna riƙe da mabuɗin
'yanci Duk da haka, mutane da yawa suna rayuwa ba
tare da tsari ba, sun kasa amfani da basirar da Allah
ya ba su da kuma 'yancin zaɓe don cimma nasarar
kansu.**

**Damisa tana karkashin ikon kashewa kuma ba ta
da wani zaɓi a cikin lamarin. Amma mutane suna da
'yancin zaɓi da hankali, wanda ke ba su damar ci gaba
da inganta yanayinsu da kuma daga matsayinsu**

maimakon ci gaba da zama fursunonin halaye masu cutarwa.

A wani lokaci ina tafiya a jirgin kasa kuma yanayin yana da zafi sosai, kuma iskar ta ji kamar ta fito daga tanda. Kowa da ke kewaye da ni yana fama da zafi mai tsanani, amma ina murmushi a cikin zuciyata domin hankalina ya rabu da ra'ayin zafi, domin na shawo kan kaina cewa wutar lantarki da ke haifar da zafi a cikin tanda tana haifar da kankara a cikin firiji kuma a wannan lokacin na ji kamar wani laka na kankara ya rufe jikina.

Idan na aika da soyayyata da fatan alheri ga wasu, ina buɗe kofa don kaunar Allah ta zo gare ni

Yi kokarin kawar da abubuwan da ke bata maka rai a rayuwarka, ko kuma ka jure su idan ya zama dole, ba tare da barin su su dame ka a fannin tunani ba.

Idan mutum zai iya zama mai tsabta, babu buƙatar ya kasance mai datti

Mutum yana iya sha'awar zama a cikin gida kamar yadda yake sha'awar zama a fada

Abu mafi muhimmanci wajen cimma nasarar ruhaniya shine yin kokari

Masu duniya suna neman baiwar Allah, amma masu hikima suna neman Mai bayarwa da kansa

Da daddare, na kan janye gaba ɗaya daga buƙatun duniya kuma na rabu da ita gaba ɗaya, ni kaɗai da nufina nake jagorantar tunanina, ina jagorantar su ta hanyoyin da ake so har sai na cimma matsaya mai kyau da kuma yadda zan aiwatar da ita.

Sannan, ina karfafa niyyata ta daukar matakin da ya dace, kuma da taimakon Allah, na cimma nasara Ta wannan hanyar, na yi amfani da nufina yadda ya kamata sau da yawa, amma wannan yana yiwuwa ne kawai idan aka ci gaba da amfani da shi akai-akai.

Hoton duwatsun da aka zana a sararin sama mai launin shufi, tsarin ban mamaki na jikin dan adam, fure da kafet din siliki mai kore, daukakar rayuka, ikon tunani, da zurfin kauna duk wadannan suna tunatar da mu Allah mai kyau da kuma tushen dukkan girma da girma.

Sai dai idan mutum ya yi aiki don habaka yanayinsa ta hanyar da ta dace—a tunani, ta zahiri, da ta ruhaniya—ba za su dandana farin ciki na gaske ba Fahimtar ruhaniya tana karfafa mu ga hikima, kuma ba shi da hikima a bar girman kai ya mamaye hikima, hukunci mai kyau, da fahimta; maimakon haka, shawara ta karshe ya kamata ta kasance tare da fahimta da lamiri.

Idan ka cika zuciyarka da soyayya da sha'awar wani ra'ayi game da Allah kuma ka sanya shi a cikin zuciyarka, to Ubangijin Duniya zai zo gare ka ya kuma karbi wannan ra'ayin daga gare ka domin sha'awar Allah tana taɓa zuciyar Allah.

Idan kana cikin aminci cikin Allah, zaka iya jin daɗin komai ba tare da an haɗa ka ba. Saboda haka, yana da matukar muhimmanci ka yi kokari ka san Allah, in ba haka ba rayuwa za ta iya bata maka rai ta kuma wargaza begenka ta hanya mai muni.

Lokacinmu zai shuɗe, kuma abin da muke gani yanzu zai shuɗe ya bace wata rana Canji yana da kyau

matukar ba ka bar shi ya cutar da kai ba, kuma idan ya yi zafi, yana zama gargadi don barin sha'awar da za ta jawo maka wahala idan ba za ka iya cika su ba.

Komai a sararin samaniya yana da alaƙa da juna kuma yana da alaƙa da juna Ta hanyar amfani da hankali na ɗan adam da Allah ya ba mu yadda ya kamata, mun fahimci cewa dukkan rayuwa tana da alaƙa da Hankali Mafi Girma

Duk halittar zahiri da ke burge tunanin ɗan adam tana ba da alamu masu ban sha'awa na abubuwan al'ajabi na duniya kawai.

Bai kamata a yi kokarin yin wani aiki da tunani mai ruɗani da damuwa ba, kamar gashin fuka-fukai a cikin iska. Maimakon haka, dole ne a yi dukkan ayyuka da kwanciyar hankali na ciki da na waje, da natsuwa da kamun kai, da hankali da kuma mai da hankali sosai.

Idan ka keɓe lokaci kowace rana don zurfafa tunani game da Allah da kuma rokonsa, za ka sami babban ta'aziyya da farin ciki na gaske a madadinsa.

Kowace rana ya kamata ta zama ranar godiya ga kyaututtukan rayuwa: hasken rana, ruwa, 'ya'yan itatuwa da kayan lambu masu daɗi, waɗanda kyauta ce ta kai tsaye daga mafi kyawun mai bayarwa: Allah

Ni sarki ne a kan kaina, ba sarkin dukiya ba ne, ba ni da komai, duk da haka ina mulkin mulkin salamata, kuma an naɗa ni a kan karagar jin daɗi ta har abada

Idan kana cikin nutsuwa, za ka ji duniyar farin ciki tana bugawa a cikinka

Soyayyar ɗan adam ba ta da ma'ana sai dai idan ta samo asali ne daga kaunar Allah marar sharafi. Saurayi da mace na iya soyayya, amma bayan wani lokaci, rashin jituwa da kiyayya sun maye gurbinsa. Soyayyar ɗan adam ba ta da cikakkiya, yayin da kaunar Allah cikakkiya ce kuma har abada.

Hanya ɗaya tilo ta samun kaunar Allah ita ce yin duk abin da zai faranta wa Allah rai, za ka ga cewa Allah yana zuwa gare ka ta hanyoyin da ba ka yi tsammani ba, kuma farin cikinsa zai mamaye ka, haskensa kuma zai haskaka maka.

Burina shine in kafa haikali ga Allah a cikin rayukan mutane kuma in ga murmushinsa mai albarka yana haskaka fuskokinsu. Babban nasara a rayuwa shine mutum ya kebe haikali ga Allah a cikin ransa, kuma wannan abu ne mai sauki a samu.

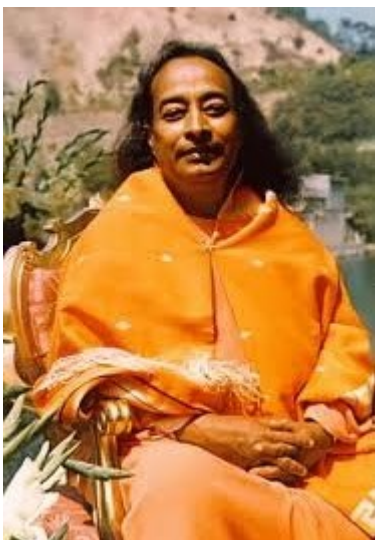
Mutane da yawa suna zuwa wurina don su yi magana game da damuwarsu, kuma ina rokonsu da su kwantar da hankalinsu, su yi tunani, kuma kada su yi la'akari da wasu mafita har sai sun ji kwanciyar hankali da natsuwa ta ruhaniya. Lokacin da hankali ya natsu kuma imani da Allah yana da karfi, mafita ga matsaloli za su bayyana. Yin watsi da matsaloli ba ya tabbatar da bacewarsu, kuma damuwa game da su ba ta haifar da sakamako mai kyau ba. Yi tunani har sai ka ji natsuwa, sannan ka yi tunani game da matsalarka ka yi addu'a ga Allah don taimakonsa. Ka mai da hankali kan matsalar, kuma za ka sami mafita ba tare da damuwa ko kokari mai tsanani ba.

**Ya Ubangiji, ka kunna wakokinka marasa mutuwa
a kan sarewa ta rayuwata, domin in sami albarka ta
hanyar rawar wakokinka masu tsarki**

**Yana da matukar muhimmanci a sarrafa motsin
rai don farin ciki da kwanciyar hankali. Sannan babu
wanda zai iya bata maka rai ko ya tayar da hassada a
cikinka, kuma za ka kasance mai juriya da alfahari a
cikin zuciyarka, kuma babu wanda zai iya
kalubalantarka ko ya dagula maka zaman lafiya.**

**Tawali'u ita ce hanya mafi aminci ta samun ruwan
sama na rahamar Allah**

**Wani lokaci mutane suna tunanin cewa Allah yana
nesa da su, a wani wuri mai nisa a cikin sararin
samaniya, don haka ba sa kiransa Amma Shi ya fi
kusa da kuma kauna fiye da kaunatacce ga wadanda
ke tunaninSa kuma suna daukarSa kusa da su
ruhaniya**



Dole ne a farka da rai

Daga barcin rauni da kuma sarkakiyar takaici

**Kuma fitowarta zuwa ga duniyar hikima, haske, da
zaman lafiya**

Akwai hanyoyi da dama na yin wannan

Daga cikinsu akwai kamun kai

Abinci mai kyau

Jarumtaka da juriya ga ka'idodi

Yanayin tunani mai dorewa

Da kuma jarumtaka wajen fuskantar kalubale

Kuma don rage sani daga abubuwan da ke janye hankali

Mai da hankali kan kyawawan halaye a hankali

Ya ki a ci shi a cikin gwagwarmayar rayuwa

Domin yarda da shan kaye yana raunana kudurin

mutum

Kunna ikon ruhaniya mara iyaka

Wanda Mahalicci ya bai wa dan adam

Kuma yin tunani game da Allah har sai mutum ya taɓa

gabansa

Mafi daidaiton alamun wanzuwar Allah

Farin cikin ne ke karuwa yayin tunani a kansa

Lokacin da hankali ya 'yanci

Daga son zuciya, son zuciya, da rashin adalci

Kuma lokacin da rashin fahimta ya bace

Idan muka tausaya wa wasu

Muna jin cewa gidajen ibada, a cikin dukkan
bambancinsu

Gidajen Allah ne

Idan muka fahimci cewa rayuwa gwagwarmaya ce kuma
.wajibi ne a yi ta

Kuma a lokaci guda, mafarki mai sauri

Idan muka yi tunanin Allah da kauna

Muna aiki don faranta wa wasu rai

Da kalmomi masu daɗi da kuma hidima marar son kai

Sannan za mu fahimci cewa Allah yana tare da mu

Kuma muna da kusanci da shi sosai

Tsarin Kwaikwayo: Tsakanin Iko da Hankali

Wasu mutane ba su fahimta ba

Akwai bambanci tsakanin karfi da hankali

Wutar lantarki ita ce wuta

Amma sai dai idan an sanya shi a cikin fitila

Ba zai fitar da hasken da za mu iya amfani da shi ba

Wayo ne ke sanya wutar lantarki a cikin kwan fitilar

Ba dukkan karfin yanayi bane zasu iya

Domin yin aiki mai gamsarwa da kansa

Ba tare da hankali da zai shiryar da kuma daidaita su ba

Don haka mun ga cewa masana'antar fasahar hankali ta

sararin samaniya

Yana aiki ta hanyar da aka tsara

Steam yana da ikon motsa abubuwa

Wuta ta mayar da ruwa ya zama tururi

Wadannan karfi biyu ne kawai

Daga ikon yanayi

Amma a cikin yanayinsu na halitta, ba tare da an yi
musu magani ba

Ba su samar da wani muhimmin fa'ida ba
Amma idan aka yi amfani da su da hankali

Kuma ku shirya da su daidai

Suna ba da babban hidima ga ɗan adam

Daga wannan mun fahimta
cewa Duniya da dukkan sararin samaniya

Suna yin tsari mai tsauri

Abin da ke sa rayuwar ɗan adam ta yiwu

Wannan tsarin duniya mai cike da taurari

"Ko kuma "kayan halittar sararin samaniya

Samfurin tunani ne na allahntaka mafi girma

Duniya ba za ta wanzu ba tare da Shi ba

Kuma hankalin ɗan adam mai iyaka ba shi da iko

Domin sanin sirrinsa da sirrinsa

Kira

Ya Hasken Allah

!Kwayoyin halittar da ke ratsa jiki

Kai boyayye ne kuma ba a gani

Hankali ba zai iya gane ka ba

Ko a cikin hasken rana

ɗumi mai launin zinari

Ko kuma a cikin igiyoyin azurfa masu sanyi na wata

Fitilun sama suna bayyana yanayi

Amma ba ya nuna maka

Duniyar da ake gani ta abu

Saboda tsananin hasken wuta

Duhu ne kawai a idanuna

Horar da hankalina don fahimtar boyayyun ɗaukakarka

Bayyananne a cikin dukkan halitta

A cikin yankin kwakwalwa

Kwakwalwar ɗan adam, ciki har da

Daga yanayin kasa da kuma lankwasa

Yana ɗauke da hanyoyin jijiyoyi

Da kuma kogunan jini masu duhu
Karamin sigar kasa ce mai girma
?Shin wannan yanki ne mai ban mamaki
?Shin babu wani mazaunin Allah
?Shin za a iya samun waka ba tare da mawaki ba
?Ko kuma agogon da ba shi da mai yin sa
?Ko kuma fure ba tare da mai zane ba
A'a ba haka bane kwata-kwata
Hakazalika, yankin kwakwalwa
Kyawun da aka boye
An kirƙira shi ta hanyar
Hankali mai ban mamaki da ban mamaki
Ina mamakin wanda ke zaune a wannan babban zauren
Da bangonsa da aka yi da
kyallen kashi masu mannawa
Kuma abubuwan da ke cikinsa masu ban mamaki
?Wanne ya fi kwaikwayon
Domin a farkashin kwanyar akwai wani yanki
Yana cike da biliyoyin kwayoyin halitta
Mai kuzari da hankali
Kuma ana aiki dare da rana
Tare da ayyuka masu wahala da rikitarwa masu matuƙar
wahala
kananan kwayoyin kwakwalwa
Yana aiki ba tare da tsayawa ba
Tare da ayyuka daban-daban
Shirya liyafa
Gwaje-gwajen microscopic
Maraba da baki masu shigowa
Ta hanyar kofofin hankula
Akwai wani abu makamancin saye da sayarwa
Ayyuka masu gudana
Daga sha da magudanar ruwa
Kuma kamar kananan jiragen ruwa
Kwayoyin jini suna motsawa

A tsakiyar hanyoyin jijiyoyin jini
An cika shi da kayan masarufi masu mahimmanci
Nau'o'i da nau'ikan iri daban-daban
Mahaliccin Alheri ya yi wahayi zuwa gare shi
Girman kai yana haifar da makanta ta ruhaniya
Domin yana fitar da ruhi daga
Hangen nesa na faɗaɗawa mai faɗi
Wanda ke zaune a cikin manyan ruhohi
Mutane masu kyau sun fahimci
Ana aro ikonsu
Daga Allah Madaukakin Sarki
Wanda yake son masu tawali'u
Kuma Yana kara musu ilimi, shiriyar, da karfi
Ko mutum ya
ɗan kasuwa mai nasara
Ko kuma ɗan siyasa mai hankali
Ko kuma azzalumi mai kama-karya
ko kuma babban mai gyara
Ikonsa ba komai bane
Idan aka kwatanta da ikon Allah mara iyaka
Tawali'u shine kofar buɗewa
Daga ina ne yalwar rahama take fitowa
Soyayya da tabbatuwa
Ga ruhohi masu kyau
Mai son nagarta
Kuma mai karɓar haske
Da kuma albarka daga sama
Kamar yadda duhu ba zai iya wanzuwa ba
Duk inda haske ke haskakawa
Ga yadda duhun rashin lafiya ya kamata ya shuɗe
Lokacin da hasken Allah ke haskakawa a cikin kwayoyin
jiki
Kadan ne daga cikin waɗanda suka fahimci wannan
gaskiyar
Lokacin da mutane suka ji sha'awar warkarwa sosai

Suna addu'a da zukata masu damuwa
Ko kuma da jin yanke kauna
Tunanin cewa Allah ba zai saurari addu'o'insu ba
Ko kuma suna yin addu'a amma ba sa jira
Domin su san ko addu'o'insu sun isa ga Allah
Kamar yadda ba zai yiwu a saurara ba
Zuwa ga kiɗan da ake watsawa a sararin samaniya
Amfani da na'urar karɓar da ba ta da kyau
Saboda haka, ba za a iya gano girgiza ba
Lafiya, karfi, da hikima da ke zuwa daga Allah
Tare da matsalar kwakwalwa saboda tsoro da damuwa
Duk wani nau'in damuwa, shakku, da rashin tabbas
Bari mu tuna da kai mu gode maka, ya Ubangiji
A cikin talauci da wadata
A cikin rashin lafiya da murmurewa
Cikin duhu da haske
A duk yanayi
Bari mu tuna da godiya da kwanakin jin daɗi
Wanda ka bamu baiwar
Ka taimake mu mu buɗe idanun imani
Bari mu ga haskenka mai albarka
Mai warkar da dukkan cututtuka da rashin lafiya
Za su sake ɗanɗana farin ciki na ciki
Dokar motsi ta dogara ne akan dokar dalili da
sakamako, ko aiki da martani
Mutumin da aka haifa nagari a wannan rayuwar ya
kasance haka a cikin wani yanayi na baya {saboda abin da
hannayensu suka bayar} Kuma idan suka yi koƙari su yi
alheri, ma'aunin alheri zai karu sosai don amfanin su - "Ga
"wanda yake da shi, za a kara masa, kuma zai sami yalwa
Wadanda ke da kyawawan halaye kaɗan za su iya rasa
wannan karamin abu, domin "abin da ba shi ba, za a ɗauke
shi daga gare su," saboda mugun nufi mai karfi da ke kai
.musu hari da mamaye su

Mutumin da ke karkata ga mugunta dole ne ya kasance
yana da wannan mugun hali a rayuwar da ta gabata, kuma
wadannan munanan halaye na iya karuwa kuma su mamaye
su. Wadanda ke da wasu munanan halaye suna kama da
haka a da, kuma idan nagarta ta fi muni, to kyawawan
.halaye za su fitar da munanan halaye daga ransu
Wannan shine aikin halitta na dokar dalili da sakamako
(Karma). Duk da haka, bai kamata mutum ya ji kamar ba shi
da taimako da tarko ba idan mutum yana da halaye marasa
kyau da ake son kawar da su. Yanzu lokaci ne da ya dace
don shawo kan wadannan halaye ta hanyar gina kudurin da
.ya gabata da tunani mai kyau
Mutum zai iya 'yantar da kansa daga kamawar munanan
halaye ya kuma kirkiri halaye nagari a cikin tunani da aiki,
.wanda zai kawo masa sakamakon da ake so
Ko da kuwa munanan halaye sun yi karfi a cikin mutum,
dole ne su tuna cewa su ne suka kirkiri wadannan halaye ta
hanyar maimaita takamaiman tunani da ayyuka, kuma za su
iya maye gurbin wadannan munanan halaye da nagari ta
.hanyar tunani mai kyau da ginawa
Tunani nagari da na mugunta suna bambanta yanayin
sanin dan adam. A dabi'ance, ya fi kyau a yi mafarki mai
dafi fiye da shan wahalar mafarki mai ban tsoro. Sanin abu
ne mai sassauka da kuma tausayi; yana iya daukar yanayin
.da yake so ko kuma ya yi mafarkin mafarkin da ke burge shi
Amma matsalar da ke tattare da mutane ita ce suna
barin duniyar saninsu - bisa ga son rai da zaɓin kansu - ta
kasance karkashin halaye marasa kyau da kuma karkatattun
al'amura da suka samo asali daga halaye na baya. Don haka,
ikon fahimtarsu ya kasance mai gudu da kuma boyewa,
kamar yadda kulawar metaphysical da ke cikin katanga na
.fahimta da fahimta take
Lokacin da wadanda suka bugu da halaye masu cutarwa
suka dandani azaba mai daci ta rayuwa mara kyau, za su
juya zuwa ga hasken fahimta da rayuwa mai adalci don

neman ceto, komai yadda miyagun halayensu suka yi kauri
.kuma suka yi tushe sosai

To, idan suka yi aiki kan haɓaka da kuma kula da
kyawawan halaye ta hanyar yin rayuwa mai jituwa, za su
sake gano farin ciki na ciki kuma su ji daɗin zaman lafiya a
matsayin sakamako na halitta na kamun kai da kuma gina
.kyawawan halaye

Abota ta gaskiya
Ma'anar musayar kuɗi mai kyau
haɗin kai na motsin rai
Yana nufin sa abokai su ji daɗi
A lokacin wahala
Kuma tausaya musu
A cikin baƙin ciki da wahalhalun da suka sha
Kuma na yi musu nasiha
A cikin mawuyacin hali
da taimakon kuɗi
A lokacin da ake buƙata ta gaske
Idan mutum yana da gaskiya ga kansa
kuma aboki mai aminci ga wasu
Zai zama mai cancanta
Don dandana ruwan zumar abota ta allahntaka
Idan wasu suka ji kaunarmu
Wannan kaunar za ta faɗaɗa ta zama kauna mai cike da
komai

Yana gudana a cikin kowace zuciya
Cikin jituwa da bugun rai mai albarka
Rashin isar da motsin rai na abokantaka
Wannan yana nufin yin watsi da dokar faɗaɗa kai
Ta hanyar da fahimtar rai ke faɗaɗawa
Don taɓa kasancewar allahntaka
Lokacin da muka kafa aminci
A cikin zukan wasu waɗanda suka yarda
Kuma muna iya faɗaɗa iyakokin kaunarmu

Don haɗa da manyan sassan al'umma
Sannan za mu iya faɗaɗa fahimtarmu
Kuma kaddamar da shi zuwa ga karshen sanin sararin
samaniya

Abubuwa biyu da kowa ke so ba tare da togiya ba
Mutane sun bambanta a waje da juna a yanayin
tunaninsu da motsin zuciyarsu, a cikin rawar da suke takawa
a rayuwa, a cikin aikin da suke yi, da kuma a cikin sha'awar
da ke motsa su. Amma a farkashin duk waɗannan
bambance-bambancen akwai abubuwa biyu da dukkan
mutane—ba tare da togiya ba—suke so har ma suna jin
.bukatarsu

Waɗannan abubuwa guda biyu su ne 'yanci daga
dukan nau'ikan wahala da fata, da kuma samun farin ciki
mai dorewa ba tare da wani sharafi ba; ko kuma cikakken
gamsuwa wanda ya haɗa da zaman lafiya, kauna, hikima, da
.farin ciki

Mutane ba za su sami kwanciyar hankali ba har sai sun
cimma gamsuwar da zukatansu ke sha'awarta kuma wacce
suke kofari a kanta ta kowace hanya da hanyoyi. Wannan
.muhimmin batu ne wajen fahimtar yanayin ɗan adam
Abin takaici, mutane suna neman gamsuwa a wuraren
da ba su dace ba kuma ba sa samunta
Suna neman sa a duniya da abubuwan duniya a cikin
dukiya da yanayi na waje, kuma a cikin dangantaka ba bisa
ga fahimta mai kyau da tushe mai karfi ba
Saboda haka, ba zai yiwu mutum ya sami farin ciki mai
tsarki daga kowace irin yanayi ko kuma daga kowane mutum
.a wannan duniyar ba, idan aka yi la'akari da yanayin halitta
Halitta ta dogara ne akan ka'idar duality Misali, ba za ku
iya samun hoto a launi ɗaya kawai ba; kuna buƙatar
bambanci ko bambanci. Hakazalika, ba zai yiwu duality su
.bace daga wannan duniyar ba
Idan aka yi la'akari da sha'awar ɗan adam,
kowannenmu yana son abubuwa masu kyau kawai -

abubuwa masu dadi, kyawawa, da kyau - ba tare da
fuskantar barna ba, bacin rai, da sauran abubuwa marasa
.dadi. Amma hakan ba zai yiwu ba

A cikin wannan duniyar tamu ta biyu, babu jin dadi ba
tare da zafi ba, babu haske ba tare da duhu ba, babu alheri
ba tare da mugunta ba, babu rayuwa ba tare da mutuwa ba

Ba za a iya samun gefe daya na tsabar kuɗi ba tare da
ɗayan ba Abin da muke sha'awar zurfafa a ciki ba za a iya
.samunsa a cikin duk abin da duniya za ta iya bayarwa ba

Zabin ya rage ga mutum ɗaya Shin za su ci gaba da
neman abin da suke nema a wurin da bai dace ba kuma su
?fuskanci takaici bayan takaici

Mutane suna nema da dukkan karfinsu da sha'awarsu,
amma ba sa samun abin da suke nema, wanda ke haifar da
takaici da yanke kauna Bugu da kari, yana haifar da karuwar
fushi, wanda hakan ke rikidewa zuwa fushi mai tsanani daga
karshe kuma zuwa ayyukan tashin hankali. Saboda haka,
hanyar bincike mara kyau ba ta haifar da farin ciki da ake so
.ba

Mahalicci Mafi Girma yana mana fatan samun cikakkiyar
farin ciki wanda za a iya samu ne kawai a cikin zurfin rai.
Saboda haka, Allah ya halicci wannan duniya ta yadda babu
wani abu a cikinta da zai gamsar da zuciyar ɗan adam kuma
ya cika burinsa sai dai idan ya juya zuwa ga tushen farin ciki,
.jin dadi, da gamsuwa, wanda kuma shine tushensa

Hakika, mulkin sama yana cikin mutum

Balance a cikin sikelin

Daidaito manufa ce da ta haɗa da la'akari

Abin duniya, na tunani, na motsin rai, da na ruhaniya

A cikin haɗin kai mai jituwa, yana da amfani a yanayi

Yana karfafa tunani mai kirƙira kuma yana karfafa aiki

mai amfani

Kowannenmu yana son samun jiki mai lafiya

Lafiya kuma babu dukkan cikas da nau'ikan rauni

Muna kuma son zukanmu su kasance a faɗaƙe

Kuma cewa motsin zuciyarmu da yadda muke ji suna
aiki a gare mu, ba a kanmu ba
Muna son ya ba da gudummawa wajen inganta
dangantakarmu da wadanda ke kewaye da mu
Mai jituwa da gamsuwa, kamar yadda muke son zama
Mu haɗu da bangaren ruhaniya na rayuwarmu
Lokuta na iya zama da wahala
Akwai matsin lamba da yawa
Tashin hankali yana karuwa
Domin cimma daidaito a irin wadannan yanayi
Ana buƙatar saka hannun jari na kuzari, lokaci, da
hankali
Ba a cimma daidaito ta hanyar tunanin fata ba
Maimakon haka, dole ne a cimma hakan ta hanyar tsari
na gaske da ƙoƙari mai zurfi
Akwai abubuwa da yawa a rayuwarmu da ke buƙatar
daidaito
Da yawa daga cikinsu suna kama da ba su dace da juna
ba
Misali, alhakin da ya rataya a wuyan iyali
Samun abin rayuwa da kuma kula da lafiya
Kuma kiyaye ƙa'idodin adabi da ɗabi'a
Kuma mu'amala da dimbin bayanai masu mahimmanci
Wajibi ga al'umma
Baya ga wasu alkawurra da dama da ke buƙatar
lokacinmu da kuzarinmu
Lokaci ya yi gajere ga dukkanmu
Amma muna buƙatar sauƙaƙa rayuwarmu don rage
matsalolinmu
Nawa lokaci mai tamani ake batarwa wajen neman abin
?duniya
Muna ɗaukarsa a matsayin mafi kyau saboda sabo ne
kuma ba makawa
Amma wannan sha'awa tana da farashi, wanda Buddha
ya bayyana ta hanyar cewa

Duk wanda ke son mallakar shanu dole ne ya kula da"

"su

Idan muka yi nazarin rayuwarmu, za mu ga cewa muna

damuwa da "tsana" da yawa

Wanda kafofin watsa labarai da tallace-tallace suka

shawo kanmu game da shi

Yana da mahimmanci don jin dadinmu da farin cikinmu

Abin mamaki, abin da ake kira sabbin kirkire-kirkire

masu ceton lokaci

An yi wa mutumin zamani sata

Abin da ya saba jin dadinsa dangane da lokacin hutu

Domin daidaita abubuwan da suka saba wa juna a

rayuwarmu

Muna buƙatar wurin da za a iya dogara da shi

Ba ya canzawa da lokaci, wuri, ko yanayi

Yayin da rayuwa ke kara rikitarwa, haka nan muke

bukatar fahimta

Cewa tushen kawai da za a iya rikewa da dogaro da shi

Shi ne Allah Maƙaukakin Sarki, wanda ke kwance a

bayan rayuwa a cikin dukkan abubuwan da ke faruwa da

.kuma bayyanannun abubuwan da ke faruwa a cikinta

Jirgin ceto ne a tsakiyar teku mai cike da hayaniya da

rudani na rayuwa

Mafaka mai aminci daga kunci na rayuwa da koma-baya

mai raɗaɗi

Mutane suna amincewa da kansu

Fiye da amincinsu ga Allah

Duk da cewa sun san tabbas

A karshe suka

Ba za su iya numfashi ba

Ko tafiya ko motsi

Ba tare da ikon Allah da kuma ikonsa kai tsaye ba

An adana shi a cikin kwakwalwa, zuciya, da kwayoyin jiki

Domin sun saba da dogaro da abinci

iska da hasken rana
Sun yi imani da cewa wadannan abubuwan waje
Tana tallafa musu kuma tana ba su rai
Amma wannan tunanin mafarki ne a yi shi ta wannan
hanyar

Domin mutum ya dogara kai tsaye akan karfi daya
Wannan ikon Allah ne
Domin kuwa Allah shine Mafi girma kuma Mafi girma
Kuma mafi girman da ke wanzuwa
Mutane sun tsorata da tsoronsa
Ko da yake ruhin soyayya ne, tausayi, jinkai, da kuma
zaman lafiya
Ba na son in cusa wa mutane wuta mai zafi da zafi a
.zukatansu
Domin kuwa Allah shine mafi kusancin so ga zuciya da
ruhi

Shi ne kyakkyawan wanda kyawunsa ba za a iya
kwatanta shi da komai ba
Idan muka yi tunani a kan hakan ta wannan hanyar
Za mu ji kusanci da Shi kuma Shi ma yana kusa da mu
Kuma idan muka yi kokari mu kai ga hakan da gaske
Zai buɗe mana hannuwansa da rahama da tausayi
Kuma idan muka roke shi da dukkan zuciyarmu
Mun ji kara sha'awarsa
Zai zo gare mu
Hakika

-

Ta hanyoyi marasa adadi
Manhaja tana nuna mana
Allah ne dalilin wannan rayuwa da kuma dalilinta
Amma ainihin shaidar wanzuwar Allah

Ba za a iya isa ba
Ta hanyar cire hankali kawai
Idan muna son samun Allah
- Wanne ne kawai dalilin wanzuwarmu -

Dole ne mu wuce fiye da haka
Tsarin tunani na yau da kullun
Domin kuwa Allah ya fi karfin fahimtar ma'anar hankali
Ba za a iya fahimtar ainihinsa ba
Kullum kuma har abada ina cikin damuwa da tunanina
Da sha'awar abin duniya
Inda yake ta faman jin daɗi da radadi
Yana shan azaba da motsin rai masu rikitarwa
Idan muna son isa ga wani matsayi mai girma
Daga mafi girman sani da fahimta
Ya zama dole a janye tunanin
Daga cikin ayyukansa masu cike da hauka da tashin
hankali
Ta hanyar mai da hankali kan tunani da kuma yin
bimbini a kan Allah
Da zarar guguwar tunani ta lafa
Domin samun nutsuwa mai daɗi da albarka ya sauka a
kan rai
Sai almajirin ya ji natsuwa da tabbas
A waje da iyakokin kwarewar yau da kullun
Yayin da aka buɗe fahimtarsa kuma ikonsa na ruhaniya
ya farka
Yana fahimtarsa kai tsaye
Ba tare da ma'anoni ba
Kasancewar Allah mai albarka
Sau da yawa ba mu ganin abubuwan da suka fi kusa da
mu ba
Muna wucewa ta taska mai daraja ba tare da tsayawa
ba
Kuma muna ci gaba da bin diddigin tunaninmu
Ko kuma mu yi kokarin kama bakan gizo
Muna neman tsaro a cikin duhu
Ko da yake rayukanmu suna sha'awar haske da gaske
Muna shan mafarkai da ba sa kashe kishirwarmu
Yayin da rayukanmu ke sha'awar gaskiyar karshe

Muna bin wani irin kawanya wanda ma babu shi
A kokarin samun hutu a inuwarta
Daga zafin rayuwa da kuma lokacin bazara mai zafi
Lokacin da muke da gaske sha'awa
Wurin zaman lafiya da jituwa
boye a cikin rayukanmu
Bambancin da ba ya jituwa
Wanda duniya ke cike da shi
Abin da ke jarabtar mu kuma yana jan hankalin mu
Domin mu mai da hankali kan abubuwan duniya
Inuwa ce kawai mai haske
Ga taska mai wuya da ke karya
A cikin ma'adanai na karkashin kasa
Dole ne mu yi aiki don kwantar da hankalin da ke cikin
damuwa
Kullum neman kayan duniya
Kuma yana jagorantar hanyarsa zuwa ciki
Dole ne mu daidaita tunaninmu da sha'awarmu
Tare da isassun bayanai na warkarwa
An samo shi a cikin zurfin kai
Sannan za mu ga jituwa
A rayuwarmu da kuma a cikin dabi'a
Idan muka daidaita fatanmu da tsammaninmu
Tare da jituwa ta asali a cikinmu
Za mu yi tafiya lafiya a cikin teku na rayuwa
Ba tare da tsoron nutsewa ba
Domin kuwa mu masu biyayya ne
Zai zama rigar ceto
Kuma da imani da Allah da kuma kwadayin rahamarsa
Za mu tashi sama a cikin yanayi na zaman lafiya
Wasu na iya mamaki
"Muddin muna da 'yancin zaɓe"
?To me yasa sakamakon ya saba wa tsammaninmu
:Amsar ita ce kamar haka
Mutum ya raunana nufinsa

Ya rasa ilimin ikon ruhaniya
yana nan a cikin fahimtarsa
Amma idan ya yi aiki kan karfafa nufinsa
Ta hanyar yin kamun kai
Kuma yana tunanin hasken allahntaka a cikinsa
Wasiyyarsa ta 'yantu
Kuma idan wasiyyarsa ta 'yantu
Ya zama shugaban kaddararsa
Amma idan ya ga yana da rai
Ta hanyar da lamirinsa bai yarda da shi ba
Ba zai 'yantu ba kuma ba zai iya hawa ba
A kan tsani na ci gaba
Dole ne mu batar da lokaci
Don yin wadannan abubuwan
Wanda ke taimakawa wajen farin cikinmu
Kuma yana kawo mana amfani da kuma alheri
Babu wanda zai iya dakatar da tattakinmu
Muddin kudurinmu ya ci gaba da tabbata
Ci gaba
Mutum yana iyakance kansa
A cikin wani karamin daki
Daga sararin samaniya mai iyaka
kananan ra'ayoyi
sauyin yanayi
halaye marasa kyau
Shi ya sa dole ne ya horar da kansa
Don zama mafi sassauci, budewa, da kuma yarda
Dole ne mu yi aiki don kiyaye sha'awarmu a karkashin

iko

Kuma horar da nufinmu a kan hanya madaidaiciya
Ta hanyar yin mafi kyawun abubuwa a rayuwa
Kuma ya kamata mu yi tunani sosai game da Allah
Muna yada ruhun soyayya, zaman lafiya, da 'yan'uwanci
A kowace kusurwa ta wannan duniyar
Wadanda ke da tunani mai kyau

Jagora Paramhansa Yogananda

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

Tunda mun zo wannan duniyar daga wani tushe da ba a sani ba, abu ne na halitta a gare mu mu yi mamakin asalin rayuwa da manufarta. Muna ji kuma muna karantawa game da Mahaliccin wannan duniyar, amma ba mu san yadda za mu isa gare Shi ba. Abin da muka sani shi ne cewa dukkan sararin samaniya yana shelar wanzuwar basirarsa ta Allahntaka. Kamar yadda kananan sassa na agogo ke sa mu yaba wa mai yin agogo, kuma kamar yadda manyan injunan masana'antu masu rikitarwa ke ba mu mamaki da kuma karfafa sha'awar mai kirkira su, haka nan ma idan muka ga abubuwan al'ajabi na yanayi, muna mamakin basirar da ke bayansu, kuma muna tambaya:

"Wa ya ba furen siffarsa mai haske da hasken rana?"

Daga ina kamshinsa da kyawunsa suka fito?

Kuma ta yaya aka samar da furanninta da irin wannan daidaito mai kyau kuma aka rina su da launuka masu ban mamaki da farin ciki?

Da dare, taurari da wata, suna yadda haske mai launin azurfa a kewaye da mu, suna karfafa mu mu yi tunani game da sanin da ke jagorantar wadannan halittun sama a cikin sararin samaniya mai zurfi

Hasken lankwasa na cikakken wata bai isa ga ayyukan yau da kullun ba, don haka tunani mai hikima da hakuri yana karfafa mu mu huta da dare Sannan rana ta fito, kuma haskenta mai haske yana ba mu damar ganin duniyar da ke kewaye da mu cikin

haske da natsuwa, yana ba mu damar d'aukar ayyukan da ke gabanmu.

Akwai hanyoyi guda biyu don biyan bukatunmu: na zahiri da na ruhaniya. Idan lafiyarmu ta tabarbare, misali, za mu iya zuwa wurin likita don neman magani. Amma lokaci yana zuwa da babu likita ko wani da zai iya taimakawa, kuma muka juya zuwa hanya ta biyu: zuwa ga ikon ruhaniya wanda ya halicci jikinmu, hankalinmu, da ruhinnu. Ikon jiki yana da iyaka, kuma idan ya gaza, muna juyawa zuwa ga ikon allahntaka mara iyaka. Wannan kuma ya shafi bukatunmu na kudi. Lokacin da muka yi iya kokarinmu amma har yanzu ba mu sami isasshen ba, muna juyawa zuwa ga wannan ikon.

Kowa yana tunanin matsalolinsa sune mafi muni Wasu suna jin matsin lamba fiye da wasu saboda juriyarsu ba ta da karfi Ganin bambance-bambancen karfin tunanin mutane, suna kashe kuzari daban-daban Idan mutum ya fuskanci matsala mai matuƙar wahala kuma hankalinsa yana da rauni, ba zai iya shawo kanta ba Waɗanda ke da karfin tunani za su iya shawo kan matsalolinsu ta hanyar rushe shinge da girgiza tushensu Duk da haka, har ma da mutanen da suka fi karfi a wasu lokutan suna fuskantar gazawa Lokacin da muke fuskantar matsaloli da matsaloli da yawa na kayan duniya, ilimi, da ruhaniya, mun fahimci yadda ikon rayuwa ke da iyaka a cikin wannan duniyar ta zahiri.

Bai kamata kokarinmu ya zama na musamman don cimma lafiya mai kyau da tsaron kudi ba, har ma don neman ma'anar rayuwa Menene manufar rayuwa? Lokacin da matsaloli suka mamaye mu, da farko mukan juya zuwa ga muhallinmu, muna kokarin yin

duk wani gyara na zahiri da muka yi imani zai samar da sauki. Amma idan muka kai ga karshen rayuwa muka ce, "Duk kokarina ya gaza; me kuma zan iya yi?" mukan fara la'akari da gaske don nemo mafita mai tasiri ga matsalarmu. Kuma lokacin da tunaninmu ya yi zurfi sosai, za mu sami amsar a cikin kanmu. Wannan, a cikin kansa, nau'i ne na addu'ar da aka amsa.

Addu'a: Bukatar ruhaniya

Addu'a bukatu ce ta ruhaniya Allah bai hali ce mu a matsayin masu bara ba, domin ya hali ce mu cikin siffarsa Littattafai Masu Tsarki sun bayyana wannan Mabaraci wanda ya je gidan mai arziki ya roki sadaka yana karɓar rabon mabaraci Amma ɗa zai iya samun komai daga mahaifinsa mai arziki. Saboda haka, bai kamata mu yi kamar masu bara ba.

Wasu mutane suna da komai kuma an haife su cikin jin daɗi da jin daɗi, yayin da wasu kuma suna jawo matsala da gazawa Ina siffar Allah take a cikinsu? Ikon ruhun allahntaka yana zaune a cikin kowannenmu Amma ta yaya za mu iya haɓaka wannan ikon? Watakila kun ji karaya a baya saboda ba a amsa addu'o'inku ba, amma kada ku rasa bege da imani Don sanin ko addu'o'inku suna da tasiri ko a'a, dole ne ku sami imani na asali game da ikon addu'a a cikin zuciyarku.

Watakila addu'o'in wasu mutane ba a amsa su ba saboda sun zaɓi yin roko Haka nan, dole ne mutum ya san abin da zai roki Allah. Za ka iya yin addu'a da dukkan zuciyarka da dukkan karfinka don mallakar kasa da duk abin da ke cikinta, amma ba za a karɓi addu'o'inka ba saboda duk addu'o'in da suka shafi rayuwa ta zahiri suna da iyaka, kuma lallai, ya kamata

a iyakance su. Amma akwai hanyar da ta dace ta yin addu'a. Ana cewa kyanwa tana da rai tara. Amma matsaloli suna da rai casa'in da tara! Dole ne ka sami hanya mai inganci don kawar da "matsalolin" Sirrin addu'a mai tasiri yana cikin canza matsayin mutum daga na maroki zuwa na wani mai hakki. Lokacin da ka roki Allah wani abu na wannan yanayin ruhaniya, addu'arka za ta mallaki iko da hikima.

Tushen nasara yana cikin karfin zuciya

Yawancin mutane suna jin tsoro da damuwa sosai lokacin da suke kokarin cimma wani abu mai matuƙar muhimmanci a gare su Yin aiki da damuwa da tsoro ba ya jawo hankalin ikon allahntaka, amma amfani da karfin niyya cikin natsuwa da dorewa yana girgiza karfin sararin samaniya kuma yana kawo martani daga Maɗaukaki mara iyaka Tushen nasara ga duk abin da kake niyyar cimmawa yana cikin nufinka Wasiyya wadda matsaloli suka karya ta kuma suka murkushe ta na ɗan lokaci. Amma mutumin da ya dage kuma ya kuduri aniyar cewa, "Jikina zai iya tsagewa, amma kan nufina zai kasance a sama kuma an motsa shi ta hanyar kuduri," yana nuna mafi girman karfin niyya.

Karfin zuciya da kuma yadda ya dace su ne abin da ke daga darajar mutum. Idan mutum ya bar amfani da karfin zuciya, sai ya zama mutum na yau da kullun, wanda ba shi da tasiri a cikin abubuwan da ke faruwa. Mutane da yawa suna cewa bai kamata mu yi amfani da karfin zuciyarmu don canza yanayi ba, saboda tsoron hana shirin Allah. Amma me ya sa Allah ya ba mu karfin zuciya idan bai so mu yi amfani da shi ba? Na taɓa haɗuwa da wani mutum mai taurin kai wanda ya ce bai yarda da amfani da karfin zuciya ba saboda

yana ciyar da kai. Na amsa, "Kana amfani da karfin zuciya a yanzu, kuma da karfi, don tsayayya da ni. Kana amfani da shi don yin magana, tsayawa, tafiya, cin abinci, zuwa sinima, har ma da barci. Kana son duk abin da kake yi. Ba tare da karfin zuciya ba, za ka zama robot." Wajibi ne mutum ya daidaita nufinsa, wanda sha'awa ke iko da shi, tare da nufin Allah. Saboda haka, idan aka yi addu'ar da ta dace akai-akai, sai ya zama karfin zuciya a cikin kansa.

Dole ne ka yi imani da yiwuwar samun abin da kake addu'a a kai. Idan ka yi addu'a don mallakar gida, kuma a lokaci guda zuciya ta ce, "Ta yaya za ka iya samun gida, wawa?" kana raunana nufinka da irin wannan tunani. Lokacin da ka kawar da kalmar "Ba zan iya ba" daga zuciya, za ka sami iko mafi girma. Tabbas, gidaje ba sa faɗuwa daga sama, kuma don samun gida, dole ne ka yi amfani da karfin hali da daukar mata kai masu amfani don cimma burinka. Lokacin da ka dage kuma ka ki yarda da gazawa, za ka iya bayyana abin da kake burin yi. Kuma idan ka ci gaba da amfani da wannan karfin hali ta hanyar tunaninka da ayyukanka, sha'awarka za ta cika, kuma duk abin da kake sha'awa da sha'awa zai zo maka. Lokacin da ka ci gaba da kokari da kuduri da juriya, sakamakon da ake so zai bayyana ta wata hanya, ko da abin da kake so ba ya wanzu a wannan duniyar. A cikin irin wannan karfin hali, amsar Allah ce, domin alheri yana zuwa daga Allah. Nufin juriya nufin Allah ne.

Kone tsaban tunani mara kyau

Rauni nufin mutum ne mai rauni. Lokacin da gwaji da gazawa suka ratsa shi suka kuma wargaza shi, ya rasa alakarsa da Mai Samar da Karfi mara iyaka.

Amma a bayan nufin ɗan adam akwai nufin Allah, wanda bai san karaya ko shan kashi ba. Ko da mutuwa, cikin dukkan karfinta, ba za ta iya karya ko hana nufin Allah ba. Tabbas Allah zai amsa wannan addu'ar da nufin kuduri da juriya suka jagoranta.

Yawancin mutane suna da kasala da kasala, ko dai a zahiri, a hankali, ko kuma duka biyun. Suna son yin bimbini amma suna tunanin barci kawai. Da zarar barci ya same su, sai su yi barci mai zurfi, kuma wannan shine karshen addu'ar! A cikin wannan yanayi, ana binne karfin nufin. Kwakwalwar talakawa tana cike da tsaban "Ba zan iya ba". An haife su cikin iyali mai wasu halaye da halaye, waɗannan suna rinjayar su, suna gamsuwa da cewa ba za su iya yin hakan ba ko kuma cewa dole ne a kone waɗannan tsaba masu cutarwa kuma a kawar da tasirinsu daga sani. Kuna da ikon cimma duk abin da kuke so. Ikon yana cikin zuciyar nufin ku.

Waɗanda ke son haɓaka karfin hali suna buƙatar kyakkyawar alaƙa Idan kana son zama kwararren masanin lissafi kuma abokan karatunka ba sa son lissafi, babu shakka sha'awarka za ta ragu. Amma idan ka yi hulɗa da kwararrun masana lissafi, karfin zuciyarka zai karu, kuma za ka iya cewa, "Idan wasu za su iya yin nasara, ni ma zan iya."

Kada ka yi gaggawar yin manyan abubuwa don kawai ka gina karfin zuciyarka. Domin samun nasara, dole ne ka fara gwada karfin zuciyarka da kananan abubuwan da ka yi tunanin ba za ka iya yi ba. Idan ka yi ƙoƙari, nasara za ta biyo baya.

Har yanzu ina tuna duk burin da abokaina da wasu suka gaya min cewa ban taɓa cimmawa ba, duk da haka na yi. Waɗannan mutane masu kyakkyawar

niyya na iya haifar da babbar illa da ra'ayoyinsu. Allah ya kare mu daga gare su da kuma shawarwarinsu. Abota tana da tasiri mafi girma akan karfin niyya. Zuwa rawa da barasa da kiɗa mai karfi, maimakon yin bimbini a cikin mafakar shiru, tana gurbata hankali da kurar girgizar duniya mai kauri har yana da wuya a kawar da su. Karfin niyya na mutum ba makawa yana karfafawa ko raunana ta hanyar tasirin abokansa. Habaka karfin niyya ta hanyar kokarin kai kaɗai yana da matuƙar wahala. Kuna buƙatar kyakkyawan misali don yin koyi da shi. Idan kuna son zama mai zane, ku zauna kewaye da kyawawan zane-zane kuma ku ci gaba da haɗin gwiwa da masu zane. Idan kuna son zama mutum mai ruhaniya, ku ci gaba da haɗin gwiwa da mutanen ruhaniya masu kyawawan halaye.

Akwai babban bambanci tsakanin imani da gogewa Imani yana fitowa ne daga abubuwan da ka ji ko ka karanta game da su kuma ka yarda da su a matsayin gaskiya ta asali. Kwarewa, a gefe guda, ita ce abin da ka shaida da kanka kuma ka fahimta da gaske. Tabbacin waɗanda suka fuskanci Allah ba shi da tabbas. Idan ba ka taɓa ɗanɗana lemu ba, za a iya ruɗe ka game da halayensa. Amma idan ka taɓa cin lemu a da, ba za a iya ruɗe ka ba, domin ka ɗanɗana 'ya'yan itacen kuma ka san shi sosai.

Ka nemi rakiyar waɗanda ke karfafa imaninka

Ra'ayoyi game da Allah, nasara, warkarwa, da sauransu, duk suna cikin zuciyarka kamar maganin tunani Gwada su Don gwada ra'ayoyinka, dole ne ka yi amfani da ikonka don ka rayar da su. Don haɓaka karfin nufin da ake buƙata, dole ne ka yi hulɗa da mutanen da ke da karfin zuciya. Idan kana son warkarwa ta hanyar nufin Allah, ka nemi ra'ayin

wadanda ke karfafa imaninka kuma su karfafa nufinka.

Na yi yawo a fadin Indiya ina neman sanin Allah na gaskiya, amma ba kasafai suke ba. Kowanne malami da na haɗu da shi yana raba imaninsa na kashin kansa. Amma a al'amuran ruhaniya, na kuduri aniyar kada in gamsu da kalmomi kawai game da Allah. Ina so in dandana Shi kuma in ji kasancewarSa. Abin da aka gaya mini ba shi da ma'ana sai dai idan na fahimci hakan ta hanyar gogewa ta kaina.

Wata rana, ina magana da wani abokina game da waliyyai na Indiya Abokina dillali ne, kuma bai nuna sha'awata ba, sai ya ce, "Duk wadanda kuke kira waliyyai a zahiri mayaudara ne wadanda ba su san Allah ba." Ban yi jayayya da shi ba, amma na canza batun, kuma muka fara magana game da sana'ar dillali Bayan ya gaya mini abubuwa da yawa game da shi, na ce a hankali, "Shin kun san cewa babu dillali ɗaya mai aminci a Calcutta, kuma duk makaryata ne?" Ya fusata ya amsa cikin fushi, "Me kuka sani game da dillalai?" Na amsa, "Wannan shine ainihin abin da nake nufi Kuma me kuka sani game da waliyyai?" Ya kasa magana. Na ci gaba da nutsuwa da kirki, "Ban san komai game da dillali ba, kuma ba ku san komai game da waliyyai ba"

Aikin addini ya kai wani matsayi inda mutane da yawa ba za su iya fassara ra'ayoyinsu na ruhaniya zuwa gogewa ta rayuwa ba Ina magana a nan daga gogewa ta kaina Ba na son yin magana kawai game da abubuwan da na sani a hankali Yawancin mutane suna karanta littattafai kaɗan game da gaskiya kuma suna dogaro da kansu ba tare da yin kokarin da ake bukata don fahimtar gaskiyar da ke bayan kalmomin

ba. Furucin banza da furta gaskiya ta ruhaniya ba su da amfani a gare mu kuma ba su bar wani kyakkyawan ra'ayi ba. Dole ne mu bambanta tsakanin wa'azin mutum da labarin rayuwarsa. Duk wanda ke son koyar da wasu dole ne ya fara nuna cewa ya fuskanci abin da yake koya kuma ya fahimci abin da yake fada a zahiri.

(Kuma na ga mutum ba komai ba ne illa sakamakon kokarinsa)

Duk wanda ya yi kokari sosai, ya fi cancanta da daukaka

Da babban buri, ya hau kan tudu

Wanda ke da babban buri shi ne mafi bayyane

Wadanda ke son ci gaba ba sa bata lokaci

Kuma wanda yake son ya makara bai fito fili ba

Salam alaikum barka da warhaka

Kuduri da ruhin kerawa

Idan muka kalli abubuwan da ba a iya kirgawa ba na wannan duniyar, da kuma tarin bil'adama da ke gudu a kan matakan rayuwa, sai mu cika da mamaki, mu kuma tambayi kanmu game da sirrin da ke bayan wannan abin mamaki. Menene babban burin tafiyarmu? Kuma menene hanya mafi kyau ta isa gare ta?

Yawancinmu muna tafiya ba tare da manufa ba, ba tare da manufa ko alkibla ba, kamar ababen hawa da ke tafiya zuwa ga babu komai Yayin da muke tafiya cikin rashin kulawa da rashin kulawa ta hanyar rayuwa, ba mu fahimci manufar tafiyarmu ba. Ba

kasafai muke lura ko muna tafiya a kan hanyoyi masu lankwasa waɗanda ba sa kaiwa ko'ina, ko kuma hanya madaidaiciya da ke kaiwa kai tsaye zuwa inda muke so. Kuma ta yaya za mu iya samun manufarmu idan ba mu taɓa yin la'akari da ita ba?

Yawancin mutane—duk da ba su san manufar rayuwa ba—suna da isasshen himma don fayyace da kuma cimma burinsu da kuma mu'amala da muhallinsu da yanayinsu yadda ya kamata. Kuma menene himma? Iko ne na kirkira, walkeyar Mahallicci mara iyaka da ke cikin kowannenmu.

Hankalin mutane da yawa kamar injinan dawaki ɗaya ne! Duk da babban karfin da ke cikin kowace zuciyar ɗan adam, kaɗan ne ke amfani da wannan ikon da ba a taɓa amfani da shi ba. Bukatun mutane yawanci suna da iyaka kuma suna iyakance ga bukatun rayuwa kamar cin abinci, aiki, nishaɗi, barci, da makamantansu.

Masana ilimin halayyar ɗan adam sun ce akwai babban bambanci tsakanin mutane da dabbobi: daga cikin dukkan halittu, mutane ne kawai ke dariya (watakila banda birai da kuraye masu gunaguni). Dariya tana da amfani, kuma idan mutum bai yi amfani da wannan baiwar ba, zai rasa ɗaya daga cikin muhimman fannoni na ci gaban ɗan adam. Bai kamata mu zama kamar waɗanda ke kallon rayuwa da hangen nesa mai tsauri, ba tare da dariya ko murmushi ba, kuma sakamakon haka, ba sa jin daɗin rayuwa da gaske.

Baya ga ikon ɗan adam na musamman na dariya, mutane suna da wata baiwa ta musamman: ɗaya daga cikin mafi girma duka, ikon kirkira ko kirkira Menene wannan ikon da ba a iya fahimta ba? Yamma

ita ce kasar kirkire-kirkire ta kimiyya mai amfani, masana'antu, da kuma amfani. Gabas ita ce kasar wayewa da kerawa ta ruhaniya. Saboda haka, ruhin himma shine ikon kirkira—yin wani abu da babu wanda ya taɓa yi a da, ta hanyoyi masu kirkira.

Ruhin kerawa shine ikon kirkira wanda aka samo daga Mahalicci

Me mutane suka yi da wannan baiwa mai tsarki? Mutane nawa ne suka yi kokarin amfani da karfinsu na kirkira? Makonni, watanni, da shekaru sun shufe kuma suna ci gaba da shufewa, kuma ba su canzawa, suna canzawa ne kawai ta hanyar shekaru Mutum mai kirkire-kirkire yana haskakawa kamar wani babban tauraro mai haske yana shawagi a sararin samaniya, yana kirkirar wani abu daga babu komai kuma yana sa abin da ba zai yiwu ba ya yiwu ta hanyar ikon kirkira na ruhu mafi girma.

Akwai nau'ikan masu kirkira guda uku:

Akwai nau'ikan da suka fi fice, masu ban mamaki, da kuma na musamman; matsakaicin rukuni; da kuma nau'ikan yau da kullun Kuma akwai daruruwa da dubbai waɗanda za a iya rarraba su a matsayin babu komai

Yi wa kanka wannan tambayar: "Shin na taɓa kokarin yin wani abu da babu wanda ya taɓa yi a da?"

Wannan shine wurin farawa wajen kunna ruhin himma da kuma fitar da kerawa a boye

Kada ku zama kamar waɗanda suka yi imani ba za su iya yin abubuwa daban da na yau da kullun ba. Suna kama da masu tafiya a kan barci. Shawarwarin

da suka samu daga tunaninsu sun tabbatar musu cewa dukkansu iri ɗaya ne.

Lokaci ya yi da mutum zai farka daga yanayin jahilcinsa da mamakinsa ya kuma tabbatar wa kansa cewa yana da mafi kyawun baiwar ɗan adam: ruhin kerawa

Kowanne ɗan adam yana da wani irin karfin da ba a taɓa gani ba, wanda ke ba shi damar kirkirar wani abu da ba a taɓa gani ba. Abin takaici, mutane sau da yawa suna karkashin tasirin maganadisu na muhallinsu kuma ba sa yin kokari don su 'yantu daga karfinsa. Idan wani ya ce, "Babu amfanin kokari, an riga an yi shi," suna barin kansu su faɗa cikin wani yanayi na duniya wanda ba shi da karfin zuciya kuma yana hana buri. Wannan shine dalilin da ya sa mutane da yawa suka kasa a rayuwa.

Wannan kuma ya shafi ɓangaren ruhaniya Akwai mutane da yawa waɗanda ba sa canzawa a tsawon rayuwarsu Duk da rashin gamsuwarsu saboda karancin hankalinsu da karancin gogewa, suna tsoron tunani daban da yadda aka rene su Dole ne mutum ya daidaita kansa da jarabawar rayuwa bisa ga umarnin lamirinsa da kuma motsin zuciyarsa, kuma kada ya yi aiki a makance ba tare da fahimta ba

Malamina mai daraja, Sri Yuktswarji, ya gaya mini:

"Idan da gaske ka yi imani da Allah kuma kana son wani abu, Allah zai baka wannan abu koda kuwa babu shi a duniya."

Ina da wannan imani mara misaltuwa ga Allah da kuma nufina, kuma koyaushe ina ganin ana kirkirar

sabbin damammaki a gare ni don samun abubuwan da nake so

Ikon kirkira a cikin ɗan adam ya kasance a kwance, ba a ci gaba da amfani da shi ba. Wannan iko yana da asali kuma yana cikin kowane ɗan adam ba tare da togiya ba, duk da haka mutane sun kasa amfani da shi. To, ta yaya za a iya farkar da wannan ruhun kirkira?

Idan har yanzu ba ka ci gaba da haɓaka dabarun tunani na kirkire-kirkire don kirkirar hanyarka ba, za ka iya kokarin inganta wani abu da wani ya yi a baya. Kokarin inganta sabbin abubuwan da wasu suka yi shi ne hanyar da aka fi amfani da ita.

Nau'i na biyu ko na tsakiya na ruhun kirkire-kirkire yana cikin waɗanda suka tsara ko suka kirkiro sabbin abubuwa, amma ba tare da wani muhimmin mahimmanci ba

Ingancin ruhun kirkire-kirkire mai ban mamaki shine abin da ke bawa mai shi damar tsayawa a gaban duniya cikin haske mai haske, kamar manyan mutane waɗanda suka samar da sabbin abubuwa masu amfani ga duniya, abubuwan da babu wanda ya taɓa yi a da. Waɗannan kwararrun masu hazaka suna da ruhun kirkire-kirkire mara iyaka, wanda aka tallafa masa da niyyar da ba ta mikewa don cimma burinsu. Shin Allah ya fifita waɗannan manyan mutane, yana ba su irin wannan girma ta musamman? Shin nufin Allah ne ya zaɓe su don su sami irin wannan ɗaukaka fiye da sauran? Hakika ba haka ba ne kawai suka yi amfani da baiwar kirkirar su don bayyana girma da ɗaukakar da ke gadon kowane ɗan adam, domin an yi su cikin siffar Allah, tushen dukkan kirkira da kirkire-kirkire.

Wadanda ke burin daukaka kansu ba su da girma da gaske. Suna cike da girman kai, girman kai, da girman kai, ba sa samun goyon baya daga Allah. Wadanda ke son bayarwa, wadanda ke karfafa wasu su saki karfinsu, su habaka iyawarsu, kuma su gina kwarin gwiwa su ne manyan mutane.

Yawancin wadanda suka zama manya an shiryyar da su ba tare da saninsu ba: suna da dandanon girma wanda ya zama ginshikin da suka gina ginin rayuwarsu a kai, suka zama na musamman kuma suka yi fice ta hanya mai ban mamaki a fannin kerawa.

Idan kana da ingancin girma, yana nufin cewa ikon tunani ya jagorance ka ba tare da saninka ba, wanda ikonsa ya ba ka damar habaka kuzarin kirkira ta hanyar buɗe hanyoyin boye a cikin ranka da haɗa su da cikakken sani, tushen dukkan asali da kerawa.

Ana iya samun girma, ma'ana ana iya noma shi ta hanyar habaka baiwar mutum da kuma hanzarta ci gabansa Akwai hanyar da mutum zai iya zama babba ta hanyar samun wannan iko mai ban mamaki, mai ban mamaki Ta hanyar yin aiki da hikima da kuma ta hanyar horo mai kyau, mutum zai iya habaka ruhun kerawa da kuma fitar da damarsa. Wadanda suka daɗe suna kokari su ne wadanda yanzu suke jin daɗin cimma burinsu da kuma cika burinsu. Dole ne a tono karfin da ke cikin kasa, kuma dole ne a yi aiki tukuru don shawo kan abin da ya zama mai wahala da rashin nasara.

Dole ne mutum mai burin zama mai himma ya kasance a shirye don jure wa mummunan ra'ayoyi da sukar da duniya ke yi masa domin cimma nasara a kowane fanni, ko na zahiri ko na ilimi. Dole ne kuma mutum ya yi taka tsantsan da ra'ayoyin da ke karya

gwiwa na waɗanda ke da karancin hangen nesa idan mutum yana son zama na asali, mai kirkira, kuma mai kirkira, kuma mai kirkira, kuma idan mutum yana son yin tunani da magana daban, ko da ɗan lokaci sha'awarsa dole ne ta kasance mai karfi, ba ta taba barin gundura ko rashin kulawa ta shiga cikin yankinsa ba.

Waɗanda ke da ruhin kirkire-kirkire mai ban mamaki suna haɗiye duk wata matsala, matsaloli da cikas, suna imani da cewa suna da gaskiya a ciki.

Da gaskiya da juriya marasa misaltuwa waɗanda ke adawa da karkacewa da ja da baya, ci gaba da albarkar Allah, da sanin cewa ikon kirkira mara iyaka zai riƙe hannunka ya tallafa maka a hanya.

Da farko, dole ne mutum ya taba ikon da ba shi da iyaka a sani. Wannan iko mai albarka shine tushen dukkan kerawa da kirkire-kirkire Da zarar wannan ya faru, tunanin da ke da hankali da kuma tunanin da ba shi da hankali za su cika da iko da nufinsa.

Shekaru da yawa ina jin tsoron rasa ruhin kirkire-kirkire da na gina a cikin kaina a karkashin mawuyacin yanayi da gwaje-gwaje masu wahala. Amma yanzu na fahimci cewa babbar doka mara iyaka tana cikin raina. Wannan doka mai tsarki ita ce tushen dukkan kimiyya, fasaha, da ilimi. Kuma idan na sami goyon bayan Allah, ba zai yiwu in kasa ba.

Idan kana son kirkirar wani abu mai ban mamaki da ban mamaki, zauna a hankali ka yi tunani sosai har sai ka ji wannan ikon kirkira mara iyaka yana zaune a cikinka. Yi kokarin yin wani sabon abu. Amma koyaushe ka tabbata cewa kokarinka yana samun goyon baya daga babban bangaren kerawa da ke

akwai, cewa wannan abu mai albarka yana bayan duk abin da kake yi, kuma zai cika burinka kuma ya yi maka rawani da nasara.

Allah Madaukakin Sarki yana so mu kasance cikin jagorancin ikon kirkira mara iyaka na ruhun Allah. Mutane sun toshe tushen ikon kirkira a cikin rayukansu ta hanyar rashin kulawa da rashin himma, kuma dole ne su kawar da duk wani cikas da tarkace da ke hana ruwa mai tsarki gudana cikin 'yanci a kowace hanya. Dole ne su sami kuduri mai karfi da himma mai aiki don yin alheri, sannan a cika mafarkai kuma za a cimma burinsu nagari.

Yawancin mutane suna gamsuwa da sake farfado da ra'ayoyin wasu kuma ba kasafai suke fitowa da tunani daya na asali ba. Yana da kyau a amfana daga kyawawan ra'ayoyin wasu, amma wajibi ne kowane mutum ya kara wani sabon abu, ko na ilimi ko na kayan aiki, ga gadon duniya da kuma wadatar da taskar ilimin dan adam. Kowane mutum yana da halaye na musamman da kuma iyawa masu zurfi da ke jiran a gano su kuma a kunna su.

Da farko, na yi jinkirin zama malami. Alkawari yana da matukar muhimmanci kuma nauyin yana da yawa. Dole ne malami ya zama mai jan hankali domin da zarar ya shiga cikin damuwa da ruhani, ba zai iya taimaka wa wadanda ke neman taimakonsa ba.

Malami na gaskiya dole ne ya kaunaci kowa kuma ya yi wa kowa hidima, ya fahimci dan adam, kuma ya san Allah. Lokacin da mai ba ni shawara, Seri Yokstuargi, ta gaya mini cewa rawar da nake takawa a wannan rayuwa ita ce ta malamin ruhaniya, na juya ga Allah, na dogara gare shi, na kuma yi addu'ar neman taimakonsa da shiriyarsa.

Lokacin da na fara bayar da laccoci, na yi niyyar cewa laccocina ba za su fito daga littattafai da ilimin ka'idoji ba, sai dai daga wahayi na ciki da gogewa ta kaina, ina sane da cewa ikon kirkira wanda tushensa ba ya bushewa kuma kwarararsa ba ta karewa tana bayan tunani da kalmomi na.

An kuma yi amfani da wannan ikon a fannoni da dama don taimaka wa wasu a cikin aikinsu da kuma ta hanyoyi daban-daban

Ban ce, "Ya Ubangiji, ka yi mini shi ba"

Maimakon haka, na ce: "Ya Ubangiji, ina so in yi haka, amma da shiriyarka da albarkarka kadai nake rokonka ka yi mini wahayi ka kuma kama ni da hannunka."

Za ka iya yin kananan abubuwa ta hanya ta musamman. Za ka iya zama mafi kyau a fanninka. Bai kamata mu rika bin hanyoyin da aka bi da kyau ba; ya kamata mu kirkiri sababbi ga kanmu da wasu. Mutum zai iya yin wani abu da babu wanda ya taɓa yi a da—wani abu da ke kama hankali kuma yana burge duniya.

Za ka iya tabbatar da cewa ruhun allahntaka mai kirkira yana zaune a cikinka kuma yana aiki ta cikinka. Abin da ya gabata ya shuɗe kuma yanzu ya zama tarihi. Ko da kurakuranka sun yi zurfi kamar teku, ainihin rai yana da karfi sosai don su haɗiye shi. Amma wannan gaskiyar ba ta da ma'ana idan mutum ya ci gaba da tunaninsa na kuskure da ayyukansa marasa kyau ba tare da yin kokari mai zurfi don gyara tafarkinsa da gyara kansa ba.

Amma muna kira ga masu son gaskiya da gaskiya da su kasance masu himma da jajircewa wajen ci gaba da bin tafarkin ba tare da barin kurakuran da suka gabata su kawo cikas ga ci gaba ko kuma ra'ayoyi masu iyaka su danne nufin ba.

Rayuwa na iya zama duhu kuma yanayi ya yi duhu; matsaloli na iya tasowa kuma damammaki na iya bacewa ba tare da an sani ba. Amma ku yi hankali da yarda da gazawa ko kuma ku ce wa kanku, "Duk abin ya kare a gare ni, Allah ya yashe ni." Domin idan kun yi haka, za ku halaka kanku, kuma babu wanda zai iya taimaka muku a lokacin.

Iyalanka na iya kin ka, sa'a na iya barin ka, abokai na iya barin ka, kuma karfin ɗan adam da yanayi na iya kulla maka makirci. Amma matukar kana da imani da Allah da kuma karfi, za ka iya tunkarar hare-haren kaddara kuma ka tsaya kan wahalhalu kamar dutse mai karfi wanda rakuman ruwa masu karfi ke karyewa a kai, kuma ka yi tafiya da kafafuwa da kai tsaye, kamar yadda ya dace da maza da mata masu daraja.

Ko da an kayar da kai sau ɗari, sake gwadawa ka kudura cewa za ka shawo kan wahalhalun kuma ka lashe kambin ɗaukaka. Baƙin ciki ba ne na dindindin, kuma takaici jarrabawa ce ta ɗan lokaci Allah yana so ka yi nasara kuma ba za a iya cin nasara a kanta ba, kuma don cikakken iko a cikinka ya fito, domin ka iya cika rawar da kake takawa a kan matakin rayuwa. Ka kasance mai kyakkyawan fata, za ka sami alheri, kuma ka tuna, "Hakika, tare da wahala akwai sauki"

Ka yi imani da Allah kuma ka yi fatan samun albarkarsa

Domin bayan dare mafi duhu sai wayewar gari da haske su bayyana

Amma ta yaya za ku sami matsayin da ya dace da ku a rayuwa? Idan kowa yana son zama sarakuna da shugabanni, su waye za su zama bayi da masu hidima? Matsayin sarki da matsayin bawa suna da mahimmanci a cikin wasan kwaikwayon matuƙar 'yan wasan sun yi rawar da suka taka cikin nasara.

Kuma saboda wannan dalili, mun zo wannan duniya da bambance-bambance na musamman, sha'awa, da kuma sha'awar zuwa ga ayyuka da abubuwan sha'awa daban-daban. Allah ya yi nufin wannan duniyar ta zama wani mataki na sararin samaniya don nishadīnmu yayin da muke nesa da gidanmu na sama. Amma mun manta da shirin daraktan allahntaka kuma mai tsara wannan matakin kuma muna son mu taka rawarmu bisa ga abin da muka ga ya dace, ba kamar yadda Allah ya so ba. Shi ya sa wannan rudani ya biyo baya, tare da yaƙuwa da rikici a ko'ina cikin duniya.

Mutane suna gazawa a kan matakin rayuwa saboda suna kokarin yin rawar da ta bambanta da wadda aka yi musu da farko. Wani lokaci, ɗan wasan barkwanci yana jan hankali da sha'awa fiye da sarki. Don haka, komai girman rawar da kake takawa, yi ta gwargwadon iyawarka da kuma lamiri mai tsabta, kuma a gaban Allah, za ka kasance cikin waɗanda suka yi nasara.

Allah yana nufin alheri a gare mu Idan rawar da muke takawa ta kasance mai baƙin ciki ko mai ban tausayi, bai kamata mu yi tawaye ga rayuwa ba, sai dai mu karfafa imaninmu ga Allah (Kuma a wannan

**fannin, Annabi, tsira da amincin Allah su tabbata a
gare shi, ya ce :)**

**"Allah ba ya saukar da cuta sai ya aiko da
maganinta, don haka ku hadu da cuta da addu'a"**

**(Ya kai rai, kada ki yanke kauna saboda babban
wahala)**

**Kuma ina da tabbacin samun sauki daga
Mahalicci, Allahn dukkan halitta**

**Wahala nawa suka zo suka tafi, sannan suka
wuce?**

Bayan tasirinsa ga kudi da rayuka)

Simfoni na Ruhaniya
Kalamai, wakoki, shawarwari da tabbatarwa
Jagora



Dole ne mu koyi kyautatawa, domin samun farin ciki ta
hanyar faranta wa wasu rai shine ainihin burin dukkan
.masoyan Allah, masu imani da Shi

Kawo farin ciki ga wasu abu ne mai ban mamaki kuma
mai matuƙar muhimmanci don cimma farin cikinmu, kuma a
.cikin kansa aiki ne mai lada

Wasu mutane suna tunanin kansu kawai, suna cewa,
"Abin da ya fi muhimmanci a gare ni shi ne farin ciki" Amma
abin takaici, irin waɗannan mutane ne ba sa samun farin
.ciki

Ba a ba da shawarar neman farin ciki na mutum ba tare
.da yin watsi da farin ciki da walwalar wasu ba

Wanda ya sace dukiyar wasu ba tare da kulawa ba zai
iya zama mai arziki, amma ba zai yi farin ciki ba, domin
.fushin wasu a gare shi zai fi muni fiye da guba mai kisa
:Dokar Allah ta tanadar da waɗannan abubuwa
Idan wani ya yi koƙarin rayuwa cikin kwanciyar hankali
ta hanyar cin amanar wasu, waɗannan za su yi koƙarin sa
rayuwarsu ta kasance cikin bakin ciki. Amma idan suka yi
koƙarin faranta wa wasu rai, ko da kuwa sun kashe nasu,
wasu za su yi tunanin jin daɗinsu da farin cikinsu. Idan muka
yi tunanin buƙatunmu na yau da kullun, ya kamata mu yi
tunani game da buƙatun wasu. Kuma idan muka nuna
.damuwa a kansu, za mu yi musu fatan alheri da farin ciki
Mutum mai son kai yana rayuwa cikin jituwa da iyalinsa
da kuma duniyar da ke kewaye da shi. Mutum mai son kai, a
gefe guda, yana ci gaba da fuskantar matsaloli, yana
.tuntuɓe, kuma yana rasa kwanciyar hankali
Idan ka fahimci cewa Allah shi ne zaman lafiya a cikinka,
za ka fahimci cewa Shi ne zaman lafiya da jituwa a cikin
dukkun kyawawan abubuwa a cikin halitta, kuma za ka gan
Shi a cikin kyawun yanayi, ka ji kusancinsa cikin abota ta
gaskiya, kuma ka ji albarkarSa a cikin buri mai kyau da
manufofi masu daraja waɗanda ba su da burin son kai Za ka
ji kasancewarSa a bayan labulen shiru da kuma cikin dukkan
.abubuwa masu ban mamaki
Kwankwasa koƙar da gaske za a ɗage mayafin kuma za
ku ga fuskar da ta fi ɗaukaka a cikin dukkan kyawunta da
.kyawunta
Idan kana kaunar Allah, za ka ji kaunarsa kuma babu
wani abu da zai iya ruɗe ka
Abubuwan da suka faru a zahiri suna burge ka domin ba
ka ɗandana farin ciki na ruhaniya ba, kuma idan ka ɗandana
.shi za ka san bambancin
Ka kasance mai 'yancin zaɓe Kada ka bari wani abu ya
takura ka, kuma kada ka bari wani ya mallake ka ko ya
tsoma baki cikin farin cikinka

Kai wani bangare ne daban na sararin samaniya kuma
dole ne ka sami cikakkiyar cikakkiyar domin ka fuskanci farin
.ciki da kuma dandano daɗin kaunar Allah

Yawancin mutane ba sa iya kirƙirar daidaiton da ake
bukata tsakanin rayuwarsu ta aiki da ta ruhaniya
Mutum mai ruhaniya yana buƙatar kuɗi, kuma mutumin
duniya ba zai iya rayuwa cikin farin ciki ba tare da Allah ba
Mai ilimin ruhi yana aiki, kuma kalmominsa marasa
magana suna cewa: Allah yana ba ni ƙarfi kuma yana ba ni
ƙuduri, don haka yana ƙaruwa da ƙarfi kuma Allah yana
albarkaci ƙoƙarinsa

Mutumin duniya ma yana aiki, amma yana cewa: Ni ne
wanda ke yin duk waɗannan abubuwa da kaina, kuma babu
wanda ke da wani tagomashi a kaina, don haka yana kawo
sakamako mara tsammani ga kansa kuma ya faɗa cikin
haɗari

Duk wani aiki na zahiri, ko don dalilai na zahiri ko na
ruhaniya, dole ne ya dogara ne akan ƙa'idodi masu kyau
kuma yana ƙarƙashin ikon lamiri da daidaiton hankali
Ku koma ga Allah, ku tuna da shi, ku sanya shi a
matsayin cibiyar rayuwarku Ku kira shi ku yi addu'a har sai
Ya shiryyar da ku ya kuma nuna muku yadda dokokinsa ke
aiki Ku tuna cewa yin bimbini a kan Allah da jin
kasancewarsa ya fi bincike da bayani miliyan ɗaya Ku gaya
masa cewa ba za ku iya magance matsalolinku da kanku ba,
ko da kuna tunanin ra'ayoyi tiriliyan ɗaya, amma cewa
mafita tana yiwuwa idan kun sanya su a hannunsa Ku nemi
jagora da farko, sannan ku yi la'akari da shi daga mahangar
da yawa don nemo mafita mai dacewa Allah yana taimakon
waɗanda ke taimakon kansu Lokacin da hankalinku ya natsu
kuma ya cika da imani bayan yin addu'a ga Allah cikin
tunani, za ku iya ganin mafita mafi dacewa ga matsalarku
.tare da taimakon Allah da shiryyarwarsa
Idan imanin mutum game da gaskiya da damar ruhaniya
ya canza zuwa ainihin ilimi, wannan mutumin zai fi samun

nasara da ilimi fiye da dukkan malamai a duniya Manyan mutane wadanda suka san Allah ba sa ruɗani ko kuma suna .fuskantar shakku saboda sun fuskanci Gaskiya, wato Allah Ya Ubangiji, lokacin da nake makaho, ban sami wata kofa da za ta kai ni gare ka ba. Ka warkar da idanuna, kuma yanzu ina gano kofofi a buɗe a ko'ina - a cikin zukatan furanni, a cikin muryoyin abokai, da kuma cikin tunanin jarabawa masu daraja da kaunatattu. Kowace numfashin addu'ata tana buɗe sabuwar hanya zuwa haikalin .kasancewarka mai cike da komai Hankalina ba ya kara ta'azzara ga karamin kwalba na zahiri da aka rufe da jahilci. Ba na sake tafiya a tsakiyar tekun sararin samaniyarka ba tare da taɓa ruwan teku ba. Ba na sake zama a cikinka ba, Ya Ubangiji, ba tare da gane ka ba ko jin kasancewarka. Yanzu dukkan rayuwata ta nutse .cikin cikakken kasancewarka Idan ka daidaita dukkan ayyukanka da Allah kuma ka bi dokokin nagarta, ba za ka gaza ko ka bace ba Ka tuna cewa kaunar Allah tana taimakawa wajen gafarta zunubai da yawa Idan da gaske kana jin kaunar Allah—ba kawai motsin rai ba, amma kauna ta gaske—za ka 'yantu—za ka 'yantu Bai kamata mu yi addu'a ga Allah da busassun zukata da tunani masu yawo ba, domin rokon da ba su da zafi ba su isa su haifar da amsa ta Allah ba. Ana samun amsa ta hanyar .addu'a mai karfi da zuciya da ke fitowa daga zurfin zuciya Sai dai idan mutum ya kawo Allah cikin rayuwarsa ya kuma samar da daidaito mai tasiri, matsaloli za su zo masa .komai salon rayuwarsa Ya Ubangiji, idan na ci nasara a jarabawa da jarabawar rayuwa, zan gane cewa ni tsuntsu ne na aljanna wanda ke yabon kuma yana rera abubuwan al'ajabinKa marasa iyaka .kuma cewa ruhuna yana ratsa kowace kwayar halitta Na farka kuma na faɗaɗa karamar kaunar da nake da ita don ta haɗu da ruhin kauna ta duniya wadda duk abin da ke wanzuwa ke rayuwa kuma yake motsawa

Ta hanyar taimaka wa wasu su yi nasara, ina samun ci
gaba da wadata ga kaina, kuma a cikin wadata da walwalar
wasu ina samun farin ciki na

Masana kimiyya sun taba tunanin ruwa abu daya ne,
amma gwaje-gwaje sun tabbatar da cewa abubuwa biyu
marasa ganuwa, hydrogen da oxygen, suna haɗuwa don
samar da ruwan da aka haɗa. Hakazalika, akwai gaskiya mai
ban mamaki da za a iya fahimta ta hanyar gogewa ta
ruhaniya. Lokacin da muka zauna a hankali cikin tunani
kuma tunaninmu ya juya zuwa ciki, muna fuskantar
kasancewar allahntaka kai tsaye, kuma wannan abin
mamaki ne saboda sakamakon ba na waje ba ne amma na
.ciki

Yayin da hasken rana ke yaɗuwa, zan yaɗa hasken bege
a cikin zukan talakawa da waɗanda aka yi watsi da su,
sannan in kunna fitilun kuduri da amincewa da kai a cikin
.zukan waɗanda suke tunanin sun gaza

A cikin nutsuwar dare da zurfin shiru, a cikin kogo na
sani da kuma nesa da kamawar ji, yi magana da Allah
Masoyi da sha'awa mai zurfi. Ka yi tunaninsa koyaushe ka yi
masa magana da harshen zuciya da rai. Kuma idan ka miƙa
zuciyarka gare Shi, duk mayafin da ke boye Shi daga gare ka
za a cire su, tsoro da ruɗani za su bace, sai dai haskenSa da
.babban farin cikinSa

Mutane da yawa sun yi imani da cewa mulkin Allah yana
cikin wani kusurwar sararin samaniya, nesa da tururin
Duniya mai kazanta, wanda aka ɗora masa girgizar zunubi
da keta haddi. Sun manta cewa manyan duniyoyin ruhu suna
kusa sosai. Lokacin da waɗanda suka ci gaba a ruhaniya
suka rufe idanunsu, Duniya mai girma da abin da ke
bayyane, mai gani sun bace, yayin da girman madawwami
ke bayyana a cikin wahayi marasa iyaka a gaban ganinsu na
.ciki

Ya kamata a zuba lokacin da fasaha ta adana don
zurfafa nazarin rayuwa. Ayyuka masu amfani da kuɗi

hanyoyi ne na cimma walwala, amma bai kamata a yaudare
mutum da kayan duniya ba ko kuma a bar kwadayi ya hana
.shi jin dadin rayuwa

Na yi amfani da tsinken nufin da kuma tsinken kuduri,
ina haka kasan sani, na kuma gano tushen karfin rai. Na
fahimci cewa ni ɗaya ne da kuzarin sararin samaniya. Ba jiki
.ba ne, amma wutar lantarki ta sama da ke ratsa jiki
Ya Ubangiji, na fahimci cewa ina da wata dama mai
tamani ta gano taskokin rai da aka boye a cikin zurfin teku
na sani. Zan maye gurbin abubuwan da suka shafi duniya da
alkiblar ruhaniya, kuma zan karfafa niyyata da kuzarina don
cimma manufar rayuwa, ina da yakinin cewa koyaushe za ka
.taimaka mini kuma ka karfafa ni in yi abin da ke daidai
Bai kamata mu bar wannan duniyar ta mallake mu ko ta
umarce mu ba, kuma kada mu manta cewa babu abin da
yake na gaske kuma na dindindin sai Allah, kuma cewa farin
ciki na gaske yana cikin abubuwan da muka fuskanta tare da
.Shi

A cikin wurin ibada na tunani, ina kunna kyandirori guda
biyu: kyandir na wayewar gari da kyandir na farkawa ta
Kyawawan furanni na sha'awa sun kewaye kafafun
kasancewarka gaba ɗaya
Kamshinki, wanda ke fitowa daga furannin soyayya a
cikin tukunyar zuciyata, yana ratsa kowace kusurwa ta
rayuwata
Inuwar tsoro da ruɗani na sun bace ne kawai saboda
hasken haskenka, Ya Allah, wanda ya tashe ni daga
.mafarkan rayuwa ta mutum har abada
Da kulawa da kuma idanu masu lankwasa, zan kalle ka
ba tare da na daina kallon fuskarka mara iyaka ba, ina
tunanin siffofinta da kuma kyawawan maganganun da ba sa
!maimaitawa

Rawar rai da mutuwa tana nan a koyaushe, amma zan
'yantar da kaina har abada ta hanyar dawo da asalin
ruhaniyata. Kuma lokacin da guguwa ta mamaye ni kuma

gwaje-gwaje suka fuskance ni, zan tuka jirgina a kan kogin
.rai zuwa gaɓar allahntaka

Idan wahala da bala'i suka zo, zan karfafa kudurina
kuma in kara himma don shawo kansu. Muddin na yi wa
wasu alheri, Allah zai ba ni karfi, hikima, da kuma hukunci
.mai kyau

Sanin Allah shine buƙatu na farko kuma mafi
mahimmanci a rayuwa domin yana kawo kwanciyar hankali
ga rai da kwanciyar hankali ga zuciya Allah shine maganin
warkarwa ga dukkan radadinmu da matsalolinmu, maganin
dukkansu matsalolinmu, da kuma biyan dukkan buƙatunmu
Abubuwan da zukaɓanmu ke marmarinsu—soyayya, shahara,
hikima, da yalwa—muna samun wadannan duka a cikin
.Allah, tushen dukkan alheri da albarka

Ana auna dukkan gogewa ta hanyar iya yarda da
fahimta, don haka zan hanzarta ci gaba ta ta hanyar karfafa
duk gogewa ta da sanin yakamata tare da karfin mayar da
hankali

Ina jin ki a cikin zurfin tunani na, ina jin kasancewar ki a
cikin zurfin ji na, kuma ina ganin ki kina fure a cikin lambun
kauna ta

Ka cika ni da kamshin kasancewarka, domin in ji daɗin
kamshinka mai albarka

Ku zo gare ni daga sama, taurari, tunani, da ji, Ku nuna
mini fuskarka mafi tsarki kuma ku bar ni in fahimci
kasancewarka a cikin raina, a kusa da ni, da ko'ina
Na neme ka tsawon shekaru da shekaru, a kan hanyoyin
sha'awa da buri, kuma yanzu na fahimci cewa kana zaune a
cikin raina kuma kana wahayi zuwa ga mafi tsarkin ji na
Kada ka boye mini a bayan furannin ji, tunani, da bugun
rai

Ka kawata raina da kayan ado na hikimarka, ka hura
mini iskar ni'imarka, ka kuma kawar mini da duhun da ya
.lulluɓe ka daga ganina da fahimtata

Ya kai wanda ya wuce taurari da sararin sama mai
shudi, kuma ya wuce saman sararin samaniya da dukkan
halittu da halittu, ka karbi radawar soyayyata, ka nutsar da
.rayuwata da kaunarka, haskenka da kuma salamarka
Hanyar rayuwa kamar haka: a gefe daya akwai duhun
kwarin jahilci, a gefe daya kuma akwai haske na har abada
.na hikima

Abubuwan da ke kawo cikas ga ci gaban ruhaniya sune
son kai, alfahari, kwadayi, fushi, da sauransu. Wadannan
halaye marasa kyau suna haifar ko tura mutum cikin jahilci
.mai zurfi fiye da yadda yake da shi a da
Duk da haka, bin nufin Allah yana haifar da 'yanci kuma
yana ba da farin cikin da mutum ke nema a wajen kansa, ko
da yake yana cikinsa

Rana mai albarka ba za ta iya haskaka hanyata ba,
kuma hanyar na iya zama babu kowa, duhu, cike da gwaji da
wahala, duk da haka zan yi iya kokarina don fuskantar
kalubalen kuma in fito daga duhun matsalolin, ina sane a
cikin zuciyata cewa hasken allahntaka zai shirya da ni kuma
.ya haskaka hanyata da kyau

Duk kafina daga gare Ka aka aro shi, Ya Ubangiji, kuma
rayuwata ba ta da wani amfani ko wanzuwa ba tare da
!hikimarka da ikonka ba. Kai ne girmanka, kuma kankanta ni
Ba koyaushe muke da dalilin yin alfahari da kanmu a
matsayinmu na dan adam ba, duk da haka bai kamata mu
bari kurakuran mu su sa mu karaya ba. Ya kamata mu riƙa
kallon gefen jarrabawa, mu koya daga kurakuranmu, mu
.kuma koma ga Allah komai abin da ya same mu
Tunda Allah ne kadai kamala da ke akwai, zan yi kokarin
bincika hikima a cikin jahilci, in sami lafiya a cikin rauni, da
kuma jin natsuwa a cikin ruƙani
Allah yana cikin raina kuma yana kewaye da ni, yana
tsare ni kuma yana kula da ni, don haka zan kawar da
gajimaren tsoro da ke boye hasken jagorancinsa a sararin
.samaniyar rayuwata

Ya Ubangiji, kada in yi suka ga abokaina da kakkausar
murya. Amma idan suka nemi shawarata don inganta kansu,
bari in ba da shawarwari masu tawali'u bisa ga jagorarka da
wahayinka. Da tawali'u da kauna, ba tare da tilastawa ko
tilastawa ba, ka taimake ni in jagoranci waɗanda suka yi
tuntube zuwa gare Ka. Ka shiryar da fahimtata da karfina
domin in canza duhun yanayi zuwa almajirai masu haske
.waɗanda ke nuna hasken hikimarka

A yau zan shuka irin hikima, lafiya, wadata da farin ciki
a cikin lambun rayuwata kuma zan gode wa Allah idan burin
zuciyata ya cika

Zan tsarkake hankalina ta hanyar tunanin cewa Allah ne
ke jagorantar kowanne daga cikin ayyukana

A yau zan yi aiki don nuna zaman lafiya da daidaito a
rayuwata ta hanyar tunani, magana, da ayyuka, kuma zan
mayar da hankali kan dukkan karfina da nufina don cimma
.jituwa da nufin Allah

Ya kai wanda ke mulki a kan karagar zukanmu, wanda
aka haɗa kai cikin kaunarka, ka karbi sha'awarmu da
sha'awar rayukanmu, Ka albarkace mu duka, ka kawar da
shingayen da ke kan hanyarmu, kuma ka kawar da duhun
.jahilci daga cikinmu

Bari haskenka mai shiryarwa ya haskaka hanyoyinmu Ka
farkar da tunaninmu kuma ya faranta mana rai da
kusancinka, kuma ka bar mu mu ji cewa kana tare da mu
koyaushe

Ka yi gaskiya ga kanka Duniya ba ta yin gaskiya da kai
domin tana son munafunci Idan ka yi gaskiya da kanka, za
ka sami hanyar samun kwanciyar hankali a cikin zuciyarka

Rayuwa a yanzu kawai, ba a nan gaba ba Yi iya

koƙarinka a yau kuma kada ka damu da gobe

Ya Ubangiji, duk burin abin duniya da mutum ke koƙarin
cimmawa yana kawo masa ɗan farin ciki kaɗan, koda kuwa
an naɗa su da nasara. Amma ta hanyar samunka, ya
.Ubangiji, zan sami tushen cikakken farin ciki mai ɗorewa

Abubuwan duniya da ke samar da jin daɗi suna
kasancewa a waje da tunani; su, tare da jin daɗin da suke
bayarwa, suna samun shiga cikin tunani ta hanyar mafarki
da tunani

Amma game da farin ciki tsantsa, wanda shine ainihin
rayukanmu, ana iya samunsa ta hanyar tunani mai jituwa,
.kuma yana kusa da mu kuma yana cikin ikonmu
Idan abubuwan waje na jin daɗin ji suka bace, farin ciki
na ɗan lokaci da ke fitowa daga gare su ya bace tare da su,
amma farin cikin rai ba ya bacewa idan mutum ya san yadda
zai daidaita da shi, ko kuma idan mutumin bai iyakance
tunaninsa ga abubuwan duniya masu canzawa ba don haka
ya zama mara farin ciki

Farin cikin rai, wanda shine ni'imar Allah, yana
sabuntawa koyaushe kuma har abada

A yau zan roki zaman lafiya da farin ciki a cikin kaina,
kuma zan kiyaye karfin hikimata da nufin, zaman lafiya, da
kauna, kuma zan gode wa Allah kuma in ɗaga godiyar raina
.da sabbin sha'awar zuciyata a gare shi

Abin da na rasa a duniya ba zai zama asara ga raina ba
Zan ci gaba da kallon tauraro mai tsarki na shiriya
wanda ba ya taɓa faɗuwa a sararin rayuwata da aminci da
.imani

Ya Ubangiji, ka albarkaci tunaninmu domin su tunatar da
mu da ni'imarka, ka albarkaci yadda muke ji domin su ji
kaunarka, ka albarkaci sha'awarmu domin su yi marmarin
abin da zai faranta maka rai, ka albarkaci burinmu domin su
karfafa mu mu bi duk abin da yake nagari da daraja, kuma
ka sa mu gane cewa Kai ne babban farin ciki wanda
.zukanmu ke sha'awarsa kuma rayukanmu ke nema
Na san cewa tunanina zai kawo min ko dai gazawa ko
nasara, ya danganta da wace ra'ayi ce ta fi karfi a raina.
Saboda haka, zan yi iya koƙarina don in tuna cewa Allah
yana tare da ni, yana taimaka mini kuma yana karfafa ni in
.yi tunani a sarari

Ya Ubangiji, a cikin madubin natsuwa ina ganin kowace
rana fuskar zaman lafiya, fuskarka kuma kowace rana zan yi
aiki don farkar da kaunarka da zaman lafiyarka a cikin wasu
zukata

Ya ke uwa ta sararin samaniya, zan cire taurari daga
lambunan dare in mika su a matsayin kyautar kauna a gare
ki Duk lokacin da na kalli fuskarki mai haske a cikin cikakken
wata, murmushinki mai taushi yana kawar da damuwata
.kuma yana wanke bakin cikina
:don tabbatarwa

Zan kawar da jahilci kuma in kawar da ra'ayoyi marasa
kyau, kuma zan tashi daga cikin kunkuntar sararin samaniya
da ra'ayoyi marasa iyaka zuwa ga 'yancin soyayya da
.tausayin ɗan adam

Kasancewar Allah a bayyane take a cikin waɗanda ke da
kirki da sha'awar ruhaniya waɗanda ke kaunarsa kuma ba sa
mantawa da Shi. Lokacin da guguwa ta yi karfi da rakuman
ruwa na wahala suka mamaye, za su iya jagorantar
.rayuwarsu zuwa gaɓar aminci ta kariyar Allah
Ina da ikon ruhin kirkire-kirkire kuma ina hulɗa da
tunanin duniya baki ɗaya, kuma na san cewa Allah yana
shirya da ni kuma yana taimaka mini in magance dukkan
.al'amura da matsaloli

Ya Allahna kaunatacce, da idanu a buɗe da kuma da
idon hankalina zan gan ka, kuma zan bauta maka da dukkan
sha'awa da ibada, kuma zan tuna da kai yayin da nake
gudanar da ayyukana, kuma zan kira ka da harshen zuciya
.da kuma raɗawar rai

Yana iya zama a cikin yanayin mutum ya ji tsoron rashin
lafiya ko kuma ya yi imani ba zai taɓa murmurewa ba. A
wannan yanayin, ya kamata ya rungumi kyawawan halaye
na rayuwa waɗanda ke haifar da jin daɗin jiki da ɗabi'a,
kuma ya kamata ya yi addu'a don karin imani ga ikon
warkarwa na Allah. Idan sun yi imanin cewa sun gaza kuma
ba za su iya yin nasara a kowane fanni ba, ya kamata su

tabbatar sun yi iya kofarinsu don cimma nasarar da suke
.fata

Mu'amala da kuma sadarwa da wadanda suke kaunar

Allah yana ciyar da sha'awarmu, yana kwantar da
zukatanmu, kuma yana daga matakin fahimtarmu

Shawarar kai

A yau zan yi tunani game da Allah wanda ya ba ni rai,
domin mai da hankali kan abubuwan duniya yayin da yake
watsi da Allah gaba daya zai kawo bakin ciki na duniya da
.rashin jin dadin ruhaniya ne kawai

:don tabbatarwa

A yau zan taimaki kaina domin in yi amfani da ikon da

Allah ya ba ni yadda ya kamata, kuma zan roki Allah ya
.taimake ni, ya albarkaci kofarina, ya kuma ba su nasara

Idan nufin dan adam ya kasance karkashin kuskure,

yana yaudarar mu kuma yana batar da mu; amma idan
hikima ta jagorance mu, yana daidaita mu da nufin Allah.

Sau da yawa, nufin dan adam ya ci karo da manufofin Allah,
yana sa mu rasa jagorar ruhaniya da ke taimaka mana mu
.guji fadawa cikin ramin wahala da kuma tarkon wahala

Zan yi amfani da kowace baiwa da nake da ita ko baiwar

da nake da ita wajen yin duk abin da zai faranta wa Allah rai
da kuma yi wa dan adam hidima

Rashin cikakken ilimi yana da hadari, domin yana iya sa

mai nema ya zama mai girman kai da wadatar kansa, yana
dakatar da bincike mai zurfi da nutsewa cikin rai. Wadanda

kawai ba su da jin dadin muhimmanci kansu suna karuwa
cikin alheri da ruhaniya har sai sun sami kusanci da Allah.

Hakika, masu bauta na gaskiya ba su da girman kai kuma
.suna nesa da girman kai da zato

Idan mutum ya san kansa kuma ya taɓa ainihin

ruhaniyarsa, yana jin farin ciki na ciki wanda ke tare da shi a
cikin dukkan abubuwan rayuwa da kuma a karkashin kowane
yanayi

A yau zan farkar da ruhin himma kuma in kunna ikon
cimma nasara, da sanin cewa tushen dukkan karfin kirkira
.da tushen dukkan ilimi suna tare da ni koyaushe
Na fahimci cewa ikon Allah ba shi da iyaka kuma ya ba
ni karfin shawo kan wahalhalun rayuwa da nake fuskanta da
.kuma shawo kan dukkan matsalolin da ke tare da ni
Lokaci ya yi da za mu juya zukanmu da tunaninmu ga
Allah domin daga karshe mu isa gidanmu na sama inda za
mu sami hutawa daga damuwa da 'yanci daga zafi
Muna isa ga samun baiwar Allah ta rai, hasken rana,
abinci, da sauran ni'imominSa, amma duk da ni'imominSa
!masu yawa da Ya ke ba mu, kaɗan ne ke tunawa da Shi
Ya Allah na dokokin duniya, ka bar ni in saka tabona,
waɗanda aka haifa daga bala'i, a matsayin alamomi masu
kyau daga hannun adalcinka mai albarka
Bari wahalhalun da nake sha a kullum su zama maganin
rudani kuma su kawar da ni daga tsammanin samun farin
ciki na duniya mai dorewa
Ina fata hawayen da na zubar saboda muguntar wasu za
su wanke min wasu kazanta da suka boye daga zuciyata
Ina fata duk wani bugu mai kaifi daga kwankwasa na
hargitsi zai buɗe min sabbins zurfafa a cikina
Sha'awar Allah ya kamata ta zama kamar wani bincike
mai zurfi a cikin teku wanda ke shiga cikin teku na fahimtar
ruhaniya. Waɗanda aka buɗe hangen nesansu ta hanyar
.tunani suna jin kasancewar Allah a cikin zukanansu
Ya Ubangiji, ka taimake ni in canza fahimtar da nake yi
daga iyakoki da tunani marasa karfi zuwa wani ilimi da ke
cewa koyaushe kana tare da ni, kana tallafa mini kuma kana
karfafa ni da kyawawan tunani da fahimta masu kyau
Ya Ubangiji, ka taimake ni in canza fahimtar da nake yi
daga iyakoki da tunani marasa karfi zuwa wani ilimi da ke
cewa koyaushe kana tare da ni, kana tallafa mini kuma kana
karfafa ni da kyawawan tunani da fahimta masu kyau

Bari in tuna da kai, ya Ubangiji - daidai gwargwado -

cikin wahala da sauƙi, cikin rashin lafiya da lafiya, cikin
jahilci da hikima

Zan ci gaba da tunawa da ƙaunar da nake yi wa Allah da

kuma sha'awar da nake da ita a gare Shi har abada, domin a

.cikin wannan hasken in ga kyakkyawar fuskarsa

Idan murmushin fuska ya yi daidai da murmushin da ke

cikin zuciya, murmushin rai yana haskakawa

Ya Allahna ƙaunatacce, zan bauta maka a safiyar

farkawa, a yammacin aiki, a cikin duhun tsufa, da kuma a

daren bankwana na ƙarshe

Da taɓawar hankalina na ciki, a yau zan daidaita

rediyona na ruhaniya zuwa mitar watsa shirye-shiryen

sararin samaniya don kawar da hayaniyar damuwa da kuma

sauraron waƙar ƙaunar Allah

Har ma da waɗanda suka fi ibada a wasu lokutan suna

tunanin cewa Allah ba ya amsa addu'o'insu, amma yana

amsawa a hankali kuma bisa ga dokar ruhaniya, addu'a dole

ne ta kasance ta gaskiya, niyya mai tsarki, kuma mai

.manufa domin samun amsa mai albarka

Ya Ubangiji, bari in ba da ruwan salama ga zukata masu

ciwo, domin su sami kwanciyar hankali mai daɗi a cikinka,

Ka sanya ni hasken rana kwatsam ga dukkan rayuka masu

bakin ciki, ruwan sama mai ba da rai ga masu busassun

tunani, da kuma kyautar alheri ga waɗanda aka zalunta

Farawa mai nasara zuwa ga farin ciki yana buƙatar

ingantacciyar hanyar rayuwa, tunani mai kyau, yanayin

ruhaniya, da kuma zurfafa imani ga Allah

Rayuwar da ba ta da farin ciki na ruhaniya rayuwa ce

mai ban sha'awa, ba ta da haske, kuma nauyinta yana da

.gajiya da nauyi

Ka nisanci hayaniyar duniya a duk lokacin da za ka iya,

ka nemi wurare masu natsuwa inda za ka iya zama kai kaɗai

.ka yi tunanin Allah

Duk inda duhun rashin fahimta da rashin jituwa ya ci
.gaba, a nan zan yada hasken kaunata da zaman lafiyata
Wannan duniyar abin mamaki ce, domin duk abin da ke
cikinta yana iya canzawa da sauyi, kuma saboda wannan
dalili, bai kamata mutum ya sanya jirgin farin cikinsa a bakin
tekun wannan duniyar ba

Muna rayuwa ne a cikin duniya mai ban mamaki
Wadanda manufarsu kawai a rayuwa ita ce su ci, su sha, su
ji dadi, su yi barci ba su da ainihin masaniya game da
.abubuwan al'ajabi na rayuwar dan adam
Ya Ubangiji, ka shirya da kogunan farin cikinmu domin
kada su rasa kansu a cikin yashi na jin dadin dan gajeren
lokaci

Kada ka bari rafukan tausayinmu su bushe su kuma kafe
a cikin hamadar son kai da ba ta da amfani
Bari hanyoyin motsin zuciyarmu su haɗu da tafkin
kaunarka mara iyaka

Allah Ya fadaɗa kogunan rayuwarmu, ruwansu kuma ya
tashi da ruwan sama mai yawa na albarkarKa, kuma Ya sa su
ketare manyan filayen tausayi, sadaukarwa, da la'akari da
yadda wasu ke ji, domin su gudana - tsarkakke kuma mai
.tsabta - zuwa cikin tekunKa mai albarka

Duk wanda ya yi addu'ar samun nasara kuma a lokaci
guda ya ce wa kansa, "Ban yi tsammanin zan yi nasara ba,"
.ba zai yi nasara ba

Dole ne a yi addu'a da bangaskiya mai karfi da zuciya
mai tawali'u domin hasken allahntaka ya haskaka kuma
albarkar sama ta sauko

Kamar yadda ba zai yiwu a yi magana ta wayar tarho da
ta lalace ba, haka nan ba zai yiwu mutum ya iya yada
addu'o'insa yadda ya kamata ta hanyar tunanin da ya lalace
sakamakon damuwa, damuwa, rashin gamsuwa, da kuma
.shagaltuwa da abubuwa marasa sauri ba

Da kwanciyar hankali mai zurfi da kwanciyar hankali
tare da rawar jiki mai kyau, ana iya gyara na'urar tunani da

daidaita ta yadda karfin karɓar ruhaniyarsa zai karu, don
haka zai yiwu a isar da sakonni masu zuciya ga Allah cikin
inganci da inganci kuma a sami amsa mai albarka daga Mai
.Ji, Mai amsawa

Yi iyo ka yi iyo a cikin teku mara iyaka na zaman lafiya
da farin ciki fiye da mafarki a cikin kanka

Ya Mafificin Mahalicci

Taurari masu haske a sararin sama, duwatsu, da kuma
tanderun rana da ke cike da harshen wuta wasu daga cikin
.bayyanar da kuma bayyanar kasancewarka gaba daya
Yana da sauƙi a sami Allah ta hanyar yin tunani akai-
akai game da Shi, sha'awar saninSa ta gaskiya, da kuma
roƙonSa na zuciya Shi ne babban taska da ya cancanci a
.nema a bincika a cikin ma'adanin rai

Idan aka bugi sandar ashana mai zafi a kan bangon rai
mai kewa, harshen ƙaunar Allah yana fitowa a cikin zuciyar
mai nema

Ya Ubangiji, kyawawan abubuwa suna da kyau domin
sun aro kyau daga kyawunka, wanda ya fi kyau fiye da
dukan kyawun da ake gani, ko a yanayi ko a tsakanin
mutane

Abin mamaki ne a ƙaunaci Allah da kuma ƙaunar
bayinsa. Lokacin da muka same shi, muna jin ƙaunarsa a
cikin kowa. Babu wani iko da ya fi ƙarfin ƙauna a sararin
.samaniya

Idan mutane biyu ko fiye suka zama abokai na tsawon
rai, hakan yana nuna tsantsar ƙauna ko abota ta rai

Ya Ubangiji, ka ba ni farin cikin kasancewa kusa da kai
domin in raba wa kowa wannan babban farin ciki, kuma ka
bar ni in ga haskenka, wanda ganinsa ke warkar da zuciya
kuma yana kawar da inuwar damuwa

Bari tsuntsuna da nake ƙauna ya tsere daga kejin

kuntatawa da na dora wa kaina ya yi ta shawagi a fagen
'yanci, yana rera waƙar rai, wadda muryarta ke ratsa dukkan
.zukaƙa masu ƙauna da tunani masu jituwa

Bari iskar fahimtarmu ta ruhaniya ta dauke da kamshin
addu'o'inmu da kuma kamshin sha'awarmu da ke karuwa a
gare Ka, Ya Ubangiji

Idan ina son wani abu, nakan yi farin ciki lokacin da na
same shi, kuma nakan sake yin farin ciki lokacin da na ba wa
.wani

Allah ba ya amsa addu'o'in da ba su da zafi, amma yana
zuwa ga wadanda suka roke shi da gaske da gaske kuma
.suka kira shi da zukata masu cike da bangaskiya
Ka'idoji masu kyau da za a bi sune kirki, gaskiya,
gaskiya, kauna ga wasu, bincika niyya, da kuma kame kai
Ya Ubangiji, ka buɗe burɓushin zukatanmu ka bar
kamshin kauna da ke cikin zukatanmu ya tashi a kan
fikafikan sha'awar haɗuwa da kai

Ya Ubangiji, ka aiko min da hasken rana na hikimarka
domin ta jagorance ni a kwanakin abubuwan da na yi cikin
farin ciki, da kuma hasken wata na rahamarka duk lokacin
da na yi tafiya cikin duhun dare na bakin ciki
Ra'ayoyin da ke da kamshi da fure suna girma da kuma
bayyana daga irin addu'o'in zuciya kuma ana shayar da su
.da rabar tunani mai wartsakewa

Idan muka manta da karamin kai ta hanyar musayar
ayyukan sada zumunci, hankalinmu zai faɗaɗa kuma za mu
ga babban kai yana aiki ta cikinmu
Abota ta gaskiya ita ce hasken da za mu iya taimaka wa
junanmu a kan hanyoyin rayuwa
Ina ganin yawan zalunci, tsauri, da rashin kula da ji a
wannan duniyar, kuma ban sami hujjar kara waɗannan
.halaye ba. Idan na yi, zan cutar da kaina
Yi tafiya cikin jirgin ruwanka mai tunani a kan ruwan da
ke cike da rudani na rudani da abubuwan da ke dauke da
hankali

Bakin ciki yana ninka bakin ciki, kuma mafi ingancin
maganin bakin ciki shine taɓa kasancewar allahntaka wadda
.ke kwantar da hankalin rai da kuma faranta wa hankali rai

Ya Likitan Allah, ka kore cuta daga jikinmu, ka faɗaɗa
tunaninmu ka 'yantar da su daga rauni da rauni, ka kuma
kawar da duhu daga rayukanmu da hasken kasancewarka
.mai haske

Hanyar zuwa ga Allah tana da gaskiya, gaskiya, juriya,
.juriya, mai da hankali, soyayya, sha'awa, kuduri, da imani
Idan hanyoyin ɗan adam suka gaza kuma ba su da
inganci, dole ne mu koma ga Allah Maɗaukakin Sarki mu
nemi taimakonsa

Ni kaɗai ne ke da alhakin ayyukana da halayena domin
.babu wanda za a yi wa tambayoyi ko a ɗora masa alhakin su
Idan rana ta alherin Allah ta haskaka a sararin
rayuwarmu, albarkatu sun yi yawa kuma iyaka ta bace
Daga rijiyar shiru, zan ɗebo ruwa mai tsarki da tsabta na
.hikimar Allah don kashe kishirwata ta ruhaniya
Na cire wayoyin hankalina daga karamin yanki na jijiyoyi
na haɗa su da duniyar fahimta ta ruhaniya mara iyaka,
kuma na fahimci cewa ina rayuwa ta hanyar hasken Allah
wanda ya lullube ni kuma ya ratsa kowace kwayar zarra ta
rayuwata, kuma raina ya cika da kauna da kwanciyar hankali
.na Allah

A cikin madubin natsuwar ruhaniya, zan ga fuskar Allah
Ya Ubangiji, ka bayyana mini sirrin rayuwata, ka
taimake ni in ji kasancewarka a cikina da kuma kewaye da ni
Daga yau zan yi kokari na san Allah ba tare da yin
sakaci da ayyukana na duniya ba, waɗanda na riga na yi don
.faranta masa rai

Kowace rana ina shayar da irin da Allah ya shuka a cikin
kasa ta raina, kuma lokacin da rana ta rahamarsa ta haskaka
musu, sai iri ya tsiro, ya girma, ya kuma haifi girbi mai
.albarka na gamsuwa da gamsuwa

Wata rana, ɗaya daga cikin mutanen Allah yana wanka
a cikin kogi sai wani mutum ya zo ya fara wanke dokinsa
kusa da wannan mutumin adalci, yana yayyafa masa ruwa
da gangan ba tare da kulawa ba. Almajiran waliyyan sun

fusata suka so su buge mai laifin su kore shi, amma
malaminsu ya ce kada su yi haka, amma su bar shi shi
.kaɗai

Ba zato ba tsammani, dokin ya bugi mai shi, yana karya
haƙoransa da dama. Mutumin kirki ya matso kusa da shi
cikin ƙauna ya fara kula da shi da warkar da shi. Dokar
yanayi mai tsauri ce, ba waliyyi ba, ce ta hukunta mai
.zunubi

Allah da dokokinsa na duniya suna aiki ba tare da
gajiyawa ba kuma a koyaushe don kawar da rashin adalci
daga duk waɗanda suka dogara ga Allah, suna neman
taimakonsa, kuma suna taimaka wa junansu da ƙarfafa
.junansu a kan hanyoyin rayuwa

Na fahimci cewa aikina a wannan duniyar yana haifar da
ci gaban kai matuƙar ina ƙoƙarin bincika duk damar da ake
.da ita da kuma amfana da su

Zaman lafiya alama ce ta ruhaniya Saboda haka, zan
auna ruhaniya ta ta hanyar kwanciyar hankali da nake ji a
cikin kaina

Ya Ubangiji, ka bar ni in gane cewa hikimarka tana riƙe
fahimtata, kuma kasancewarka a ko'ina ta mamaye
rayuwata
:don tabbatarwa

Ta hanyar kiyaye lafiyata da kuzarina, da kuma bin
ƙa'idodin ɗabi'a, ina taimaka wa ɗan adam ta hanyar salon
rayuwata

A lokacin da nake makaho, ban sami kofa ɗaya da ta kai
ni gare ka ba, amma yanzu da ka buɗe min ido, sai na ga
kofofi ko'ina

Da wayewar bayyanarki mai haske, furannin da nake
sha'awa za su yi fure a cikin lambun zuciyata, kuma zan
saƙa kambi daga waɗannan furannin in sanya shi a bakin
.kofarki mai albarka

Ya Ubangiji, yayin da hasken kaunarka ke haskakawa
cikin sararin ruhaniyata, hazo na jahilci yana bacewa kuma
gajimaren rashin tabbas ya bace

Ya maɓuɓɓugar haske, kana boye a bayan bangon
haskoki na sararin samaniya Buɗe taga hangen nesana
domin in gan ka a bayyane ko'ina
Zan nemi aminci da tsaro da farko da kuma a kowane
lokaci ta hanyar tunanin cewa koyaushe ina karkashin
kariyar Allah

Allahna kaunatacce, idan na kauce daga hanya
madaidaiciya, Ka riƙe hannuna ka shiryar da ni zuwa gare ta.

Idan na gaza, ka taimake ni in cimma nasara. Kuma mafi
.mahimmanci, idan ni jahili ne, ka taimake ni in sami hikima
Yin kuduri mai karfi na yin farin ciki zai taimaka maka.

Kada ka jira yanayi ya canza, kana tunanin cewa
matsalolinka suna nan. Kada ka bari rashin farin ciki ya zama
wani ɓangare na rayuwarka, don kada ya yi maka
mummunan tasiri da waɗanda ke kewaye da kai. Idan kana
farin ciki, albarka ce a gare ka da wasu; idan kana da farin
ciki, kana da komai, kuma farin cikinka yana nufin kana cikin
.jituwa da Allah

Abin da muka yi jiya ya kayyade yanayin kwanakinmu
na yanzu, kuma ayyukanmu na yanzu za su kayyade yadda
.makomarmu za ta kasance

Dole ne a fara kawar da jahilci daga cikinmu, sannan
.kasancewarsa zai bace daga wajenmu
Duk wani jin daɗi mai wucewa da buri na ɗan lokaci ina
amfani da shi azaman tarin sanduna don kunna wutar ilimin
allahntaka ta har abada

Allah zai bayyana mini kansa idan tunanina game da Shi
ya fi karfi fiye da tunanin da ke shiga tsakani da duk
.abubuwan da ke ɗauke da hankali

Zan cika zuciyata da rakuman ruwa masu raɗa na rai,
kuma zan zuba ruwan sha'awa mai wartsakewa da haske a
.cikin kofunan rayukan da ke jin kishirwa

Dole ne rakuman ruwa su ji taɓawar babban teku da ke
tallafa masa. Ina jin teku mai cike da dukkan ruhohi wanda
.zurfinsa mara iyaka yake shawagi a cikinsa
Zan yi kokari na gano gaskiyar da ke boye a bayan abin
rufe fuska da ke boye ta, to ba zan kasance a karkashin ikon
karfin waje ba

Ina yi imani cewa taimako zai zo lokacin da ake
bukatarsa sosai, domin dokar Allah tana aiki yadda ya
kamata

Menene ma'anar rayuwa idan ba ta da wahalhalu da
?muke fuskanta da kalubalen da muke fuskanta
Cikin ɗan lokaci cike da baƙin ciki da kuma damuwa, na
:ji muryarka tana raɗa

Rana mai kariyata tana haskakawa daidai gwargwado a
lokutan mafi haske da duhu na rayuwarka Yi imani, yi
murmushi, kuma bari hasken warkarwata ya haskaka ta
.hanyar bayyanar murmushinka

Ya Ubangiji, ka haɗa zukanmu a cikin haikalin kaunar
Allah inda kasancewarka mafi girma take haskakawa cikin
dukkann ɗaukaka da ɗaukakarsa

Bari mu fahimci cewa kai ne kawai burin da muke
kokarin cimma. Kada ka manta da mu ko da mun manta
.da kai, kuma ka tuna da mu ko da ba mu tuna da kai ba
Sha'awarmu a gare ka na iya zuwa ta tafi, ta haskaka ta
shuɗe, amma ka ci gaba da bin alkawarin har abada, kai mai
kirki da kauna

Ya Ubangiji, ka karɓi sha'awar rayukanmu da kaunar
,zukanmu

Na jefa ragar soyayyata cikin tekun sani na kama wani
kama mai tamani

Ina rokonka, ya Ubangiji, cewa hasken raina ya haɗu da
babban haskenka kuma zuciyata ta yi bugu da kaunarka ta
allahntaka, domin in yaɗa haskenka da kaunarka a cikin
.dukkann rayuka masu jituwa

A yau zan kebe lokaci don kasancewa tare da Allah, in yi
watsi da tunanin banza da kuma kin karyar ruhani
Hasken farin ciki da ke cika sararin kwanciyar hankalina
yana shelar zuwanka mai albarka Ko ka bayyana kanka
yanzu ko kuma daga baya, tabbas zan haɗu da kai wata
rana, kai wanda zuciyata take kauna kuma raina ke
sha'awarsa

Akwai nau'ikan muhalli guda biyu: muhalli na ciki da
muhalli na waje. Zan kare kaina daga mummunan tasiri
.kuma in yi kokari don gaskiya da adalci
Na fahimci cewa akwai alheri fiye da mugunta a wannan
duniyar domin Allah shine mafi girman iko a rayuwa
:zane

Kowace rana zan kasance mai himma a matakin tunani
da na jiki, domin tsayawar hankali da rashin aiki na jiki duk
.suna da illa ga ci gaban ruhaniya

Ya Allahna kaunatacce, ka buɗe mini idon da ba ya
ganin komai a rayuwa sai Kai, kuma ba ya ganin komai a
.cikin dukkan kyau sai kyawunka mafi d'aukaka
An ruɗe mu da mafarauci mai saurin gudu na rayuwa a
duniya, yayin da muke shawagi a cikin ruwa mai zurfi, mara
zurfi na tsaro da aminci na karya, tarkon jahilci mai kisa ya
rufe mu

Ya Mai Rahama, Ka tseratar da mu daga hatsarin
sha'awa da buri na duniya, kuma Ka taimake mu mu zurfafa
cikin zurfin natsuwa na zumuncin Allah domin mu sami ceto
.har abada daga tarkunan ruɗu da tarkunan yaudara
Ina jin yadda hasken Allah ke kewaye da ni, inda akwai
natsuwa, kwanciyar hankali, da farin ciki na ruhaniya
Zan wanke laka ta jahilci domin hasken ruhu mai tsarki
ya haskaka ta cikina

Wani yana iya gazawa ta fuskar dukiya, dabi'a, da kuma
ruhaniya, amma idan ya sake kokarinsa kuma ya tabbatar
da cewa hasken Allah yana haskaka masa, zai ji yana kusa
da Allah kuma yanayinsa zai inganta. Allah yana amsa

addu'o'in gaskiya da tunani mai kyau, kuma wannan hanya
.ce mai tasiri don shawo kan cikas ga nasara

Kafin mutum ya yi aiki, yana da 'yancin zabe, amma
bayan aikin, sakamakon zai biyo baya, ko ya so ko bai so ba;
wannan ita ce dokar karma. Saboda haka, yana da kyau a yi
.tunani kafin a yi aiki

Wadanda ke son zaman lafiya da kuma dandanon zaki
na Allah dole ne su biya farashi, kuma wannan farashin yana
kebe lokacin da ake bukata don gina natsuwa da kuma
samar da zaman lafiya. Hanya mafi inganci don shawo kan
damuwa ita ce a daidaita da kwanciyar hankali na ciki, farin
.ciki, da natsuwa

Ya Ubangiji, hannuwana suna aiki a gare ka, Ka sanya
mini rawar da zan taka a wannan duniyar, kuma duk abin da
.nake yi ina yi ne don girmama ka

Idan muka miƙa rayuwarmu ga Allah, za mu ga cewa
rayuwa tana canzawa zuwa kyakkyawan salon waka. Kuma
idan muka yi ƙoƙarin jin kasancewar Allah yayin da muke yin
duk ayyukanmu, za mu ga cewa yana zaɓar mana
takamaiman ayyuka kowace rana kuma yana taimaka mana
.mu cika su

A cikin nuna cancantar ruhi akwai hanya ɗaya tilo ta
rayuwa cikin kwanciyar hankali A cikinmu shine ikon canza
gida zuwa aljanna

Zan rinjayi girman kai da tawali'u, kiyayya da kauna,
farin ciki da natsuwa, son kai da son kai, mugunta da alheri,
jahilci da ilimi, da damuwa da kwanciyar hankali na tunani
.game da Allah da yin bimbini a kansa

Ya kamata dukkan ayyukanmu su kasance karkashin
muryar ciki ta sanin ruhi

Ya fi kyau mu sauka rayuwarmu. Na ga mutane masu
wayewa, masu yawan amfani da abincinsu, suna rayuwa
cikin yanayi mai kyau, amma suna da jiki cike da aiki da
kuzari, domin sun horar da hankalinsu kada su dogara gaba
.ɗaya ga hanyoyin samun lafiya da gamsuwa na waje

Ku tashi da jirgin natsuwa a kan kololuwar hikima mafi
girma, ku yi yawo a kasar kyawawan halaye da sabbin farin
ciki

Ya Ubangiji, ka kiyaye ni daga mugunta, ka albarkace ni
domin kada in ji mugunta, ko in ga mugunta, ko in fadi
mugunta, ko in hura mugunta, ko in taba mugunta, ko in riƙe
mugunta, ko in yi tunanin mugunta, ko in yi tunanin
.mugunta

Ka kasance tare da mu kowace rana, ya Ubangiji, domin
mu cika ayyukanmu da rai masu gamsuwa da zukatan da
aka kamshi da kasancewarka mai tsarki

Muna komawa ga koyarwar ruhaniya domin muna son
mu 'yantu daga wahalhalunmu Hanyoyin duniya da hanyoyin
da ake bi ba su ne mafita ba. Allah ne mafita. Lokaci ya yi da
ɗan adam zai farka ya kuma kawar da duhun jahilci da
hasken hikima. Mafi girman abu a rayuwa shi ne rayuwa a
.cikin mafakar lamiri mai tsabta

Kusan kowa yana jin cewa ba sa samun ci gaba ta
ruhaniya, wato, ba sa canzawa ko inganta duk da ƙoƙarinsu.
Abubuwa da yawa na iya kawo cikas ga ci gabanmu, kuma
wajibi ne mu kalli rayuwa da idon basira, nazari, da nazari
don gano waɗannan abubuwan da kuma koyon yadda za a
.magance su da kuma shawo kansu

Duk wanda ya ba wa wasu taimako na ruhaniya da na
kayan duniya kuma zuciyarsa ta cika da alheri da tausayi,
.zai ga cewa abin da ya bayar zai dawo masa
?Bishiyar Fata Me Aka Cimma



Tun da daɗewa, wani bawan Allah mai ibada ya zauna a
wata kasa kuma ya shafe shekaru da yawa yana tafiya
tsakanin duwatsu yana neman wata bishiya mai ban mamaki
da ake kira Itacen Wishing

Tatsuniya ta ce waɗannan bishiyoyi masu ban mamaki
an dasa su ne ta hanyar nymphs na Aljanna kuma masu
tsattsauran ra'ayi ne kawai ke samun su a matsayin lada
... saboda tsauration ayyukansu na tsauration

Wannan bawan Allah ya ji zurfin zuciyarsa cewa ya
cancanci ya sami wannan bishiyar saboda kokarinsa na
rashin gajiya, rungumar wahala da ya yi da son rai, da kuma
bin ka'idodin da ya tsara wa kansa. Amma duk da waɗannan
ayyuka da atisaye, akwai darussan da bai koya ba tukuna.
Duk da yake yana son haske, yana kuma da wasu buƙatu
.marasa mahimmanci

Daga cikin waɗannan sha'awar akwai sha'awar neman

Bishiyar Bukata. Hanyoyin tsaunuka masu tsauri sun gaji
kafafunsa marasa motsi a cikin bincikensa na rashin
gajiyawa don neman abin da zuciyarsa ke so da kuma cika
burinsa mafi zurfi. Jin daɗinsa na ciki koyaushe yana
tabbatar masa cewa za a biya masa burinsa, kuma itacen
yana jiran sa a matsayin lada ta halitta don kokarinsa na
ruhaniya, wanda ya zarce karfinsa da juriyar mutum na yau
.da kullun

Abokinmu ya yi gaskiya a cikin fahimtarsa A cikin ɗaya
daga cikin kwaruruka a cikin tsaunuka masu tsayi, ya sami

wata bishiya mai ganye masu fadi, kuma nan da nan ya
fahimci da fahimtarsa cewa ita ce taska da yake nema
koyaushe kuma yake sha'awar samu
Cikin himma da kuma nan take, ya kusanci rassan
bishiyar da ke maraba ya zauna a karkashinta. Domin ya
fuskanci ikon wannan bishiyar ta musamman, sai ya rufe
idanunsa ya ce wa kansa, "Idan wannan bishiyar da gaske
"!take so, to bari ta zama babbar katanga a gare ni
Ba da dadewa ba sai ga wani babban fada ya bayyana a
gefen bishiyar, kewaye da lambuna masu kyau cike da
.sabbin furanni, basil mai kamshi, da manyan bishiyoyi
Ya yi farin ciki da wannan mu'ujiza kuma ya yi matuƙar
farin ciki da cimma burinsa na karshe, domin a karshe ya
sami bishiyar da yake nema koyaushe. Bai jira ba da dadewa
kafin ya bayyana burinsa na gaba, yana cewa: "Ina so in ga
kungiyar 'yan mata a kusa da ni suna ba ni abinci mafi kyau
da dadi a kan faranti na zinariya kuma suna ba ni abin sha
wadanda suka fi dadi fiye da tulunan azurfa a cikin kofuna
".wadanda ke sheki kamar zinariya mai haske
Cikin kiftawar ido, burinsa ya cika, yayin da ya sami
teburi a gabansa cike da abubuwa iri-iri masu dadi da aka yi
hidima a kan faranti na zinariya, da kuma kyawawan 'yan
mata suna ba shi abinci da abin sha iri-iri da suka dace da
.sarakuna da sarakuna
Da ya fahimci cewa sabon gidan sarauta da lambuna da
gonakin inabi da ke kewaye da shi suna buƙatar tsaro da
kariya, sai ya roki bishiyar ta zama babbar runduna don kare
shi da sabbin dukiyarsa. Nan take, sai wata babbar runduna
ta bayyana ta yi sansani kusa da gidan sarautar, yayin da
masu gadi ke tsaye a kofar gidan sarauta don samar da
.kariya da ta dace
Bayan ya ji dadin liyafa mai cike da kayan annashuwa,
sai ya fara duba sabon fadarsa. Ya hau matattakalar
marmara mai gogewa ya kuma yi yawo ta cikin dakunan da
.aka lullube da duwatsu masu haske masu ban sha'awa

A karshe, bawan mu mai sa'a ya gaji da tafiya ya nemi zaman lafiya da hutawa a daya daga cikin dakunan bene na kasa. Tagogin dakin da ke kasa sun yi inuwa da dogayen .rassan bishiyar bege mai daukaka

Yayin da yake kwance a kan gado kusa da taga, ya lura cewa rassan bishiyar fatan sun toshe hasken, kuma ya ji kadaici, tsoro mai ratsa zuciya. Shirun ya katse shirun ne kawai da wasu sautuka, kuma yana mamakin ko suna fitowa daga lambun ne ko kuma daga namun daji na daji waɗanda .ke yawo cikin 'yanci a bayan bangon fadar

Yayin da damuwarsa ta karu, sai wani tunani mai karfi ya mamaye tunaninsa, sai ya ce wa kansa: "Gaskiya ne cewa akwai rundunar sojoji masu karfi a nan don kare ni, amma ban ga soja daya tsaye kusa da wannan taga ba, kuma taga ba ta da kariyar sandunan karfe. Me zai faru idan damisa daga daji ta sami damar shiga ta taga? A wannan yanayin, "za ta cinye ni, kuma hakan zai zama karshena

Da zarar wannan tunanin tsoro ya faɗo masa a rai, sai wani mugun damisa ya fito daga taga, ya kama mai tsoron, ya tafi (don ya cinye shi)

Abin takaici, mai sihirin bai fahimci cewa Bishiyar Fata ba ta bambanta tsakanin tunani mai kyau da mara kyau ba.

Manufarta ita ce ta cika tunanin da ke motsa zukatan waɗanda ke ɗauke da su. Hakika, Bishiyar Fata ta kunshi hoton tunanin mai sihirin mai karfi, kuma wannan shine .burinsa na karshe

Kowane mutum yana rayuwa a karkashin bishiyar fata mai sihiri wadda ke biyan duk bukatunsa. Itacen shine karfin .niyya

Duk wanda bai mallaki ikon mallakar burinsa, sha'awarsa, da tunaninsa ba tukuna, ya kamata ya gode wa Ubangijinsa, domin tunaninsa marasa tarbiyya ba sa faruwa nan take, in ba haka ba waɗannan sha'awar za su haifar da bayyanar damisa marasa sa'a kai tsaye waɗanda za su afka .wa mai su da kuma wasu

Darasin da ke cikin labarin shine muhimmancin mai da
hankali kan abubuwa masu kyau da nagari yayin da ake
zaune a karkashin rassan Itacen Wishing, wanda ba komai
.bane illa son rai da kuma karfin tunanin ɗan adam
Mayar da hankali kan tunanin mutum kan tsoro, gazawa,
rashin lafiya, da jahilci na iya haifar da fitowar dodanni daga
duniyar tunani da ba a gani, yana haifar da matsaloli marasa
.iyaka da kuma ba wa mutum mamaki da abin da ba ya so
An ɗauko daga hikimar Baramhanis

Mutane masu kyau abin koyi ne
Duk da cewa jikinsu yana da iyaka
Amma sun fahimci cewa su ɓangare ne na teku mara
iyaka

Kuma cewa dukkan siffofi daban-daban
Su rakuman ruwa ne a kan kirjin tekun sararin samaniya
A wannan duniyar muna iyakance kanmu kuma muna
takaita kanmu

A cikin iyakokin karamin iyali
Amma idan muka kaunaci maƙwabtanni, mukan girma
Idan muka kaunaci kasarmu, za mu kara girma
Idan muka kaunaci dukkan mutane da al'ummomi, za
mu kara girma sosai
Kuma idan hankalinmu ya nutse cikin Allah a cikin
rayuwar lahira
Ko kuma a cikin wannan duniyar ta hanyar zurfafa
tunani

Ko da yake muna cikin jikin zahiri
Mun fahimci gaskiya da gaske
Teku ita ce rakuman ruwa
Kuma cewa rakuman ruwa sun fito daga teku
Daga ɗakin karatunmu da aka adana: Wasiku
Abokai, ɗakin ajiyar kayan tarihinmu ya kunshi
Dangane da ɓangarorin da aka ɗauko daga dubban
wasikun da masu karatu suka aika

Daga kasashe daban-daban, sun bayyana gogewarsu
Tare da koyarwar Jagora Paramhansa Yogananda
Ga na fassara samfurin waɗannan haruffan
Domin ya dace da yawancin sharhinku da sakonninku
Wannan shaida ce cewa kwarewar ɗan adam ɗaya ce
Kuma wannan buɗe zukata da tunani masu jituwa
Suna haɗuwa da juna, duk inda suke
Da soyayya, alheri, da zaman lafiya
Idan kuna son karin waɗannan sakonnin
Zan yi farin cikin bayar da karin
Da soyayya ta gaskiya da fatan alheri
Mahmud Abbas Mas'ud

Yanzu don Allah a karanta wasu daga cikin sakonnin
Waɗannan koyarwar sun taimaka mini wajen bincike
sabon abu

Salama mara iyaka da ke cikin dukkan zukatanmu
Ya ba ni karin kwarin gwiwa a nan gaba
Kuma na kara kaunar Allah da waɗanda suka san Shi
Hakika ya kunshi haske da albarka

* **

Ina jin matukar godiya ga Allah
Wanene ya shirya da ni zuwa ga waɗannan koyarwar
ruhaniya

Ina jin godiya da godiya sosai
Don taimakon da na samu godiya ga Allah
Kuma laccocin masu hikima na Paramahansa
Ina kuma jin kamar na fara wani kasada mai ban

mamaki

Domin gano boyayyun taskokin rai a cikin ma'adinan
rayuwata

* **

A cikin koyarwar Jagora Paramahansa
Na sami maɓuɓɓugar salama, karfi, da kuzari da ke
.gudana koyaushe a koyaushe
Yana da wuya a lissafa duk fa'idodin da ke gudana

Cikin rayuwata ta yau da kullun daga manyan tunaninsa

* **

Ina karanta waɗannan laccoci akai-akai
Duk lokacin da na sami sabbin abubuwa, kamar dai
Ban taɓa karantawa ba a da
A gare ni, tushen kuzari ne mai tasowa, mai yalwar ci

gaba

Daga ilimin Allah, wahayi, da kauna

* **

Da zarar na kara karanta waɗannan koyarwar da
hankali da tunani
Duk lokacin da na ji wani ci gaba a rayuwata, nakan ji
wani ci gaba mai kyau

A matakin abu, tunani, da ruhaniya
Yana da kaddarorin maganadisu
Don jawo hankalin alheri da dukkan abubuwa masu

kyau

* **

Yayin da nake karanta waɗannan laccoci
Na fara jin kamar ina kan hanyar da ta fi girma
Ina hawa saman ilimi da ruhaniya
Ban san da hakan ba a da
Ina kuma jin cewa ya kawo ci gaba da yawa a rayuwata
Kuma ya sanya shi ya zama mai wadata da kuma
bambancin ra'ayi

A baya ina cikin tashin hankali
Kuma yanzu ina jin karin fahimta
Da kuma jin daɗi a cikin ji
Burina shine in taimaka wajen yada waɗannan ra'ayoyin
Domin wasu su amfana da shi kamar yadda na amfana

da shi

* **

" Na gama karanta "Whispers from Eternity
Ga malami Paramhansa, kuma ina jin yalwar kwanciyar
hankali

Kaunar Allah ta cika dukkan rayuwata

-

Kwatanta tsakanin tawali'u da girman kai

Tawali'u kwarin ilimi ne mai albarka

Inda ruwan sama mai tsarki ke zuba sosai kuma yana

taruwa

Kuma ba zai yiwu ruwan sama ya taruwa a kan dutse ba

Don haka, ruwan ilimi ba zai iya taruwa a kan girman kai

ba

Girman kai yana rufe kofar karba da budewa, wanda ta

haka ne ilimi ke shiga

Tawali'u yana buɗe kofofi sosai

Yana kira ga hikima ta zo ta kafa

Girman kai mummuna ne da aka rubuta a fuskar mai

girman kai

Mutane suna kin sa kuma suna nisantar sa

Tawali'u kamshi ne mai daɗi wanda ke sa mai shi ya

zama kaunatacce kuma mai son kowa

Girman kai ya samo asali ne daga wani yanayi na rashin

daraja

Wanda ke bayyana a matsayin abin da ake kira

hadaddun fifiko

Duk da cewa tawali'u yana samuwa ne daga hikima

ko kuma sanin kai

Girman kai ya fi neman gaskiya

Dangane da tawali'u kuwa, yana da laushi da maraba da

gaskiya

Yana rokonsa ya shiga Wuri Mafi Tsarki na ransa

Girman kai ya bayyana rashin cancantarsa ta hanyar

yunkurinsa da ya gaza

Rage darajar wasu da kuma sanya su su yi kama da

kanana

Duk da haka, tawali'u alama ce mai kyau ta fahimtar

zukata

Misali mai kyau na girma da girma

Alfasha alkyabba ce mai haske da masu banza ke sawa
Tawali'u shine tufar mutunci da ladabi
Girman kai yana korar abokai da gaskiya daga
rayuwarsa

Tawali'u yana jan hankalin abokai da fahimta
Mai girman kai kamar gwangwani ne da babu komai a
ciki wanda ke yin hayaniya idan an taɓa shi
Mutum mai tawali'u kamar tukunya ne cike da abin sha
mai albarka na hikima
Tawali'u yana da kyau; yana yaɗa farin ciki a kusa da
shi
Yana jan hankalin abokai na gaskiya da kuma ruhohin
kirki

Mutum mai tawali'u yana kawo alheri da albarka a
rayuwarsa
Da tawali'unsa, kamar fure mai kamshi sabo
Allah Ya cika rayuwarka da farin ciki da annashuwa
Buri da rashin adalci
Burin zama miloniya
Son arziki da kwadayin yin alfahari
Ma'auni ne na karya na farin ciki na gaske
?Kuma wa ke son zama miloniya ta wannan hanyar
Ba wai kawai yana cutar da kansa ba
Yana kuma cutar da wasu
Domin yana jagorantar su zuwa hanyoyin da ke haifar
da wahala da wahala
Misali, ma'aikaci mai sauƙi a otal
Wanda ya ga wani miloniya sanye da tufafi masu tsada
Yana fitowa daga wata mota mai tsada da alfahari da
girman kai
Direba mai zaman kansa ne ke tuka shi
Yana kishinsa saboda albarkar da yake da ita
Yana kofarin yin koyi da salon rayuwarsa
Yana komawa ga aron kuɗi da siyan mota, wataƙila ta
da ta yi amfani da ita

Yana buƙatar gyara mai tsada
Kuma yana siyan wasu kayan alatu
Wanda ya yi kuskure yana imani
Zai ba shi wani irin kallo
Daga sha'awar banza da dukiyaƙa
Shi talaka ne mai yin caca da ƙarancin albarkatunsa
Yana fallasa kansa ga matsalolin da zai iya gujewa cikin
sauƙi

Kadan ne daga cikin waɗanda suka fahimci
Mutumin da ya sadaukar da lafiyarsa da farin cikinsa
A kan bagadin tsoro da aiki mai wahala
Matsalar jijiyoƙi da matsalolin zuciya
Domin zama miloniya
A zahiri yana baƙar da masu hankali da rashin hankali
Don tafiya a kan hanyoyi masu santsi
Inda ake auna rayuwa ta hanyar bayyanar yaudara
Yin kamar ina cikin farin ciki
Amma game da ma'aunin ƙarya cewa
Arziki shine babban burin rayuwa, wanda babu wani buri
da ya wuce haka
Wannan yana sa mutane su koma ga yaudara da
yaudara
Don yaudarar masu hankali da kuma kwace musu abin
da suke rayuwa da shi
Halayen salon rayuwa masu yawan wuce gona da iri
Ko da kuwa yadda ake samun kudin
Jin daɗin yabo da fara'a alama ce ta rashin hankali
Saboda girman kai da kuma nuna kyama ga mata
Duk wannan yana tura mai neman arziki zuwa ga ƙarin
kwadayi
Da kuma tsara hanyoyin da ba su dace ba
Ko kuma amfani da cin zarafi da ayyukan da ba su dace
ba
Don samun ƙarin jin daɗi
Wanda yayi kama da sandar da ta lalace

Wanda ya ji rauni a hannun da ke rike da shi
Kuma kada ku jingina gare shi
rayuwa mai tsada
Sha'awar mallakar kuɗi ta kowace hanya
Da kuma fargaba game da zama a cikin gida mai sauki
Kuma tsoron rasa matsayin kuɗi
A idon iyali da al'umma
Baya ga son kai
Duk waɗannan suna nuna rashin adalci
Kasadar da ba a lissafa ba
Rashin tausayi ga waɗanda ke cikin buƙata
Idan kowa yana rayuwa cikin sauki kuma yana sanye da
tufafi masu sauki
Salon rayuwa mai tsada ya kare
Wanne ne mafi yawan lokuta
Ga yawan damuwa da takaici
Kuma mutane sun yi koƙarin gina halaye na ruhaniya
Kuma ruwan inabi mai daraja maimakon haka
Dole ne a kawar da son kai
Ya yi rayuwa mai sauki da tunani mai kyau
Ma'aunin yau da kullun da gwaji
Babu wata mu'amala ko haɗin gwiwa da ake buƙata
Tare da waɗanda ke da dukiya ta tara
Waɗanda ba sa jin abin da wasu ke ji
Zukatansu ba sa yin laushi ga 'yan'uwansu marasa kyau
Ko da sun gan su cikin tsummoki da suka yi kaca-kaca
da yunwa
Dukiya kanta ba zunubi ba ce
Maimakon haka, yana iya zama albarka a hannun
mutane nagari da karimci
Waɗanda Allah Ya waɗata su daga falalarSa mai yawa
Waɗanda ke jin daɗin taimaka wa wasu
Kuma sun cire musu mummunan mafarkin talauci da
rashin adalci daga kafadunsu
Kalmomi suna da iko mai girma na ginawa ko lalatawa

Don ta'aziyya da ta'aziyya
Ko kuma don murkushe ruhohi da kuma wargaza ji
Akwai kalmomi da ke haifar da rudani da rudani
Kalmomi da ke kawar da damuwa da kuma kwantar da
hankali

Yana kara kwarin gwiwa da ta'aziyya
Kalmomi da ke kunna yake-yake masu zafi
Kalmomi don tausasa yanayi
Kuma yana rage wahalhalu da nauyi
Allah ya bai wa mutum baiwa da dama
Wannan ya hada da ikon bayyana kansa
A cikin maganar da aka fada, aka rubuta, aka kuma ji
Domin samun kyakkyawar mu'amala mai ma'ana da
kusanci tsakanin mutane
Bil Adama iyali daya ce
Duk da bambance-bambancen da ke tsakanin
wadannan abubuwan
Bari kalmomi su zama kayan aiki don kusantar da
mutane, ba don tsoratarwa ba
Don a tabbatar da kwanciyar hankali, ba don yada firgici
da rashin jituwa ba
Don kafa jituwa, ba don shuka rashin jituwa ba
Don kawar da cikas da cikas
A'a ga cike hanyoyin da kaya da cikas
Labarin mai amfani wanda ya koya wa sarki
Tun da dadewa, wani sarki ya gaya wa daya daga cikin
mutanensa cewa sai dai idan ya amsa wata tambaya ta
.musamman, to za a rataye shi
?Mutumin ya amsa, "Mece ce tambayar, Ranka ya dade
"

Sarki ya tambaya, "Ka fada mini, ina ne sanin Allah
" ?yake
Mutumin ya roki sarki da ya ba shi tsawon makonni biyu
domin ya kawo masa amsar, kuma sarki ya amince da
.bukatarsa

Sai ya koma wurin aikinsa cikin bakin ciki ya kuma gaya
wa mai aikinsa cewa sai dai idan ya amsa tambayar sarki
.cikin makonni biyu, zai biya shi da ransa
Mai amfani da shi, wanda aka san shi da karfin hali da
basirarsa, ya ce masa
Bari in tafi a madadinka kuma ni da kaina zan amsa "
" tambayar

Mai amfani ya je wurin sarki ya ce masa
Da farko dai, bari in zauna a kan karagar mulkinka, "
domin yayin da nake gaya maka wani abu da ba ka sani ba,
" ni ne ubangidanka
Sarki ya gabatar da karagarsa ga mai amfani, sannan ya
ce

" ?Ka fada mini, ina ne sanin Allah yake "
Mai amfani da ke zaune a kan karagar mulki ya amsa:
" "Kawo min saniya
An kawo saniyar, sai mai amfani ya tambaya, "Ina
" ?madarar take

" Sarki ya amsa: "A cikin nonon uwa
Mai amfani ya amsa: "Ba haka lamarin yake ba, madara
ba wai kawai tana cikin nono ba ne, har ma tana cikin
dukkannin jikin saniya, domin madara ita ce ainihin
". saniyar

Sai mai amfani ya nemi kwano na madara, sai aka kawo
" ?masa kwano, sai ya tambayi sarki: "Ina man shanu yake
" Sarki ya amsa, "Ban ga man shanu ba
Mai amfani ya ce: "Man shanu yana nan, amma ya
rarrabu a cikin madarar. A soya madarar, man shanu zai
".rabu ya yi iyo a saman ruwa
Kamar yadda madara take a dukkan sassan jikin saniya,
kuma man shanu yana yaduwa a cikin dukkan kwayoyin
madara, haka nan sanin Allah yake a cikin kowace kwayar
.halitta

Saboda haka, hikimar mai amfani ta ceci ran mai
aikinsa, yayin da sarki ya sami amsar da ta dace ga
.tambayarsa

Sanin Allah ba wai kawai ga waɗanda suka waye ba ne;
yana wanzuwa a cikin rayuka da zukatan kowa. Duk wanda
ya zurfafa cikin tunani zai buɗe kofar zuciyarsa, ya ji
kasancewar sanin Allah, kuma ya karanta littafin rai. Ba tare
da wannan ainihin ji ba, tambayar za ta kasance ba a amsa
.ta ba

Masu hikima suna cewa
Domin mutum ya kasance mai amfani a rayuwa
Dole ne ya 'yantar da kansa daga dukkan munanan
manufofi

ji mai zafi da kuma sha'awar ɗaukar fansa
Har ma da rashin gamsuwa da aka tabbatar
Bai kamata a sauke kauna daga karagar mulki ba
Ya kamata soyayya ta mamaye ji
Yana samar da tushen mu'amala tsakanin mutane
Akwai abubuwa da abubuwan sha'awa a rayuwa da suka
fi kyau sosai

Daga kara rura wutar kiyayya da fushi
Tsarin cutar da tarko ga wasu
Kuma ana zuba ruwan wuta a wuta
Har ma waɗanda ke yin wani abu ta wata hanya
Bai dace da yanayin ɗan adam mai daraja ba
Da ace ɗan adam zai daina kunna wuta da faɗaɗa
mugunta

Maimakon haka, yana amfani da idon gamsuwa
Wanda Mahalicci Mai Iko Dukka Ya ba shi
Mayar da hankali kan yin alheri ga kai da wasu
Domin iyakance tunani da ji ga kiyayya
Kashe kayan aikin mai kyau
Wanda Allah ya bai wa ɗan adam domin su yi amfani da
shi

A cikin ɗan gajeren tafiyarsa zuwa wannan kasar

Mayar da hankali mara kyau yana haifar da tauraruwar
zukata
Kuma don tayar da mummunan zato da kuma jin
kiyayya
Idan ya yi kauri a cikin zuciya, zai yi wuya a kawar da
shi
Wannan mummunan yanayi ne wanda hangen nesa na
rashin bege ya koma jaundice
Duk abin da ke da kyau yana zama mummunu, kuma
duk abin da ke da kyau yana zama tushe
Har ma kayan aikin lafiya sun zama kayan aikin kera
kayayyaki
Toxins da cutar da ba ta da kyau
Wannan jahannama ce
Allah ka nisantar da mu da ku daga gare shi
Kuma game da sharrinsa da sharrinsa
Salam alaikum barka da warhaka
Allah Ya sa soyayya ta kewaye ka koyaushe

Rana ta sanin sararin samaniya

Wannan labarin ya fito a fitowa ta farko ta mujallar
Gabas da Yamma a shekarar 1925. An kafa wannan mujallar,
wadda daga baya aka san ta da mujallar Ilimin Kai, don
manufa daya: don kusantar da mutane da kuma nuna mafi
kyawun siffofi da halaye na musamman da kasashe ke da su,
wadanda suka ba da gudummawa kuma suka ci gaba da ba
da gudummawa wajen gina babban ginin dan adam a
.wannan duniyar tamu
Babban malamin ya yi aiki tsawon shekaru da yawa don
habaka ruhin kauna da 'yan'uwa a tsakanin mutane, yana
karfafa musayar gogewa da ilimi don sa rayuwa ta zama mai
ban mamaki, kyakkyawa, da ma'ana. A wannan fannin, ya
ce: "Yunwarmu ga ilimi ya kamata ta sa mu manta da
kananan bambance-bambancenmu kuma ta karfafa mu mu

yarda da gaskiyar wasu da farin ciki. Bari Gabas da Yamma su shirya don musanya mafi kyawun abin da al'ummarsu ke da shi, domin dukkan mutane 'yan'uwa ne, kuma dukkanmu ". 'ya'yan kasa ɗaya ce ta duniya baki ɗaya

Na zauna a kan wani karamin tudu idanuna a rufe ina kallon duhun da ya lullube ni. Da farko, ban ga komai ba sai duhu, duk da haka ina neman wani abu da ba a sani ba .amma na saba kuma na sani a lokaci guda

Na buɗe idanuna na kalli duniya mai ban mamaki da farin ciki, wacce aka kawata da sararin hasken wata mara iyaka da taurari masu walƙiya a cikin sararin samaniya mai faɗi, filayen murmushi da tuddai masu ciyawa masu launin kore mai laushi kamar velvet, tsaunuka masu walƙiya masu walƙiya, rakuman ruwa suna faɗuwa a kan tekuna masu rikitarwa, da biranen da ke alfahari da nasarori da kirƙira marasa adadi na ɗan adam Duk da haka, duk abin da na gani ya yi kama da yana zagin ni saboda bata lokacina cikin tunani, yana zargin ni da zama mai mafarki, wanda ya bace .a cikin duniyar tatsuniya

Duniya ta ce mini, "Me ya sa kike rufe idanunki kina kawar da kyawuna daga ganinki, kina rayuwa cikin duhu "?mara komai da duhu mara komai

Na yi rada: "Ya kai mai kutse mai karfin hali, da ba don "!kyawun ciki ba, da kyawunki ba shi da wani kyau ko haske Da zarar wannan tunanin ya faɗo mini a rai, sai na ji wani boyayyen kira daga wani kusurwa mai zurfi a cikin raina, sai hankalina ya yi rawa, kwayoyin jikina kuma suka .farfaɗo

Na sake rufe idanuna don ganin teku mai duhu Na kalli zuciyar duhu mai duhu, ina neman haske mai haske—wani haske da na san yana wanzuwa, yana buƙatar bincike kawai har sai na same shi. Ba zato ba tsammani, na hango wani tunani mai rauni, kusan haske wanda ke fitowa daga ɗaya daga cikin kusurwoyin wannan ɗaki mai zurfi, na mai da

hankalina ga wannan ra'ayin mai rauni, kuma ya haskaka
.sosai har sai ya bayyana d'aukakarsa ta boye
Kuma na gano cewa ina iya gani a can ba tare da idanu
ba kuma ina ganin kowace tunani tana haskakawa kamar
walkiya da ke walkiya sannan ta bace, ko kuma tana
haskakawa kamar tarin taurari masu walkiya waɗanda ke
fitar da feshi na haske wanda ya bayyana kwatsam sannan
ya bace a sararin samaniyar zuciyata. Na sami damar kirga
kowace walkiya, kowace walkiya, kuma na fahimci darajar
lokaci da kuzarin kowannensu. Wannan kyakkyawan hangen
!nesa ne

Kuma na kuma iya ji ba tare da kunnuwana ba, kuma na
saurara da irin wannan haske ga muryar tunani na mai rauni
amma mai karfi Eh, na saurari kananan raɗa na lamiri da
muryar hikima mai shiru Na ji duk abin da waɗannan
muryoyin suka faɗa da irin wannan haske, kamar ban taɓa ji
ba a da. Kuma a karon farko, na ji kasancewar waɗannan
dangin da ba a gani, na ciki Na ji tausayinsu da rashin
kulawarsu gare ni. Waɗannan dangin da suka rayu tun da
daɗewa a cikin zurfin rayuwata, a cikin d'akuna masu duhu,
suna shirya makirci, daidaita, da tsara kaddarata. Duk da
haka sun kasance a boye, masu tawali'u, da boye, kamar ba
.su da wanzuwa ko wanzuwa

Wannan babban aiki ne da kake yi, 'yan uwa da abokan
arziki na sirri! Me ya sa ba ka bayyana a sarari da kuma a
?sarari haka ba

Shin kana jin tsoron kallon tunanin d'an adam marasa
kyau? Ko kuma wataƙila kana jin tsoron bayyana a cikin
duhun duhu na tunanin da ba za a iya gyarawa ba, tunani
mai laushi! Ko kuma wataƙila kana jin tsoron shakewa daga
!girgizar abubuwa masu yawa

Duk da haka, yaya ka kware wajen yin tsegumi daga
d'akuna masu duhu don gina manyan gine-gine, manyan
gadoji, da duk wani abin da ya faru na kayan tarihi, sannan
!ka dawo ba tare da wani ya lura ko ya yi maka murna ba

Jirgin kasa da ke gudu cikin duhun dare, jiragen sama masu ruri, manyan jiragen ruwa da ke shawagi kamar kauyuka a saman teku, manyan ayyukan fasaha, haikalin Budurwa Athena, Parthenon, da Taj Mahal duk mu'ujizai ne da mutum ya yi, kuma duk suna tunatar da ni game da kai !da ikonka da tunani mai girma ya yi wahayi zuwa gare su Amma lokacin da na ga tafkin da ruwansa mai sheki yana kirana in kashe kishirwata, kuma gajimare masu duhu suna fitar da koguna da ruwan sama don ciyar da gonaki da bishiyoyi cike da 'ya'yan itace masu dadi da dadi; kuma lokacin da na ga hasken wata yana haskakawa da daddare, kuma na lura da zagayowar yanayi, da kuma duniya da aka lullube da kafet mai kauri na ciyawa, da kuma gajimare ja da aka sassaka su cikin siffofi ta hanyar hasken da ke kan labulen sararin samaniya duk wadannan hotuna masu ban sha'awa, marasa misaltuwa, ina gani, kuma ina tunanin wannan hannun sararin samaniya yana aiki da iko da hikima !a ko'ina

Kuma ina mamakin wannan muryar sararin samaniya da ke umurtan rana, wata, taurari, duniya, yanayi, yanayi, duk makafin iko, tekuna da rakuman ruwa, mutum, rai, da .mutuwa, kuma suna jin muryarta kuma suna biyayya da ita Akwai wani boyayyen kusurwa, ba tare da iyaka ko karshe ba, inda ake boye ra'ayoyi masu haske kuma suna aiki a cikin sararin samaniya ba tare da wani ya lura da su ?ba

Na duba ta tagogi na tunawa da farkon yarintata, lokacin da rana ta sanina ta fito a sararin samaniyar rayuwata. Kuma lokacin da ta fito a hankali daga duhun tunanin da ba a sani ba, sai ta haskaka wani karamin bangare na sararin tunani na, don haka ban ga komai ba sai mahaifiyata, kayan wasana, da wasu alewa masu launuka .daban-daban

Daga baya, yayin da sanina ya kara haske, na ga babban bangare na tunanina; ya haskaka, kuma na ga

abubuwa da yawa da ban taɓa gani ba kafin na ga abokaina,
'yan uwana, makwabtana, kasata—duk sun bayyana kuma
sun shiga cikin fagen hangen nesa na
A sararin tunanina, rana ta sanina ta haskaka da haske
mai karfi da karfi, tana haskaka duk abin da aka boye a baya
Na ga dukkan mutane, dukkan al'ummai, dukkan halittu,
yanayi, duniyoyi, taurari, da duk electrons masu haske Har
!ma na ga sararin samaniya da sararin samaniya mara iyaka
Kuma ban taɓa sanin cewa zan gano a cikin duhun
!tunanina rana ce ta sanin sararin samaniya ba
Sarrafa munanan halaye

**Mutumin da ya sha giya fiye da kima yana zama
mai jaraba, kuma wannan jarabar tana haifar da wata
mummunar dabi'a da kuma ruɗani. Idan ba su yi
koƙarin dakatar da shan giya ba, za su iya zama
mashayi, suna fama da sha'awar barasa mara iyaka.
Wadannan mutane marasa galihu galibi suna kashe
kuɗinsu kan barasa. Suna cin abinci kaɗan kuma da
alama suna samun abinci mai gina jiki daga abin sha
mai maye. Yayin da wannan dabi'ar da ke lalata ta
zama ruwan dare, suna rasa jin nauyin lafiyarsu da
matsayinsu a gidajensu, al'ummominsu, da kuma
duniya.**

**Bayanin da ya gabata game da masu maye misali
ne kawai na abin da nake kira "masu maye na
hankali". Wadannan masu maye na tunani ko na
hankali za a iya rarraba su bisa ga takamaiman
yanayin tunaninsu, wanda zai iya zama na yau da
kullun kuma mai wahala, kamar fushi, tsoro, sha'awar
jima'i mara iyaka, jin daɗin cutar da wasu, caca, sata,
hassada, kiyayya, kwadayi, mummunan hali, cin
amana, wauta, da hauka.**

**Idan mutum ya nuna fushi, tsoro, kishi, ko wasu
daga cikin halaye da aka ambata a sama tun yana**

karami, shaida ce cewa sun koyi wadannan halaye na tunani marasa kyau a rayuwar da ta gabata. Iyaye wadanda suka lura da duk wani mummunan hali na tunani a cikin 'ya'yansu, ko da a lokacin kuruciya, ya kamata su dauki lamarin da muhimmanci kuma su dauki mata kai don hana yaron kamuwa da jaraba ta tunani, mafi kyau ta hanyar sanya shi a cikin wani yanayi daban a karkashin kulawar masu ba da shawara na ruhaniya.

Tare da kyakkyawar hulfa da muhalli mai tallafi tsawon shekaru da yawa, mai shan giya mai tabin hankali zai iya 'yantar da kansa daga shakar miyagun halaye da ya samu. Yayin da yake samun kulawar likita mai kyau a wuri mai taimako, dole ne a sanar da mai shan giya mai tabin hankali game da mummunan sakamakon halayensa masu bankyama kuma a karfafa shi ya yi tunani a kansu kuma ya yi kokari na gaske don guje wa nuna wadannan halaye masu bankyama da lalata a kowane yanayi. Kowane yanayi na shiga cikin halin rashin lafiyar kwakwalwa da aka samu a cikin jiki na baya yana karfafa shi kuma yana daure shi a cikin tunanin mai hankali har sai mutum ya zama bawa gare shi a kowace ma'anar kalmar.

Mutum mai fushi, mai sha'awa, ko kuma mai kwadayi yana mantawa da matsayinsa kuma yana watsi da dangantakarsa da al'umma, yana aikata manyan kurakurai da ke lalata rayuwarsu da rayuwar wasu. Da yawa daga cikin wadannan mutanen da ke fama da tabin hankali suna ganin cewa ta hanyar bayyana halayensu na tunani, suna fitar da numfashi kuma suna samun sauki. Duk da haka, shiga cikin sha'awa mai cutarwa dabi'a ce mai mummunan sakamako, domin ta hanyar bayyana irin wannan mummunan hali akai-akai, mutum yana zama mai

jaraba ta tabin hankali, yana mai da kansa abin dariya a idanun wasu, ko'ina kuma a kowane lokaci.

Idan yara suka fuskanci yanayi mai guba yayin da hankalinsu ke ci gaba da girma kuma yana iya canzawa, za su haifar da munanan halaye waɗanda, idan ba a yi taka-tsantsan ba, za su iya haifar da mummunar rashin lafiyar kwakwalwa. Iyaye waɗanda suka lura da canji kwatsam a cikin ɗansu - kamar yaro mai natsuwa wanda a da yake jin haushi koyaushe - dole ne su kula sosai, gano da magance abubuwan da ke haifar da takaici da yanke kauna, da kuma nemo sabbin hanyoyi masu gina jiki don su yi amfani da kuzarinsu ta hanya mai amfani da tasiri.

Waɗanda ke nuna ɗaya daga cikin waɗannan halaye da aka ambata a sama masu shan giya ne masu tabin hankali. Suna tafiya cikin rashin kulawa da rashin da'a a kan manyan munanan halaye, suna wargaza farin cikinsu ta hanyar mika wuyansu ga sha'awarsu da son rai, da kuma nuna munanan halayensu.

Ba shi da amfani a tsawata, a yi gargadi, ko a ɗora wa masu shan giya laifi saboda halayensu na tashin hankali. Yanayin tunaninsu ya samo asali ne daga munanan halaye da suke maimaitawa. Ya kamata a yi musu magani a matsayin marasa lafiya masu tabin hankali waɗanda ke fama da matsalolin tunani marasa magani.

Canza abokan mutum shine mafi inganci magani ga kowace irin maye mai tsanani, domin nufin mutumin da ke cikin maye yana bauta wa ɗabi'a don haka ba su da juriya ga mugunta. Mafi kyawun magani shine a mayar da su kai tsaye zuwa muhalli wanda ke aiki azaman maganin guba ga yanayin tunaninsu mai guba. Ya kamata a sanya mutumin da ke fusata—idan zai yiwu—tare da mutum ɗaya ko fiye

wadanda ba sa fushi ko da a cikin yanayi mai tayar da hankali da fushi. Ya kamata mutum mai sha'awa ya kewaye shi da mutanen da ke da kamun kai. Barawo kwararre yana bukatar kungiyar mutane masu gaskiya. Ana iya taimaka wa mutum mai jin tsoro da tsoro ta hanyar karfafa shi ya yi hulfa da mutane masu karfin hali da kuma karanta tarihin rayuwar jarumai. Wadanda ke da fushi mai kayatarwa da dabi'a mai tsauri ya kamata su ci gaba da zama tare da wadanda ke da farin ciki da kuma yanayi mai dadi.

Dole ne mai fama da matsalar tabin hankali ya tuna cewa makarkashiya ko rashin aikin hanji, tare da cin nama, musamman naman sa da naman alade, zai kara ta'azzara matsalar tabin hankali da kuma kara cusa shi a cikin kwakwalwarsa. Hada yawan 'ya'yan itatuwa da kayan lambu a cikin abincinsu na yau da kullun, yin amfani da ruwan 'ya'yan itace na kwana daya a kowane mako, da kuma hada azumi mai tsawo a wasu lokutan, zai taimaka sosai wajen gyara yankunan kwakwalwa inda ake samun halaye masu cutarwa.

Yawan yin jima'i yana lalata tsarin jijiyyoyi da kwayoyin kwakwalwa, yana kara rura wutar fushi ga mai shan giya mai tabin hankali. Bugu da kari, yawan sha'awar jima'i yana raunana karfin hali. Saboda haka, duk masu shan giya masu tabin hankali dole ne su koyi yadda za su sarrafa sha'awar jima'i domin su yi aiki da daidaito a cikin dangantakar aurensu, kamar yadda yanayi ya umarta.

Sau da yawa muna ganin cewa masu kula da iyali ko masu kula da iyali - ko uba ne ko da, kuma a wasu al'ummomi, uwa ko 'ya - suna nuna sha'awar shan giya saboda jin cewa matsayinsu yana ba su damar iko da kuma tilasta musu wasiyyarsu. Wadannan kananan masu mulkin kama-karya bai kamata su saki

fushinsu ga 'yan uwa waɗanda ke bukata kuma suna dogara da su ba. Idan sun yi, za su rasa girmamawa da girmamawa ga kaunatattunsu.

Idan wani mai mulkin kama-karya na iyali ya yi imanin cewa zai iya yin abin da ya ga dama a gida, sai ya fara nuna halayensa marasa daɗi da kuma halayensa masu muni ko da a wajen da'irar iyali ne. Daga karshe, ya saba da wannan ɗabi'ar kunya kuma ya yi aiki daidai, a ko'ina da kuma a kowane lokaci. Sai dai idan waɗannan azzalumai sun mallaki sha'awarsu ta mamaye kaunatattunsu, a hankali sai su zama marasa kwanciyar hankali a hankali, suna yin aiki ba tare da balaga ba kuma suna haifar da babbar matsala ga waɗanda ke kusa da su, waɗanda ke mu'amala da su lokaci-lokaci, da kansu.

Duk wanda ya yi imanin cewa yana da tabin hankali ya kamata ya nemi magani Akalla, ya kamata ya daina kokarin kamuwa da wasu. Ka yi tunanin kana zaune a gida a hankali, wataƙila kana karanta littafi kusa da murhu, sai kwatsam wani skunk mai kamshi ya shigo gidanka! Hakika, za a yi hayaniya, kuma kai da waɗanda ke kewaye da kai babu shakka za ka yi kokarin korar skunk ɗin, ka jika kanka cikin sinadarai marasa daɗi. Sakamakon haka, duka gidan da skunk ɗin za su lalace.

Hakazalika, ba daidai ba ne ga ɗan adam ya shiga cikin yanayin da ba ya son kasancewarsa, domin yana iya haifar da damuwa ga duk wanda ke kewaye da shi, kuma a karshe a yi masa mummunan hali.

Ku tuna, abokaina, cewa ɗan adam mai kama da dabba, wanda ke ɗauke da rawar jiki ta tunani na wani mummunan yanayi da aka nuna a fuskarsa kuma a bayyane yake a idanunsa, yana haifar da babban lahani a cikin yanayi mai natsuwa, kwanciyar hankali,

da natsuwa. Wannan ɗan adam ba a maraba da shi a ko'ina.

Boye yanayin tunanin mutum ya fi kyau fiye da mika wuya ga tasirinsa a tsakanin mutane. Jin dadin da ba shi da dadi, ko kuma ba da damar yin amfani da sha'awa da sha'awa, shine kasa mai albarka wadda sha'awar kafin haihuwa da bayan haihuwa ke girma da bunkasa. Saboda haka, duk wanda ke fama da wannan matsala dole ne ya yi taka tsantsan game da rayuwa a cikin muhallin da ke kula da miyagun halaye ko halayen tashin hankali.

Hakika, idan ka haɗu da wani wanda ya yi maka kamar mai alfahari kuma ya yi maka magana da murmushin roba, "Da dadewa ba za ka gani ba!" yayin da yake cewa a ransa, "Allah ya la'anci lokacin da ya haɗa mu," kana jin yadda yake ji, kana jin kyamarsa, kuma kana jin kyamar maganarsa ta karya.

Da kaina, ina so in san inda nake tsaye da mutane. Ina son gaskiya, ko da kuwa tana da zafi ko kuma mai tsanani, fiye da karya. Babu wanda yake son macijin munafunci ya nuna shi daga karkashin wani tarin murmushi mai launin shuɗi ko a bayan kalmomi masu dadi da dadi.

Duk da haka, ya fi kyau ga mai shan giya mai tabin hankali ya kasance mai fara'a ga wasu, ko da kuwa don nuna isa da kuma nuna isa ne kawai, maimakon ya shafa musu gubar halinsa mai ban tsoro.

Yin amfani da kamun kai a kullum, ko da a kananan al'amura, zai taimaka wa mai shan giya mai tabin hankali ya guje wa mummunan halinsa na rashin ɗabi'a.

Salam alaikum barka da warhaka

Ikon maida hankali

Domin mai nema ya zama mai karɓa, dole ne ya zauna a hankali ya mai da hankali kan sha'awar da ta cancanci a mai da hankali har sai tunaninsa da tunaninsa sun cika da wannan ra'ayin. Lokacin da nufin ɗan adam ya daidaita da nufin allahntaka mai cikakken sani da iko, ana iya amfani da shi cikin nasara don cimma burin da ake so. Ba za a iya zama kawai ya jira nasara ta faɗi a kan cinyarsa ba. Lokacin da ka saita hanyarka ka kuma kuduri aniyar ci gaba, dole ne ka kunna nufinka ka kuma yi kokari mai amfani, kuma za ka ga cewa duk abubuwan nasara za su zo maka daga inda ba ka tsammani ba. A cikin wasiyyarka, an ɗora maka wutar allahntaka, amsar addu'arka. Lokacin da ka yi amfani da wannan wasiyyar, ka buɗe taga inda za ka sami amsar addu'arka. Wannan shine gogewata ta kaina. A baya, na yi kokarin yin wasu abubuwa kawai don gwada wasiyyata, amma yanzu ban yi hakan ba domin na riga na san sakamakon: duk abin da nake so ya zama gaskiya.

Sau ɗaya, shekaru da yawa da suka wuce, na ga ɗaya daga cikin almajirana yana bata. Ina hango sakamakon ayyukansa da ba makawa da raɗaɗi, na yi kokarin shawo kansa ta kowace hanya mai ma'ana ya juya daga hanyarsa. Amma na ga ba zan iya taimaka masa ba, domin ya kuduri aniyar ci gaba da bin hanyar mugunta. A karshe, na ce wa kaina, "Tunda yana son yin haka, zan bar shi ya kasance." Amma kaunata da damuwar da nake da ita a gare shi sun dawo da sauri, sai na zauna a karkashin bishiyar banyan na yi tunaninsa. Da himma mai karfi, na ci gaba da aika masa da sakon tunani mai zuwa: "Ina rokonka ka dawo." Da yamma, wani karfi, mai fahimta ya motsa a cikina, a jiki da tunani, cewa lallai yana

dawowa. Nan da nan, "ɗan banza" ya bayyana, bayan ya dawo gida. Ya gaishe ni da ruku'u ya ce, "Duk tsawon yini, duk inda na je da duk abin da na yi, na ga fuskarka. Menene ma'anar wannan?" Na ce, "Allah yana kiranka ta wurina Kiransa ne, ba nawa ba Sha'awata ba ta son kai ba ce, amma na kuduri aniyar kada in bar wannan wuri har sai kun dawo" Wannan irin kudurin zai iya kawo manyan canje-canje a duniya Hakika iko ne mai ban mamaki da ban mamaki!

Saboda haka, addu'a mai zurfi tana da tasiri mai karfi da zurfi. Mafi kyawun lokacin addu'a shine da daddare lokacin da abubuwan da ke ɗauke da hankali ba su da yawa. Idan kun ga ya zama dole ku yi barci da yamma, ku yi haka don ku sa hankalinku ya kasance a faɗake kuma ku mai da hankali yayin addu'o'in dare, kuma ku kasance tare da Allah. Wannan na iya zama da wahala da farko, amma zai zama da sauƙi tare da ci gaba da ƙoƙari, kuma za ku yi mamakin sakamakon da za ku samu. Lokacin da kuke da wani abu na musamman, mai karfi, Allah zai fara amsawa. Kuma lokacin da Maɗaukaki mara iyaka ya karya shirunsa, za ku cika da farin ciki. Amma matuƙar mutum ya riƙe ko da sha'awa ɗaya ta son kai don tabbatar da ikon addu'o'insa ga wasu, ko kuma idan suka mayar da su abin da za su ci riba da shi, za su rasa wannan ikon, kuma Allah ba zai sake amsa musu ba, domin za su kafa shinge tsakanin kansu da Allah, suna nisantar da kansu daga gare Shi. Allah zai zo ga mai nema ne kawai lokacin da suke da gaskiya da gaskiya, kuma lokacin da suke ƙaunarSa saboda Shi. Lokacin da mutum ya shagala da kansa kuma ya koma ga girman kai da alfahari, Allah ya san cewa ba sa son su amma suna neman ɗaukaka girman kansu, kuma ba zai karɓi gayyatarsu ba.

Wa zai dage da himma da juriya har sai Allah ya amsa?

Allah shine ainihin soyayya kuma tushen soyayya Idan ka san yadda ake yin bimbini da nufin haɗuwa da Shi, Zai amsa bukatunka na kauna Babu buƙatar roko don isa gare Shi Amma wa zai keɓe lokacin da ake buƙata? Kuma wa zai dage har sai sun zama wuta mai zafi ta hankali don karɓar amsarSa?

Idan kana da basussukan da ba za ka iya biya ba, ko kuma idan kana son aiki, da farko ka yi bimbini a cikin nutsuwar da ke biyo bayan zurfafa tunani, ka mai da hankalinka da kuɗurin da ba zai misaltu ba game da buƙatarka, amma kada ka riƙa sa ido kan sakamakon. Idan ka shuka iri a ƙasa ka ci gaba da tono shi don ganin ko yana girma, ba zai taɓa tsiro ba. Haka nan, idan ka duba - duk lokacin da ka yi addu'a - don ganin wata alama da ke nuna cewa Allah ya cika maka burinka, ba za ka sami abin da kake so ba. Ci gaba da addu'a ba tare da katsewa ba kuma ka bar sauran ga Allah. Aikinka shine jawo hankalin Allah ga buƙatarka da kuma yin rawar da za ka taka wajen taimaka masa ya cika maka burinka. Misali, idan kana da cututtuka masu tsanani, yi duk abin da za ka iya don inganta warkarwa. Amma ka sani da tabbacin cewa maganin ƙarshe yana hannun Allah. Bari wannan tunanin ya raka ka cikin bimbinka kowace dare. Yi addu'a da kuɗuri mai girma da cikakken aminci, kuma wata rana za ka ga cewa rashin lafiyar ta ɓace ba zato ba tsammani.

Da farko hankali yana karɓar shawarwari, sannan Allah ya ɗora wa hankali da ikonsa A ƙarshe, kwakwalwa tana sakin ƙarfin rai don kawo waraka Ba ka san girman ikon allahntaka da ke cikin zuciyarka

ba. Yana sarrafa dukkan ayyukan jiki. Za ka iya magance kowace irin yanayi ta jiki ta amfani da wannan ikon tunani. Da farko yana da mahimmanci a san hanyar tunani mai kyau, sannan za ka iya amfani da ikon maida hankali, wanda ikon allahntaka ya inganta, don warkar da jiki ko magance kowace irin cuta.

Yi kokarin yin wani abu mai wahala kowace rana Ci gaba da kokari, ko da kun gaza sau biyar Lokacin da kuka yi nasara, yi amfani da karfin zuciyar ku don cimma wani abu daban Ta wannan hanyar, za ku iya cimma manyan abubuwa da sauri Karfin zuciya shine bayyanannen siffar Allah a cikin ku A cikin ikon nufin akwai iko mara iyaka: irin wannan ikon da ke sarrafa dukkan karfin yanayi Kuma tunda an haliƙce ku cikin siffar Allah, wannan ikon yana hannunku don cimma duk abin da kuke so: kuna iya kirkirar wadata da wadata kuma ku canza kiyayya zuwa kauna. Rokon Allah ya taimake ku ku sarrafa jiki da tunani, sannan za ku sami amsar Allah koyaushe ina ganin cewa manyan buri na sun riga sun cika.

Babban buƙatarmu ga Allah ne

A goshi, tsakanin gira, akwai kofar shiga sama. Wannan cibiyar kwakwalwa ita ce wurin nufin. Lokacin da ka mai da hankali kan wannan cibiyar kuma za ka yi shiru, duk abin da kake so zai cika. Saboda haka, bai kamata ka taɓa amfani da nufinka don miyagun manufofi ba. Sha'awar cutar da wani mutum, ko kuma fatan cutar da wannan mutumin, mummunan amfani ne da ikon da Allah ya ba ka. Idan ka ga nufinka yana batar da kai, dole ne ka tsaya nan da nan. Domin ci gaba a wannan alkibla ba wai kawai batar da kuzarin tsarki ba ne, har ma zai sa ka rasa wannan ikon, kuma

ba za ka sake iya amfani da shi ba ko da don kyawawan manufofi.

Da farko dai, addu'o'i dole ne su kasance masu ma'ana da kuma halal. Bai kamata mu roki Allah abubuwan da ba za su yiwu ba ko kuma marasa ma'ana a cikin tsarin rayuwa na halitta ba. Ya kamata mu roki bukatunmu masu mahimmanci kawai. Dole ne a bambanta tsakanin "bukatu masu mahimmanci" da "bukatu marasa mahimmanci" Hanya mafi kyau don warkar da kanmu daga "bukatu marasa mahimmanci" ita ce bincika da bincika waɗannan bukatun ta hanyar tunani da dalili. Mafarkin manyan gine-gine a da yana ɗaya daga cikin abubuwan sha'awata, amma wannan sha'awar ta shuɗe yanzu. Na riga na mallaki irin waɗannan gine-gine da yawa, tare da duk matsalolin da ke tattare da gyara da kulawa. Mallaka nauyi ne mai nauyi. Sha'awar mallakar abubuwa marasa tsabta dole ne a bar su, kuma dole ne mutum ya mai da hankali kawai kan ainihin bukatu.

Babban bukar ɗan adam ga Allah ne Idan ya san Shi, ba wai kawai zai biya masa "bukatunsa na wajibi" ba, har ma da "bukatunsa marasa mahimmanci"! Zai biya masa kowace bukata ta zuciyarsa, kamar yadda zai cika burinsa da burinsa mafi soyuwa.

A matsayina na yaro a Indiya, ina da sha'awar mallakar doki, amma mahaifiyata ba ta yarda da ni ba Shekaru bayan haka, lokacin da na kafa makarantar yarana maza a Ranchi, na kawo mana doki don amfani Wata safiya, na ga ta haifi ɗan rago, kamar yadda na yi fata a lokacin kuruciyata! Irin waɗannan gwaje-gwaje sun faru da ni sau da yawa. Tun da daɗewa, yayin da nake tafiya zuwa Kashmir, na ga wannan ginin (hedkwatar ilimin kai) a cikin wahayi Shekaru

bayan haka, na ga wannan wurin kuma nan da nan na gane shi a matsayin ginin da na gani a cikin wahayin, na fahimci cewa Allah yana nufin ya zama nawa.

Idan ka yi addu'a mai zurfi da nacewa, za ka ji babban farin ciki da ke cika zuciyarka da kuma kasancewa

Kada ka gamsu ko ka gamsu har sai ka ji wannan farin ciki, domin idan ka ji wannan babban farin ciki a zuciyarka, za ka san cewa addu'arka ta isa ga Allah kuma kana cikin tunaninsa kuma Ubangijinka zai ba ka kuma za ka gamsu

Allah Ya ba ku nasara Aminci ya tabbata a gare ku
Hanyoyi huɗu masu mahimmanci



Alaƙa tsakanin kai na ruhaniya da jiki da tunani shine tushen dukkan radadinmu, kuntatawa, kuntatawa, gazawa, da rashi Saboda wannan alaƙar, muna fuskantar farin ciki kamar zafi da jin daɗi, har zuwa inda ba za mu iya fuskantar ni'ima ko sanin Allah ba Addini, a cikin ainihinsa, ya ƙunshi guje wa ciwo akai-akai da samun ni'ima tsantsa, ko Allah Kamar yadda ainihin hoton rana ba za a iya ganinsa a sarari a saman ruwan da ke cike da ruwa ba, haka nan kuma ainihin yanayin farin ciki na ruhin ruhaniya (nuni na dukkan ruhin) ba za a iya fahimta ko fahimta ta hanyar rakuman rudani da damuwa da ke tasowa daga gane rai tare da

yanayin jiki da tunani mai canzawa da canzawa ba. Kamar yadda ruwa mai cike da ruwa ke gurbata ainihin hoton rana, haka nan kuma tunanin da ke cikin damuwa ke gurbata yanayin farin ciki na har abada na ruhin ciki ta hanyar .wannan ganewa ko haɗewa

Manufar wannan babi ita ce bincika hanyoyi mafi sauƙi, mafi daidai, kuma mafi inganci da kowa zai iya aiwatarwa, waɗanda za su 'yantar da kai na ruhaniya mai cike da farin ciki har abada daga mannewar da yake yi wa hankali da jiki, ta haka za ta kare shi daga ciwo da wahala har abada tare da daga shi zuwa ga ni'imar ruhaniya wadda ita ce ainihin .addini

:Littattafan hikima na Gabas sun ce Idan za ka iya tashi sama da jiki ka fahimci cewa kai rai" ne, da ka mallaki ni'ima ta har abada kuma ka sami 'yanci ".daga dukkan azaba

Akwai hanyoyi guda huɗu na addini na duniya waɗanda ayyukan yau da kullun ke taimakawa wajen 'yantar da kai na ruhaniya daga kuntatawa na jiki da tunani. Waɗannan hanyoyi guda huɗu sun kunshi duk ayyukan addini masu ma'ana da annabawa, waliyyai, da masu hikima masu haske .suka koyar ko suka ba da shawarar

Ayyukan addini su ne waɗanda annabawa suka kafa kuma suka koyar a cikin nau'i na koyarwa daban-daban. Waɗanda ba su da cikakken fahimta ba su kasa fahimtar ainihin ma'anar waɗannan koyaswar ba, suna karɓar ma'anoninsu na sama kuma a hankali suna sauƙowa zuwa matakin al'adu, bukukuwa, siffofi, al'adu, al'adu, da ayyuka masu tsauri. Wannan shine tushen tsattsauran ra'ayi ga .kungiyoyi da kungiyoyi

Dole ne mu fahimci cewa ba an haliƙce mu don ka'idodi da dokoki ba, amma suna wanzuwa a gare mu. Suna canzawa yayin da muke canzawa da haɓaka yayin da muke haɓaka, kuma wajibinmu ne mu bi ainihin ka'idar, ba bayyanarta ta waje ba, saboda jahilci da tsattsauran ra'ayi

Al'adu da nau'ikan ibada sun bambanta bisa ga
mazhabobi daban-daban, amma tsantsar mazhabobin
annabawa daban-daban daya ce a cikin zuciyarta, amma
!yawancin mutane ba su fahimci hakan ba
Manyan masu tunani suna kokarin gano gaskiyar karshe
ta amfani da karfin tunaninsu, amma sun gaza a kokarinsu
domin ba za a iya fahimtar gaskiyar karshe ta hanyar ilimin
.tunani kadai ba
Ilimi ya bambanta da fahimta kawai. Ba shi da ma'ana a
fahimci zakin zuma cikin hankali idan mutum bai taɓa
ɗandana shi ba. Hakazalika, ilimin addini yana fitowa daga
zurfin kwarewar ɗan adam. Wannan sau da yawa abin da
muke yi kenan lokacin da muke kokarin fahimtar Allah,
koyarwar addini, da ɗabi'a; ba kasafai muke neman sanin
wadannan abubuwa ta hanyar gogewa ta ciki, ta ruhaniya
.ba

Abin takaici ne cewa waɗanda ke da baiwar hankali da
za su iya amfani da hankalinsu don gano gaskiyar kimiyyar
halitta da sauran fannoni na ilimi sau da yawa suna ganin za
su iya fahimtar gaskiyar addini da ɗabi'a mafi girma ta
hanyar hankali kawai. Abin baƙin ciki, maimakon zama
tushen taimako, hankalinsu da basirarsu sau da yawa suna
.aiki a matsayin shinge, suna hana fahimtar ainihin gaskiya
Yanzu bari mu lura da hanyoyi guda huɗu na addini
:waɗanda ke nuna ci gaban ruhaniya

Na farko: Hanyar tunani - hanyar da aka saba amfani da
ita, ta halitta, amma ba ta da tasiri dangane da saurin
fahimta Ci gaban tunani da girma abu ne na halitta kuma
abu ne da ya zama ruwan dare ga dukkan halittu masu
hankali Sanin kanmu shine abin da ya bambanta mu da
kananan dabbobi, waɗanda ke da mataƙai daban-daban na
sani amma ba sanin kai ba

A cikin mataƙai da hanyoyin ci gaba da juyin halitta,
mun gano cewa wannan sani a hankali yana zama sanin kai
Daga sanin dabbobi yana bayyana jin kai, kuma a hankali

sani yana kokarin 'yantar da kansa da sanin kansa ta hanyar kansa Don haka, yana canzawa zuwa sanin kai; wannan canji ya faru ne saboda tsarin ci gaba na halitta. Zuciyar ɗan adam, wacce ke da alaƙa da yanayi na jiki da tunani da yawa, a hankali kuma ta halitta tana kokarin komawa ga .ainihin kansa ta hanyar kanta

Gina tunani mai hankali yana ɗaya daga cikin hanyoyin

da kai na ruhaniya ke ɗaukaka kansa da 'yantar da kansa daga kuntatawa ta jiki da ta tunani. Kokarin kai na ruhaniya na komawa ga ainihin kansa ta hanyar haɓaka tunani da .tunani abu ne na halitta. Wannan ita ce hanyar duniya

Ruhin duniya yana bayyana kansa a mataakai daban-

daban na girma: daga kasa zuwa sama A cikin dutse da kasa, babu sani ko rai kamar yadda muke gani, yayin da a cikin bishiyoyi akwai ci gaban tsirrai, wato, hanyar zuwa ga rayuwa Duk da haka, babu wani tsari na rayuwa ko tunani mai kyau, wanda ba a hana shi ba A cikin dabbobi, akwai rai da sanin rayuwa A cikin ɗan adam - kololuwar - akwai rayuwa tare da sanin ta, ban da sanin kai a cikin rai. Saboda haka, abu ne na halitta ga ɗan adam ya haɓaka kansa ta hanyar tunani, bincike, da tunani, ta hanyar zurfafa nazarin littattafai, da kuma ta hanyar bincike, bincike, bincike, gwaji, da kuma kokarin isa ga asalin dalilai da tasirin da ke cikin .duniyar halitta

Da zurfin tunanin mutum, haka nan yake amfani da hanyar da ya kai matsayinsa na yanzu a tsarin hawan sama .na sararin samaniya, kuma yana kusantar Ruhu Mai Tsarki Tunda muna ɗaukaka kanmu ta hanyar tunani sama da

jiki da buƙatunsa, yin amfani da wannan hanyar tunani daidai da gangan zai samar da takamaiman sakamako Horar da hankali ta hanyar bincike mai zurfi don samun ilimi a wani fanni na musamman yana taimakawa wajen inganta sanin kai har zuwa wani mataki, amma ba shi da mahimmanci - kamar yadda tsarin tunani ke da nufin wuce jiki da fahimtar .gaskiya

A Indiya, mafi girman hanyar tunani ana kiranta Jnana

Yoga, wanda ke nufin samun hikima ta gaskiya ta hanyar tunawa da fahimta; kamar lokacin da mutum ke tunatar da kansa koyaushe: "Ni ba jiki ba ne, kuma hotunan rayuwa ta "duniya masu wucewa ba za su iya shafar ni ba ni ruhu ne Duk da haka, wani koma-baya na wannan hanyar shine cewa tsari ne mai jinkirin fahimta kai, kuma yana iya bukatar lokaci mai tsawo. Yayin da kai na ruhaniya ya fara samun fahimtar kai, yana ci gaba da shagaltuwa da jerin tunanin tunani masu jinkiri, marasa alaƙa. Natsuwar rai, a gefe guda, ta wuce hankali kuma ta fi karfin jin daɗin jiki, duk da cewa - lokacin da aka gane - tana mamaye kuma ta mamaye .wadannan jin daɗin

Na biyu: Hanyar ibada - wadda ta kunshi kokarin mayar da hankalinmu kan ra'ayi ɗaya maimakon mai da hankali kan ra'ayoyi daban-daban da abubuwa daban-daban (kamar yadda yake a cikin hanyar tunani)

Hanyar ibada ta kunshi dukkan nau'ikan ibada, kamar addu'a (wadda dole ne a 'yantar da ita daga dukkan tunanin duniya). A cikin wannan hanyar, kai na ruhaniya dole ne ya mai da hankalinsa sosai da girmamawa ga duk abin da ya zaɓa ya mai da hankali a kai: ko a kan takamaiman ra'ayi na .allahntaka ko kuma a kan wanzuwa mai cike da komai Babban abin da ake nufi shi ne mai neman ya mayar da hankalinsa kan ra'ayi ɗaya na ibada tare da himma da himma sosai Ta wannan tsari, ana 'yantar da kai daga abubuwa da yawa da ke ɗauke da hankali kuma yana samun lokaci da damar da ake bukata don yin tunani a kan ainihinsa. Idan muka yi addu'a da gaskiya daga zurfin zukatanmu, muna mantawa da duk abubuwan da ke motsa jiki kuma muna watsi da duk wani tunani mai shiga tsakani da ke kokarin ɗaukar hankalinmu da kuma mamaye .zukatanmu

Da yawan addu'o'inmu, hakanan gamsuwarmu ke karuwa. Wannan zai zama ma'aunin da muke auna

kusancinmu da Allah, wanda shi ne babban ni'ima. Ta hanyar
ajiye sha'awar jiki a gefe da kuma sarrafa tunani masu
ɗauke hankali da rashin jituwa, fifikon wannan hanya fiye da
.ta baya zai bayyana

Duk da haka, wannan hanyar tana da nakasa da
matsaloli da suka samo asali daga doguwar alakar da ke
tsakanin jiki da kuma bautar da take yi masa, kuma tana
kokarin nisantar da hankalinta daga yanayin jin daɗin jiki da
.na tunani

Duk da sha'awar mutum ta gaske ta yin addu'a ko kuma
nutsar da kansa cikin wani nau'in ibada, hankalinsa yana ci
gaba da kasancewa cikin rauni ga hare-haren ji na zahiri
marasa iyaka da tunani masu jinkiri waɗanda kwaƙwalwa ke
gabatarwa da sake dubawa A cikin addu'a, sau da yawa
muna damuwa da kirƙirar yanayi mai kyau don addu'a ko
.kuma muna tsammanin kawar da rashin jin daɗi na jiki
Duk da duk kokarinmu na sani, halayenmu marasa

kyau, waɗanda suka zama namu na biyu, suna mamaye
sha'awar rai kuma suna iyakance ikonsa Duk da sha'awarmu
ta gaske, hankali yana ci gaba da damuwa da ruɗani, har ma
da faɗin "inda hankalinka yake, nan zuciyarka take" ya shafi.

Ana roƙonmu mu yi addu'a ga Allah da dukkan zukatanmu,
amma yawanci muna addu'a da zukatanmu da guguwar
.tunani da ra'ayoyin ji ke juyawa

Na Uku: Hanyar Tunani - Wannan hanya da wacce ke
biye da ita suna da amfani kawai kuma sun ƙunshi horo mai
amfani. Manyan masana waɗanda suka san gaskiya a
rayuwarsu suna ba da shawarar su. Ni da kaina na koyi
waɗannan hanyoyi guda biyu daga ɗaya daga cikin manyan
.malaman ruhaniya

Ta hanyar yin bimbini har sai ya zama dabi'a mai ƙarfi,
za mu iya haifar da barci mai santsi. Wannan yanayi mai
natsuwa da daɗi galibi ana samunsa ne lokacin da muke
cikin barci mai zurfi kuma muna kusantar rashin sani, ko

kuma lokacin da muke farkawa daga gare shi kuma muna
.kusantar yanayin sani

A cikin wannan yanayin barcin da muka sani, mun
'yantu daga dukkan tunanin waje da abubuwan da ke ji na
zahiri, kuma rai yana iya tunani game da kansa da kuma
kusantar yanayin farin ciki lokaci zuwa lokaci, bisa ga zurfin
.tunani da kuma saurin aiki

A cikin wannan yanayi, ba mu san kuma ba mu da wata
matsala ta jiki da ta hankali da ke mamaye hankali. Ta
wannan tsari na tunani, ana sarrafa gabobin waje da na ji ta
hanyar kwantar da hankalin jijiyoyi na son rai, kamar yadda
.yake a yanayin barci

Wannan yanayin tunani shine mataki na farko, amma ba
na karshe ba, na ainihin tunani A cikin (barci mai hankali),
muna koyon sarrafa jijiyoyi na waje kawai. Bambancin kawai
shine a cikin barci na yau da kullun, jijiyoyi ana sarrafa su ta
atomatik, yayin da a cikin tunani, ana sarrafa su ta hanyar
kofarin sani. Duk da haka, a cikin wannan matakin farko na
tunani, kai na ruhaniya yana kasancewa mai sauƙin shiga
cikin tsangwama daga ayyukan jiki na ciki da ba da gangan
ba kamar huhu, zuciya, da sauran gabobi waɗanda muka yi
.imani da kuskure cewa ba za mu iya sarrafa su ba

Saboda haka, ya kamata mu nemi hanya mafi kyau fiye
da wannan, domin sai dai idan kai na ruhaniya zai iya hana
jin daɗin jiki ta hanyar da ba shi da niyya, da kuma jin daɗin
ciki da ke ba da damar tunani ya taso, zai ci gaba da
kasancewa cikin sauƙi ga waɗannan rikice-rikice ba tare da
.fatan iko da danne su ba, ko samun damar sanin kansa

Na Huɗu: Hanyar Kimiyya ta Yoga - Saint Paul ya ce,
"Ina mutuwa kowace rana" Da wannan, yana nufin cewa ya
san yadda zai sarrafa gabobinsa na ciki da kuma 'yantar da
kansa na ruhaniya ta hanyar karfin niyya daga jiki da tunani.
Mutane na yau da kullun, marasa horo suna fuskantar irin
wannan yanayin kusan mutuwa, lokacin da aka 'yantar da
kai na ruhaniya daga jiki mai lalacewa

Tare da horo mai kyau da kuma yin aiki da hanyar aiki
ta yau da kullun, mai yin aikin zai iya jin rabuwar kai ta
ruhaniya daga jiki ba tare da fuskantar mutuwa ta karshe ba
A nan zan gabatar da cikakken bayani game da hanyar
da kuma ingantaccen ka'idar kimiyya da aka gina ta a kai.
Abin da na bayar ya fito ne daga gogewata ta kaina kuma
ana iya cewa yana da inganci a ko'ina. Haka kuma zan iya
cewa kuma in tabbatar da cewa ni'ima, wacce ita ce babbar
manufarmu - kamar yadda na bayyana - tana bayyana sosai
a cikin aiwatar da wannan hanyar. Hakika, aikin da kansa
yana da matukar dadi. Zan iya tabbatar da cewa ya fi dadi
fiye da mafi girman jin dadin da ake samu ta hanyar hankali
biyar ko hankali. Ba na son bayar da wata shaida ta ingancin
wannan hanyar banda abin da mutumin da ke yin ta zai
fuskanta. Da hakuri da yawan mai neman ta yana yin ta, da
.karfin halin da za su ji cewa sun kafu a cikin sanin jin dadi
Saboda munanan halaye suna da taurin kai da kuma
zurfafa tunani, sanin yakamata na jiki yana farkawa lokaci
zuwa lokaci, yana kai hari ga wannan yanayin natsuwa tare
da duk tunanin motsin zuciyarsa. Duk da haka, tare da yin
aiki akai-akai da na dogon lokaci, za mu iya tabbatar wa mai
aikin cewa lokaci zai zo da zasu sami kansu cikin yanayi mai
cike da farin ciki na ruhaniya. Amma kada mu yi kokarin
tunanin sakamakon da hanyar za ta samar sannan mu bar
aikin bayan dan gajeren gwaji. Nasara ta gaske da ci gaba
mai tabbas suna bukar lura da muhimman abubuwan da
.ke tafe

Na Farko: Ka mai da hankali sosai ga batun da kake son
koyo

Na biyu: Sha'awar gaske ta koyo da ruhin bincike mai
zurfi

.Na uku: Juriya har sai an cimma burin da ake so
Idan muka yi rabin hanya muka yi watsi da hanyar
bayan wani aiki mai sauki, ba za mu sami sakamakon da
muke tsammani ba

Abin takaici ne kwarai da gaske cewa mutane suna
ɓatar da mafi yawan lokacinsu wajen neman abubuwan da
suka dace ko kuma yin tattaunawa ta ka'idoji da muhawara
ta ilimi, amma ba kasafai suke kokarin gano da kuma gwada
gaskiyar ruhaniya da ke wadata da kuma karfafa rayuwa ba,
kuma hakika suna ba ta ma'ana Hankalinsu yana cikin
damuwa da kananan al'amura, damuwa marasa
mahimmanci, da kuma sha'awar zuciya, maimakon a mayar
.da su zuwa ga wannan manufa yadda ya kamata
Shekaru da yawa ina yin amfani da hanyar da aka
ambata a sama, kuma duk lokacin da na yi amfani da ita ina
jin babban farin ciki ko kuma yanayi na jin daɗi koyaushen
wanda karfinsa baya raguwa kuma kwarararsa ba ta
tsayawa

Dole ne mu tuna cewa ruhin ruhaniya ya kasance a
tsare a jiki tsawon shekaru da yawa da kuma dogon lokaci,
kuma ba za a iya 'yantar da shi cikin kwana ɗaya ba. Ayyuka
na gajeru, na lokaci-lokaci ba za su iya bai wa mai aikin
wannan ni'imar ruhaniya mai girma ko kuma tabbatar da iko
akan gabobin ciki ba. Wannan yana buƙatar yin aiki mai
.mahimmanci da gangan na tsawon lokaci
Duk da haka, yin amfani da waɗannan hanyoyin da kyau
yana iya haifar da jin daɗin farin ciki. Idan mutum ya kusanci
wannan ni'ima, to, gwargwadon yadda yake yin hakan,
wannan yanayin ba wani ɗan adam ne ya kirƙira shi ko ya
kirƙira shi ba; yana wanzuwa ta halitta, kuma kawai muna
.bukatar gano shi a cikin kanmu
Salam alaikum barka da warhaka

Karfin nufi da tasirin muhalli

**Matsaloli da ɓacin rai suna tasowa ne daga rashin
sanin ayyukan da suka yi a baya, waɗanda suka
aikata a wani lokaci da wuri. Wahalar da suke sha a
yanzu ta samo asali ne daga tunani da ayyukan da
suka furta, waɗanda suka yi tushe a cikin kasa ta**

sani, suka tsiro suka zama shuka kuma suka ba da 'ya'ya waɗanda ke nuna tunani da ayyukan da suka aikata.

Jarabawa da wahala ba sa zuwa don karya mutum da kuma gurgunta nufinsa, sai dai don su sa shi ya gode wa Allah kamar yadda ya cancanta da kuma girmama dokokinsa waɗanda ta haka ne za su iya samun farin ciki na gaske.

Allah ba ya aika irin waɗannan jarabawa masu tsanani domin galibi halittar ɗan adam ce. Ya rage ga ɗan adam ya farkar da hankalinsa daga barcin jahilcinsa ya kuma tashi daga duhun jahilci zuwa hasken ilimi.

A fannin ilimin ruhaniya na

Malamin ya ce wa wani almajiri da ya nemi shiriya a kan tafarkin ruhaniya:

Kada ka yi marmarin ganin mutane sun san ka da kuma nasarorin ruhaniyarka, sai dai ka nemi Allah kawai

Idan ka fahimci cewa zaman lafiya yana cikinka, za ka fahimci cewa zaman lafiya da jituwa suna cikin dukkan kyawawan abubuwa a cikin halitta, kuma za ka gan ta a cikin kyawun yanayi, ka ji kusancinta a cikin abota ta gaskiya, kuma ka taɓa albarkarta a cikin buri mai kyau da manufofi masu daraja waɗanda ba su da burin son kai. Za ka ji kasancewarta a bayan lulluɓe na natsuwa da kuma cikin dukkan abubuwa masu ban mamaki.

Kwankwasa kofar da gaske za a ɗage mayafin kuma za ku ga fuskar da ta fi ɗaukaka a cikin dukkan kyawunta da kyawunta.

Idan kana kaunar Allah, za ka ji kaunarsa, kuma babu wani abu da zai iya yaudararka. Abubuwan da suka faru na duniya suna burge ka domin ba ka

ɗaɗɗani farin ciki na ruhaniya ba. Idan ka yi haka, za ka san bambancin.

Ka kasance mai 'yancin zaɓe Kada ka bari wani abu ya takura ka, kuma kada ka bari wani ya mallake ka ko ya tsoma baki cikin farin cikinka

Kai wani ɓangare ne daban na sararin samaniya kuma dole ne ka sami cikakkiyar cikakkiyar domin ka fuskanci farin ciki da kuma ɗaɗɗano daɗin kaunar Allah.

Cire soyayya daga cikin tarkacen kiyayya da fushi Muna rokonka, ya Ubangiji, ka haskaka haskenka ga rayukanmu

Kuma ka yi wa masoyanka da waɗanda ke neman taimakonka albarka mai yawa da yalwar ni'imominka

Kuma Allah Ya nisantar da mu daga kallon yaƙi, tashin hankali, da mutuwa

Kuma mu zaburar da mu mu sanya zaman lafiya ya zama burinmu

Kuma soyayya ita ce tanadinmu

Manufarmu ita ce 'yantar da mu daga kuntatawa masu tsauri

**** ***

Idan mutum yana kokarin tara kuɗi kawai da kuma cika sha'awar jiki

Ribar da yake samu kaɗan ne kuma ba su da yawa Domin kuwa ranar za ta zo da zai bar duk wani ribar duniya a baya

Amma idan ya zama mai arziki ta hanyar Allah Zai fi dukkan sarakuna da masu arziki na duniya arziki

Waɗannan taskokin masu albarka suna hannun waɗanda suke kaunar Allah

Waɗanda ba su gamsu da komai ba sai waɗatar rai.

**Yayin da suke aiki don habaka sha'awar
ruhaniyarsu**

**Kuma don ciyar da sha'awarsu ga tushen
rayuwarsu**

**Kuma tashin soyayya daga zurfin kiyayya da
mugunta**

**Suna daukaka fahimtarsu fiye da kananan
abubuwan da suka shafi duniya**

**Zuwa ga sararin 'yanci, zaman lafiya, haske, da
farin ciki**

Sun fahimci faɗinsu mara iyaka

Suna fuskantar sabbin fahimta da ilimi

**Kuma yayin da suke shukar irin kyawawan tunani
da ayyuka**

A cikin yanayin fahimtarsu

Hankalin su ya buɗe

Kuma ikon fahimtarsu yana aiki

Philamson, ainihin asalinsu

Suna samun mulkin Allah a cikin kansu

**Muna rokon Allah Maɗaukakin Sarki da Ya shirya
da mu domin mu sabunta kanmu**

**Kuma muna fitar da yanayinmu na ruhaniya daga
cikin kurkukun duhu**

**Zuwa ga wuraren 'yanci, natsuwa, da hasken ilimi
'Ya'yan itatuwa da kayan lambu sabo suna da
matukar muhimmanci ga jiki**

Daga lacca kan abinci mai gina jiki

An kawo shi a Encinitas, California - Yuni 1940

**Protein nama ba shine kawai tushen makamashi
mai mahimmanci ba**

**Wasu daga cikin gishirin ma'adinai da ake samu a
cikin kayan lambu da 'ya'yan itatuwa marasa dahuwa
suma suna da mahimmanci.**

**Duk da cewa babban bangare na nama yana
samar da kuzari mai yawa, idan nama ya mamaye**

abinci na tsawon lokaci, zai daina samar da wannan kuzarin. Bugu da kari, yawan shan furotin na iya haifar da guba ga furotin, tushen gajiya da rashin lafiya. A takaice, yawan furotin yana da illa kamar karancinsa.

Idan kana son kawar da gajiya, magani d'aya yana cikin ingantaccen abinci mai gina jiki. Nama na iya samar da kuzari na d'an lokaci, amma yana shigar da gubobi da yawa cikin jiki. Cin abinci mai d'anye, wanda ba a dafa ba, zai rage jin gajiya kuma ya bar ka jin kuzari.

Ruwan 'ya'yan itace yana ba da babban karfin kuzari, amma 'ya'yan itatuwa da kayan lambu gabaɗaya suna ba da kimar abinci mai gina jiki mafi girma. Duk da haka, wasu mutane ba sa son keɓe lokaci don cinye su a cikin wannan nau'in.

Tsarin narkewar abinci yana fitar da sinadarai sannan ya rarraba su zuwa ga nau'ikan kwayoyin halitta masu dacewa a ko'ina cikin jiki

Jiki yana da sinadarai da yawa, kuma abinci dole ne ya cike gihin da ke cikin waɗannan abubuwan a kowace rana.

Abincin yau da kullum ya kamata ya kunshi isasshen furotin, bitamin, ma'adanai, wasu kitse da mai, da kuma adadin carbohydrates na halitta, yayin da rage yawan sitaci mai kyau da sukari mai kyau gwargwadon iko.

Babban tushen kuzari shine cakuda ruwan lemu da almond da aka nika, domin almond yana da kyau a narke idan aka haɗa shi da ruwan lemu.

Haka kuma yana da mahimmanci a sha ruwa mai yawa Idan babu ruwa mai kyau, ruwan 'ya'yan itace sabo, ruwan kwakwa, da kankana suna da kyau kuma suna maye gurbin ruwa mai tsarki.

Nan gaba, mutane za su ci ruwan 'ya'yan itace da ruwan kayan lambu akai-akai saboda fa'idodin kiwon lafiya da waɗannan ruwan 'ya'yan itatuwa ke bayarwa

Duk hadaddun karancin inganci da hadaddun fifiko ba su da kyau

Hadakar karancin daraja tana da muni kamar hadakar fifiko domin wanda yake jin kasa ba zai iya nuna fifikon da ke cikinsa ba

Mutum, kasancewarsa na ruhaniya, an ba shi wata irin haske mai tsarki, kuma kuskure ne kuma kuskure ne a yi tunanin cewa shi mai tawali'u ne ko kuma a yi tunanin cewa yana sama da kowa kuma ya yi kamar wanda ba shi da mutunci ko asali.

Idan mutum ya nuna girman kai, inuwar girman kai mai kauri tana boye hasken Allah a cikin rai

Saboda haka, ya kamata a guji duk kulli tare domin duka cikaskas ne ga ci gaban ruhaniya

Bari mu ji cewa Allah yana tare da mu, yana yi mana wahayi da kuma shiryyar da mu, kuma Shi ne mafi girman kauna a rayuwarmu

Waɗanda suka san Allah suna jin cewa su bayi ne ga kowa kuma ba sa tunanin cewa sun fi wasu.

Rashin karfin hali yana da alaƙa da waɗanda ke da ra'ayoyi marasa karfi da kuma waɗanda ba su da karfin tunani, yayin da rashin karfin hali ya samo asali ne daga girman kai da girman kai na karya.

Duk waɗannan kulli suna lalata ci gaban ruhaniya kuma an gina su ne akan mafarki da rashin kula da gaskiya, maimakon akan fahimta mai kyau da hukunci mai kyau.

Dole ne a gina kwarin gwiwa ta hanyar shawo kan raunin da ɗan adam ya gada. Waɗanda suke son sa ya kamata su yi kokari su dandana daɗinsa ta hanyar nasarorin da za a iya gani a rayuwarsu, ta haka za su

'yantar da kansu daga hadaddun karancin daraja da girman kai, tare da taimakon Allah.

Sirri da tushen kuzari

Jiki yana buƙatar awanni da yawa don mayar da abinci zuwa makamashi. Amma duk wani abu da ke motsa rai da kuma kunna nufin yana samar da kuzari nan take.

Karfin zuciya yana fitar da kuzari daga kwayoyin jiki da kuma daga ma'ajiyar makamashin kwakwalwa inda ake adana kuzarin da ake fitarwa daga abinci.

Wasiyyar kuma tana jawo sabbin ayyuka daga tushen sararin samaniya zuwa jiki ta hanyar kashin baya

Saboda haka, sirrin kuzari yana cikin kiyaye kuzarin da mutum yake da shi da kuma kawo sabon kuzari cikin jiki ta hanyar karfin zuciya

Ta yaya ake yin hakan?

Da farko, dole ne mutum ya yi aiki da son rai da kuma son rai. Idan akwai wani abu mai amfani da za a yi, ya kamata a yi shi da son rai da kuma bisa ga zaɓi.

Idan ka yi aiki da son rai, za ka sami karin kuzari domin ba wai kawai kana jawo kuzari daga jijiyyoyi a cikin kwakwalwa ba ne, har ma kana jawo kwararar kuzarin sararin samaniya zuwa jiki.

Mace da ke dafa abinci mai daɗi ga masoyinta tana cike da farin ciki da kuzari, amma idan aka tilasta mata ta dafa abinci ba tare da son ranta ba, za ta ji gajiya tun daga farko

Saboda haka, karfin hali yana kawo makamashi ɗan gajeren labari:

Wata rana, ina magana da wani abokina game da waliyyai Abokina dillali ne, kuma bai nuna sha'awata ba. Madadin haka, ya ce, "Duk waɗanda kuke kira waliyyai a zahiri mayaudara ne waɗanda ba su san Allah ba." Ban yi jayayya da shi ba, amma na canza

**batun, kuma muka fara magana game da sana'ar
dillali Bayan ya gaya mini abubuwa da yawa game da
shi, na ce a hankali, "Shin kun san cewa babu wani
dillali mai aminci da duk makaryata ne?" Ya fusata ya
amsa cikin fushi, "Kuma me kuka sani game da
dillalai?" Na amsa, "Wannan shine ainihin abin da
nake nufi Kuma me kuka sani game da waliyyai?" Ya
kasa magana. Na ci gaba da nutsuwa da kirki, "Ban
san komai game da dillali ba, kuma ba ku san komai
game da waliyyai ba"**

Mala'ikun makamashi

**Allah ya halicce mu a matsayin mala'iku masu
karfi**

Kuma mun sanya a cikin jikin jiki

Mun mayar da hankalinmu ga jikin da ya raunana

**Kuma mun manta da ruhin ruhaniya da aka dora
masa makamashin rayuwar sararin samaniya**

**Yanzu dole ne mu yi kokari sosai don mai da
hankali**

Don sake samun fahimtar cikakken sani

**Tushen nasara yana cikin habaka fahimtar
ruhaniya**

**Ta hanyarsa muke fahimtar yanayinmu mara
komai**

Kuma cewa siffar Allah tana cikinmu

**Furen farko a cikin lambun ruhaniya shine furen
imani da bege**

**Duk da haka, 'ya'yan itacen ainihin ilimin da aka
samu ta hanyar gwajin kai ne**

**Ka kasance mai kyakkyawan fata kuma ka sani
cewa kyawawan abubuwa da albarkar rayuwa suna
jiran ka**

**Muddin ka yi aiki da gaskiya da kuma sadaukarwa
Domin dawo da gadon allahntaka da aka rasa**

Mutum mai ruhaniya da gaske mutum ne mai daidaito

Mutumin da ke jin dadi, yana jin dadin lafiya, kuma yana da karin fahimta

Yana da arzikin rai da kuma taskokin hikima

Yana da yakinin cewa taimakon Allah yana zuwa Komai irin wahalar rayuwa da kuma irin mummunan yanayin da ke ciki

Fuskar Allah ta bayyana a gare mu a cikin kyawun yanayi

Kuma muryarsa tana yi mana magana ta hanyar wakoki masu laushi da aka gyara

Kuma daga muryoyin masoya masu dadi da taushi Kuma ta hanyar muryar da ke kara karfi ta wajibi Abin da ke motsa mu zuwa ga alheri da zaman lafiya

Farin ciki da ilimi su ne muryar Allah Wanda ke kiran mu mu koma gidan mai albarka Gidan kwanciyar hankali da kwanciyar hankali Kuma domin jin dadin kasancewarsa mai dadi Kuma kyawunsa mafi girma, wanda ba a taba misaltuwa ba

Duniya tana da matuƙar yaudara, kuma dole ne mu kusance ta kamar haka Idan ba mu shawo kan yaudara da ruƙunta ba tukuna, ba za mu iya taimaka wa wani ba.

Dole ne mu tuna cewa a cikin kafaici na tunani mai mayar da hankali akwai masana'antar duk manyan nasarori. Kuma a cikin wannan masana'anta mai ban mamaki, dole ne mu ci gaba da saka tsarin nufinmu don mu shawo kan ko mu magance duk wani mummunan yanayi.

Dole ne a ci gaba da horar da kuma aiwatar da wasiyya

Mutum yana da damammaki da yawa na yin aiki a wannan masana'antar kasa matukar bai bata lokacinsa ba kuma bai bata karfinsa a banza ba

Da dare ina janyewa daga bukatun duniya na kasancewa tare da kaina

Nisa, nesa da duniya

**Ni kadai da nufina a cikin kadaici na na ruhaniya
Inda nake jagorantar tunanina zuwa ga hanyar da nake so**

Na yanke shawarar sosai a cikin zuciyata

Idan na karfafa niyyata ta shiga cikin ayyukan lafiya da amfani, yana haifar mini da nasara Ta wannan hanyar, na yi amfani da nufina yadda ya kamata sau da yawa. Duk da haka, ana samun wannan ne kawai ta hanyar amfani da nufin akai-akai

Abin mamaki ne za ka ji idan ka iya cewa ka kuma tabbatar da cewa, "Wasiyyata, wadda aka dora mata da nufin Allah, za ta cika mini abin da nake so!"

Idan mutum ya zama mai jin kunya ya kuma damka komai ga nufin Allah ba tare da amfani da nufinsa da Allah ya ba shi ba, ba zai sami sakamakon da yake nema ba.

Ikon Allah yana son ya taimake ka da kansa

Dole ne mu kawar da tunanin cewa Allah, da karfinsa da ikonsa na ban mamaki, yana nesa da mu kuma yana boye a cikin nesa na sammai, kuma kada mu manta cewa nufin Allah yana bayan nufin ɗan adam, amma wannan babban iko, kamar teku mai cike da rakuman ruwa da faɗaɗawa, ba zai zo ba sai dai idan hankali a buɗe yake kuma zuciyata tana karɓa.

Addu'a

O Uwa ta Duniya

Domin zama kawai harshen wuta a cikin zukanmu

Kuma domin kawar da duhun rayukanmu

**Kuma cikin hawayenmu na kaunarku gare ku
A wanke mana son abubuwan duniya
Kuma muna farin cikin yarda da ku
Ka wargaza bakin cikinmu da bakin cikinmu har
abada**

**Ka sanya kananan zukatanmu su zama babban
zuciya**

**Yana daukar dukkan kasancewarka
Kuma a cikin madubin yanayin allahntakarka
Bari mu ga kanmu a matsayin cikakku kuma
tsarkakakku**

**Allah Ya sa harshen kaunarmu a gare ku ya tashi
sama**

**Sama da harshen wuta na sha'awar duniya
Miliyoyin jaraba suna boye kansu kamar ku
Kuma yana yaudarar mu koyaushe**

**** ***

**Zo, ya tsarkakakken farin ciki na allahntaka!
Shiga cikin gidajen ibada na sha'awar ku
Bari duniya ta kasance cikin kwanciyar hankali
A cikin tsaunukanmu, a cikin duhun dare na jahilci
Allah Ya shiryar da mu, Ya dawo da mu lafiya
Zuwa ga mafakar ku mai aminci da aminci!**

**Rawaya daga Madawwami
Ajin farko na Khayyam
Edward Fitzgerald ne ya fassara shi, kuma Master
Paramahansa ya yi bayani a kai.**

**Shaharar Omar Khayyam a Yamma ta dogara ne
akan fassarar quatrains dinsa na Fitzgerald a tsakiyar
karni na sha tara, wanda ake dauka a matsayin mafi
kyawun fassarar da aka taba yi zuwa Turanci.**

**Malam Paramhansa ya dauki Omar Khayyam a
matsayin daya daga cikin manyan malaman asiri
kuma mai zurfin ilimin kai, kuma yana amfani da**

**alamomi don bayyana kwarewarsa ta ruhaniya da ta
gogewa, kuma an yi masa mummunar fahimta, kuma
masu bincike ba su zurfafa bincike don fahimtar
falsafarsa ta ruhaniya da ya ajiye a cikin quatrains ba.**

Farka! don Safiya a cikin Kwano na Dare

Ya jefa Dutse da ya sa Taurari su tashi

Kuma ga shi! Mafaraucin Gabas ya kama

Turaren Sarkin Musulmi a Cikin Layin Haske

Fassarar Larabci:

**Ku tashi, domin safiya ta jefa dutse a cikin jirgin
dare**

Watsa taurari gaba daya

Kuma ga mafaraucin Gabas

Ya kwace hasumiyar Sultan

Da layar haske

Bayani da fassara:

Bayanin ma'anoni:

**Safiya: Alfijir ne na farkawa daga rayuwar duniya
ta mafarki**

**Jirgin dare: duhun jahilci wanda ke daure rai
marar mutuwa a cikin kunkuntar sanin dan adam mai
iyaka**

Dutse: Ingantaccen Ruhaniya

**Taurari: Hasken sha'awar abin duniya mai ban
sha'awa**

**Mafarauci na Gabas: Hikimar Gabas mai karfi
wadda ke lalata ragowar ruhani**

**Layin haske: hasken hikima mai albarka, wanda
ke lalata duhun zalunci wanda ke daure rai da daure
shi**

Fassarar:

Shiru na ciki yana radawa:

**"Ku farka! Ku bar barcin jahilci, domin wayewar
hikima ta karye. Ku jefar da tulun duhu na abin da ba
a sani ba da dutse na tsarkakewa na ruhaniya don ya**

farfashe shi ya kuma wargaza taurarin duhu masu haske na sha'awar abu mara dadi."

"Duba hasken hikimar Gabas, mai farautar ruhohi kuma mai lalata ruhohi, domin ya kama hasumiyar ruhu mai tsayi da hasken haske, ya kuma kawar da duhun da ke cikinta, yana kawar da shi gaba daya."

"Ya ku mazauna birnin rudu, ku bar barci! Gama hasken rana na sakon ruhaniya na hikimar ciki ya bayyana"

Koyi yadda ake amfani da dutsen tsarkakewa na ruhaniya don karya jirgin ruwa mai duhu na jahilci da kuma korar sha'awar jin dadin abin duniya na dan lokaci daga gare shi

"Ku dauki darasi daga mafarauci mai hikima, wanda koyaushe yake neman rayuka masu sha'awar haske da neman gaskiya, don kewaye su da wani yanayi mai daukaka na daukakar 'yanci na har abada."

Dawowar Dan Bazata

Wata rana, shekaru da yawa da suka wuce, na ga daya daga cikin dalibana yana tafiya a akasin hanya

Da na fahimci sakamakon ayyukansa da ba makawa, sai na yi kokarin shawo kansa, ta amfani da kowace hanya mai ma'ana, ya yi watsi da aikinsa, amma na ga ba zan iya taimaka masa ba.

Domin ya yi niyyar bin hanyar mugunta

A karshe, na ce wa kaina:

"Tunda yana son hakan, zan bar shi shi kafai"

Amma kaunata da damuwar da nake da ita a gare shi sun dawo da sauri, don haka na zauna a karkashin itacen baure na fara tunaninsa.

Da sha'awa mai yawa, na ci gaba da aika masa da sako mai zuwa:

"Allah ya roke ni in roke ka ka canza ra'ayinka game da abin da kake niyyar yi."

Da yamma, wani karfi mai karfi da na ji a jikina da tunani na ya sa na yarda cewa lallai zai dawo.

Ba zato ba tsammani, "ɗan banza" ya bayyana, bayan ya dawo gida Ya gaishe su da ruku'u ya ce:

"Duk tsawon yini, duk inda na je da duk abin da na yi, na ga fuskarka. Menene ma'anar hakan?"

Na amsa: "Allah yana kiranka ta wurina Wannan kiransa ne, ba nawa ba"

Ba son kai ne ya motsa ni sha'awata ba, amma na kuduri aniyar kada in tafi

Wannan wuri zai kasance a buɗe har sai kun dawo

Wannan nau'in kira na iya kawo manyan canje-canje. Hakika karfi ne mai ban mamaki!

Idan ka shirya hanyarka kuma ka yanke shawarar ci gaba da bin hanyarka, dole ne ka kunna nufinka ka kuma yi kokari na zahiri, sannan za ka ga cewa dukkan abubuwan nasara za su zo maka daga inda ka sani da kuma inda ba ka sani ba.

A cikin nufinka, wanda aka ɗora masa karfin allahntaka, amsar addu'arka tana nan

Idan ka yi amfani da wannan wasiyyar, za ka buɗe taga inda za ka sami amsa ga addu'o'inka.

Wannan shine abin da na fuskanta a baya. Na yi kokarin yin wasu abubuwa kawai don gwada nufina, amma yanzu ban yi hakan ba saboda na san sakamakon a gaba: duk abin da nake so ana cimma shi godiya ga Allah Madaukakin Sarki.

Daga littafin "Man's Ultimate Goal"

Bari mu sanya Allah makiyayin rayukanmu

Kuma hasken allahntaka shine mai binciken

A kan hanyoyin rayuwa masu duhu

Shi ne hasken jagora a cikin dare mai rikitarwa

Kuma rana ta tabbas a cikin lokutan farkawa

Kuma tauraron jagora a cikin teku na duhu na wanzuwar duniya

**Bari mu nemi taimakonsa mu kuma nemi
wahayinsa**

**Domin duniya za ta ci gaba da samun ci gaba da
kuma ci gaba**

**Abubuwan da suka faru suna da ban tsoro kamar
rakuman ruwa masu karfi**

Daga ina za mu sami jagora?

**Ba ya cikin halayenmu masu canzawa da son
zuciya**

**Kuma daga muhallinmu ba ya karkashin tasirin da
zai iya haifarwa**

Kuma daga kasashenmu ko duniyarmu ba

A'a, muryar gaskiya ce mai shiryarwa

Tana fitowa daga zurfin ruhi

A kowane lokaci ina tunanin Allah shi kadai

Na mika masa raina

Na damka masa zuciyata

Na nufi soyayyata da sha'awata zuwa gare shi

Bai kamata mu dogara ga Allah fiye da komai ba

**Kuma mu amince da waɗanda za su bayyana
haskensa**

Wannan hasken shine jagora na

Hikimata ce kuma soyayyata ce

Karfin da ba za a iya cin nasara a kansa ba

Kuma gaskiyar da ba za a iya wuce ta ba

Yanzu da har abada

**Akwai mutanen da suke da tsaurin ra'ayi har suka
yi imani cewa domin su yi nasara a rayuwa dole ne su
yi aiki kamar injin ba tare da tsayawa ba.**

**A gefe guda kuma, akwai mutanen da ba su kai su
ba, domin da zarar sun fara sha'awar al'amuran
ruhaniya, sai su rasa sha'awar komai, kuma wannan
ba daidai ba ne.**

**Misali, sun yi imani cewa babu bukatar yin wani
abu da ke bukatar mai da hankali sosai da kokari na**

zahiri, kuma suna ba da shawara ga son rai da kuma watsi da duk wani abu na duniya. Amma wannan halin yana boye tsayawar hankali.

A karkashin rigar ruhin karya

Na gano cewa manyan malamai suna da sha'awar duniya amma ba tare da wani sha'awa a kanta ba. Idan aka ba wa malamina wani abu mai kyau, zai kula da shi ya kuma kare shi, amma idan ya karye ko ya lalace, zai yi dariya ya ce, "Sha'awata a kanta ta kare saboda ta dauki hankalina da yawa." Ya ware kansa saboda ba shi da alaƙa da ita.

Ni ma ina jin daɗin abin da Allah ya ba ni, amma ba na rasa shi idan na rasa shi.

Akwai lokacin da wani ya ba ni kyakkyawar riga mai hula, kuma kayan sawa ne mai tsada, na yi farin cikin kula da shi kuma na kare shi daga tsagewa da datti har sai da na gaji da shi na ce: "Ya Allah, ba na buƙatar wannan matsala!"

Wata rana, na je wani zaure a Los Angeles don yin lacca, kuma da na isa na fara cire rigar, sai na ji muryar Allah tana cewa, "Ka dauki duk abin da ke cikin aljihun riga" Sai na yi

Bayan laccar, na koma ɗakin ajiyar kayan kwalliya na tarar da rigar - Allah ya kare ka - ta bace

Na damu kwarai game da hakan, don haka wani ya ce, "Kada ka damu, za mu sake siyan maka wata riga" na ce, "Ba na damuwa saboda na rasa rigar, amma saboda mutumin da ya dauki rigar bai ma dauki hular da ta dace da rigar ba"

Bai kamata mu bari motsin zuciyarmu ya rinjaye mu ba Ta yaya mutum zai iya yin farin ciki idan abin da kawai yake damuwa da shi shine tufafinsa da sauran kayansa?

Wannan ba yana nufin rashin sanya tufafi masu tsafta ko tsaftacewa da tsaftace gida ba, a'a,

maimakon haka, kada a cika sha'awar wadannan al'amura ko kuma a cika damuwa da su.

Da zarar an gayyace ni zuwa wani liyafar cin abinci kuma komai ya yi kyau sosai kuma an shirya shi sosai, na ji dadin liyafar, amma masu masaukinmu sun damu kwari, suna tsoron kada komai ya tafi kamar yadda aka tsara, kuma sakamakon haka, sun bata yanayin da damuwa.

Wadanda suke da saurin damuwa sau da yawa sukan ji damuwa da rashin jin dadin wasu Me yasa tsoro da fargaba suke? Ya kamata mu yi iya kokarinmu, sannan mu huta mu bar wasu su huta. Ya kamata mu bar abubuwa su bi hanyarsu ta halitta ba tare da tilasta musu ba, sannan wadanda ke kewaye da mu ma za su sami kwanciyar hankali.

Girbin Parmenidean

A bayan nufin dan adam akwai nufin Allah da kuma manufar kwararar kuzarin sararin samaniya mara iyaka

Yana nuna duk abin da ke da kyau da amfani a rayuwa

Saboda wannan dalili, duk wanda ya tsaya tsayin daka da kuma bin ka'idar mafi girma za a ba shi nasara da taimakon Allah.

Karfin zuciya shine kuzari da sha'awa da aka mayar da hankali kan cimma wani takamaiman manufa

Ba za a iya yin komai ba tare da karfin zuciya ba; hakika, ba za a iya kirkirar ko da motsi mai sauki a rayuwar yau da kullun ba tare da amfani da karfin zuciya ba

Yawancin mutane suna yin abubuwan da ba su da mahimmanci kuma ba sa mai da hankali kan kokarinsu ta hanyar da ta dace.

Buri ya bambanta da nufinsa, kodayake burin zai iya zama abin karfafa nufinsa

A wajen habaka karfin hali, dole ne mutum ya kasance da kuduri da amfani da fahimta, fahimta, da hikima

Bayan haka, ana yin horo da kuma amfani da nufin da gangan don cimma burin da ake so.

Dole ne a ci gaba da tafiya da kokarin har sai an cimma burin

Idan mutum ya kuduri aniyar cimma wata manufa mai kyau, bai dace a daina kokari ba

**Ko kuma yana iya mika wuya ga yanayi mara kyau
Idan sani ya yi daidai da babban nufi da tunani da nufin da aka mayar da hankali a kansu kan wani takamaiman ra'ayi ba tare da katsewa ba, karfin nufin zai cika da ayyukan sararin samaniya marasa iyaka da marasa iyaka.**

Son zuciyar ɗan adam wanda jahilci da sha'awa ke jagoranta yana kawo zafi da matsala ga mai shi

Domin a ɗanɗani farin ciki na gaske, dole ne kyawawan sha'awa su rinjayi munanan sha'awa, kuma dole ne a mayar da hankali kan hanya madaidaiciya zuwa ga tushen gaskiya da kuma asalin duk wani alheri da ke wanzuwa.

Me yasa mutum zai guji yin shaidar karya? Domin karya tana haifar da munafunci da yaudara.

Cin amana yana ɗaya daga cikin manyan zunubai a gaban Allah Yin zargin wani da karya don amfanin kansa ko kuma don neman ramuwa nau'i ne na rantsuwar karya. Idan kowa ya bi wannan al'ada, hargitsi da rashin tsari za su yi yawa a tsakanin mutane.

Sauraron shaidar karya a kan wani mutum amincewa ne da shaidar karya da kuma shiga cikin halayensa na kunya, kuma cewa sauraro da amincewa

ba makawa za su rikide zuwa rikici na ciki wanda ke wargaza kwanciyar hankalin rai kuma yana damun kwanciyar hankalin rayuwa.

Ko da an yi shi na ɗan lokaci, matakin zai koma baya sosai kuma ya haifar da damuwa da radadin tunani wanda ke damun sani da kuma buga lamiri

Hassada kuma tana da illa da mummunan sakamako, domin tana kawo wa mutum wahala ta kansa domin tunani da motsin da mutum ke fitarwa za su dawo masa.

Wanda ya ba da kauna da taimako zai sami sakamako mai kyau da kuma kyautatawa, yayin da wanda ya aika da tunanin kwadayi, son kai da kuma hassada zai jawo wa kansa waɗannan abubuwa daidai gwargwado.

Me yasa mutum bai kamata ya yi sata ba?

Yaya duniya za ta kasance idan kowa ya rayu ta hanyar sata, fashi, da kwace? A irin wannan yanayin, za a aikata manyan laifuka masu muni. Za a yi faɗa mai tsanani don kare dukiya da kuma kwato kayan da aka sata.

Sata aiki ne da ya saba wa ka'idodin zamantakewa kuma yana hana wasu haƙƙoƙinsu, don haka ya saba wa dokokin wanzuwa, kuma al'ummomi ba su da ingantattun kayan aiki da hanyoyin da suka dace don magance masu laifi.

Idan aka daure barayi, tsoffin ɗabi'unsu na iya zama daɗaɗɗu, kuma suna iya samun sabbin munanan halaye yayin da suke hulɗa da wasu masu laifi. Idan haka ta faru, za su fi muni idan aka sake su fiye da yadda suke kafin shiga gidan yari.

Muna rokonka, ya Ubangiji, ka albarkace mu domin kada mu ji mugunta, mu ga mugunta, mu faɗi mugunta, ko mu hura mugunta.

Ba ma taba mugunta, ba ma jin mugunta, ba ma tunanin mugunta, ba ma mafarkin mugunta, ba ma kuma mafarkin mugunta.

Karfin da muke amfani da shi kowace rana:

Fahimtar motsin zuciyarmu

- da kuma yadda muke ji

- da kuma iliminmu

Duk an aro shi ne daga Allah, kuma ba za mu iya rayuwa ko dakika daya ba tare da Shi ba

Duk da haka, yayin da muke amfani da baiwarSa, ba ma tunaninSa kamar yadda ya kamata, kuma ba ma ba Shi kulawar da ta cancanta.

Maimakon haka, muna bin abubuwan sha'awa da buri na duniya cikin cikakken daidaito da kuma cikakkiyar alaƙa da duniyar abin duniya.

Wannan shine tushen dukkan radadinmu da wahalarmu

Allah ya haliƙce mu cikin kamanninsa, saboda haka ba za mu iya sanin dandanon farin ciki na gaske ba sai mun gano kasancewarsa a cikinmu kuma muka dandani ruwan ni'imarSa a cikin rayukanmu

Kuma ba za mu iya samun ikon albarka da ake bukata don samun abin da muke bukata kowace rana ta hanyar son rai ba

Sai dai idan mun fahimci cewa Allah ne tushen wannan karfin, dole ne mu dogara gare shi mu kuma juya gare shi

Da zukanmu masu godiya ga dukkan ni'imomin da Ya zuba mana a cikin rafi mai ci gaba

Idan kun gode, zan kara muku [albarka]

Idan zukanmu suka cika da godiya ga Mai Ba da Kyauta Mafi Karimci, sai su zama haikali masu tsarki don kasancewarsa mai daukaka, kuma wannan ita ce babbar nasara da mutum zai iya samu, domin

manufar rayuwa ita ce mutum ya kasance cikin jituwa da Mahaliccinsa, ya kusanci Shi, kuma ya san Shi.

{Ku fara neman mulkin Allah da adalcinsa, za a kara muku duk waɗannan abubuwa}

Ta hanyar tunawa da Allah a koyaushe da kuma yin tunani mai kyau game da Shi, za mu fahimci cewa Shi ne masoyinmu, mu ne zaɓaɓɓunSa, kuma muna da rabo a cikin falalarSa.

Mulkin ni'ima, kauna, haske, da nagarta

Idan muka yi la'akari da ni'imomin Allah masu yawa, wanda mafi girmansu shine damar amfani da 'yancin zabi wajen bin hanya madaidaiciya wadda ke kaiwa ga bin ka'idodi mafi girma da kuma samun farin ciki na ruhaniya, kowace rana tana cike da sabon farin ciki na ciki, kuma muna jin wani ruwa mai albarka yana gudana cikin rayuwarmu, don haka godiya tana cika zukanmu, kuma rayuwa tana da dandano da ma'ana.

Mutumin da, ta hanyar tunani mai zurfi, zai iya ganin dokar Allah wadda ke aiki ta wata hanya mai ban mamaki ba ya daina yabon kansa, godiya, da kuma kaskantar da kansa a gaban Wanda dukkan kauna, yabo, da godiya suka wajaba a gare shi.

Mu tuna da Allah, tushen dukkan alherin da ke akwai, mu kuma haɗa ambatonmu da kauna ta gaskiya da ke fitowa daga zurfin zukanmu.

Ga Allah, wanda daga gare shi rayuwa ke gudana, kauna ke haskakawa, kuma albarka tana kwarara ba tare da katsewa ba

Bari mu tuna da duk waɗanda suka kunna kyandir ga ɗan adam, ko suka shuka iri mai kyau a cikin kasa ta duniya, ko suka yaɗa ra'ayoyi masu haske, ko suka karfafa ayyuka masu kyau da ɗabi'a mai kyau.

Bari mu buɗe zukanmu don kauna, mu sa hankalinmu ya karɓi wahayi masu haske, mu kuma roki Allah taimako da jagora

A cikin abin da muke tunani da aikatawa

Tsoro yana gubar zuciya

Hankalin ɗan adam babban rumbunan makamashi ne ko ayyuka masu mahimmanci

Ana amfani da wannan aikin koyaushe a cikin motsin tsoka, aikin zuciya, huhu, da diaphragm, metabolism na kwayoyin halitta, halayen sinadarai na jini, da kuma aikin gabobin jijiyyoyi na motsa jiki (jijiyyoyi)

Bugu da kari, ana kashe kuzari mai yawa akan tunani, motsin rai, da kuma nufin

Tsoro yana raunana ayyukan da ke da muhimmanci kuma yana ɗaya daga cikin makiyan da ke da karfin halin aiki

Tsoro yana matsewa da hana ayyukan rayuwa waɗanda galibi ke gudana zuwa ga jijiyyoyi akai-akai, ta yadda za su yi kama da sun shanye, kuma jiki ya yi kasala kuma kuzarinsa yana raguwa sosai (tsoro abin toshe jijiyyoyi ne!)

Tsoro baya taimakawa wajen kawar da dalilin tsoro. Yana raunana niyya kuma yana sa kwakwalwa ta aika da siginar hana gabobin jiki. Tsoro yana guba zuciya, yana lalata narkewar abinci, kuma yana haifar da cututtuka da yawa na jiki.

Idan sani ya ci gaba da mai da hankali ga Allah, ba za ka ji tsoron komai ba kuma za ka iya shawo kan kowace matsala da cikas

Da karfin hali da imani "Buri" sha'awa ce da ba ta da kuzari, yayin da "niyya" ita ce kudurin yin wani abu: don cika buri ko sha'awa. Amma "nufi" za a iya bayyana shi ta hanyar cewa: "Ina aiki ba tare da gajiyyawa ba har sai na cimma abin da nake so"

Idan ka horar da karfin zuciyarka, za ka iya sakin da kuma jagorantar karfin ayyukan da ke da matuƙar muhimmanci, maimakon yin fatan wani abu ba tare da yin abin da ya wajaba don samun sa ba.

Bai kamata mu yanke tsammani ba, sai dai mu fahimci cewa Allah yana ba mu dama bayan lokaci don inganta yanayinmu, ɗaukaka ra'ayoyinmu, da kuma kirƙirar sabbin abubuwa masu amfani ga kanmu da sauran mutane a rayuwa.

Idan ba mu gamsu da salon rayuwarmu ba, ya kamata mu binciko sabbin hanyoyi da hanyoyin da za su ba mu ɗan gamsuwa da jin daɗin tunani

Ya kamata mu yi tunani game da yin wani abu da zai inganta yanayinmu da kuma sa rayuwarmu ta zama mai ma'ana da daraja, sannan mu aiwatar da hakan a aikace.

Abin da ake buƙata cikin gaggawa shine canji a cikin sani ko gyara hanyarsa

Dole ne mu kudurta cewa ba za mu bari matsaloli su shafe mu ba kuma su jefa mu cikin matsala, kuma ba za mu bari damuwa ta bata rayuwarmu ba, ta mamaye yadda muke ji, da kuma lalata yanayinmu ba.

Kuma ba za mu zama waɗanda ke fuskantar munanan halaye da halaye masu cutarwa ba, kuma za mu kasance cikin 'yanci da rashin kamewa kamar tsuntsaye a sararin sama.

Babu buƙatar mutane su ci gaba da zama marasa canzawa. Dole ne a cire mayafin ruhi daga ainihin ruhin domin ya haskaka da tsarkinsa da karfinsa, yana bayyana ɗaukakar da Allah ya bai wa ɗan adam.

Allah ya albarkaci kyawawan kokari, buri na halal, da kuma kudurin samun nasara

A bayan rayuwarmu akwai ikon Ruhu Mafi Girma, kuma a bayan nufinmu akwai teku na sararin samaniya na Nufin Allahntaka

**Mu muhimmin bangare ne na wannan teku mara
iyaka Idan muka isa gare ta muka yi iyo a ciki,
hankalinmu ya fadafa kuma muna jin fadinmu.**

**Tunaninsa yana kusantar da mu gare shi, kuma
tunaninsa yana kai mu gare shi**

**Ci gaba da kokarin daidaita shi yana ba mu ilimi,
kuduri, da kuzari**

**Shiri na yau da kullun na sani yana kawo kaunar
Allah da albarkar sama**

**Yana gudana zuwa gare mu ba tare da katsewa ba
kuma yana ba mu kaso mai yawa na taskokin teku**

**Akwai wata saniyar allahntaka da ke boye a cikin
kowane dan adam, wata saniyar tana jiran damar
bayyana kanta.**

**Kuma don fita daga cikin kunkuntar da kuma
takurawar girman kai na**

**Kamar yadda mutum ya farka daga mafarki mai
ban tsoro ya fahimci cewa abin da ya gani ba komai
ba ne illa mafarki, haka nan kuma sanin Allah yana
karfafa mutum ya farka daga mafarkin barci da
rudani zuwa sabuwar wayewa da fahimtar ma'anar
rayuwa da manufarta.**

**Idan muna son mu fuskanci wayewar wayewar
ruhaniya da kuma shaida hasken tabbas, dole ne mu
saurari muryar ciki**

**Mu amsa wa wahayinsa Dole ne mu cire duwatsun
mafarki da duwatsun jahilci daga hanya wadanda ke
hana ci gaban rai da kuma hana motsinsa**

**Kuma bari mu buga kofar farkawa daga barcin
rashin kulawa da hannu, domin mu shaka iskar farin
ciki da kuma kawo wutar lantarki ta sama ga kowane
tunaninmu da kowane irin ji namu.**

Kuma kowanne daga cikinmu yana aiki

**Muna rokon Allah Madaukakin Sarki da Ya buɗe
tagogi na wayewa a cikin saninmu, Ya cika mu da**

hasken hikima, Ya kewaye mu da kaunarSa, Ya kuma kewaye mu da tausayinSa na har abada.

Daga cikin wadanda suka zo wurina, akwai mutanen da na gaya musu tun farko, a gaskiya, cewa manufarsu ba ta da kyau, kuma na roke su su canza wadannan dalilan.

Wasu daga cikinsu ba su ji daɗin abin da na faɗa ba, amma wasu sun amsa kuma suka canza zuwa mafi kyau

Munafunci ba ya haifar da sakamako mai kyau, kuma ko da mafi hikimar masu hikima ba za su iya boye abin da idanunsu suka bayyana ba.

Tarihin mutum gaba ɗaya yana rubuce a idanunsa Idan kana son sanin ainihin halin wani, ka roki Allah ya bayyana maka ainihin halin mutumin

Domin ba ka son a yaudare ka, za ka ji a zuciyarka cewa ainihin yanayinka ne kuma fahimtarka ba za ta yi kuskure ba.

Idan muka yi magana da abokin zamanmu, ya kamata mu kalli idanunsa kai tsaye mu yi magana da tabbaci, da kuma gaskiya.

Idan muka yi musabaha da wani, ya kamata mu nuna masa yadda muke kaunarsa da kuma gaskiyarsa, sannan mu yi kokarin taimaka masa gwargwadon iyawarmu.

Mai neman ilimi dole ne ya kasance mai kyawawan halaye kuma ya yi aiki don haɓaka karfinsa na ruhaniya; to Allah zai ba shi ikon taimaka wa wasu da kuma isar musu da motsin rai mai albarka.

Zan iya tafiya fiye da duniyoyi da taurari mafi nisa, amma zan kasance naka koyaushe. Mabiyanka na iya zuwa su tafi, amma zan raka ka kuma in zama naka har abada. Zan iya juyawa ta cikin rakuman halittu marasa adadi kuma in ji kaɗaici da kaɗaici, duk da haka zan kasance naka koyaushe.

Duniya, wacce ta shagaltu da wasanninka, za ta iya mantawa da kai, amma koyaushe zan tuna da kai Muryata na iya shudewa kuma na iya kasawa

Amma a cikin kalmomin raina zan yi rada: "Zan kasance naka koyaushe"

Gwaji, cututtuka, da mutuwa na iya wargaza ni su kona jikina, amma matukar akwai ɗan karamin bege a cikin tunanina

Ka kalli idanuna masu mutuwa domin ta cikinsu zan gaya maka: "Zan kaunace ka har abada kuma zan ci gaba da kasancewa da aminci a gare ka!"

Gaskiya nake gaya muku cewa na sami amsoshin duk tambayoyina ba daga mutane ba, amma daga Allah, tushen dukkan karimci

Kuma tushen dukkan ilimi a duniya

Shi ne kaɗai abin da ya ba ni kwarin gwiwa a rayuwa, kuma idan na yi magana, ina rokonsa ya ɗora mini karfinsa, gaskiyarsa, kaunarsa, da haskensa. Ina jin rakuman farin ciki suna lullube ni domin babban kaunarsa tana zuba cikin rai kamar iska mai laushi a ranakun zafi, kuma ruwanta yana ci gaba da karfi dare da rana, mako bayan mako, shekara bayan shekara, don haka ba ka san inda karshen yake ba.

Mutane suna tunanin suna buƙatar soyayya da arziki daga tushen ɗan adam, amma a bayan kowace kauna da kuma bayan kowace wadata

Kaunar Allah wadda ba ta canzawa da kuma arzikin ruhaniya wanda ba za a iya aunawa da dukiyar duniya ba Duk wanda ya fahimci cewa Allah ne tushen dukkan kauna, ni'ima, da alheri zai same ta kuma ya yi matukar farin ciki da ita.

Karin koyarwa da tunani na Jagora Paramhansa

Yogananda

Gaskiya ita ce ginshikin hanyar ruhaniya

A'a, shi ne ginshikin da aka gina dangantakar rai da
.Mahaliccinsa a kai

Wannan yana nufin komawa ga Allah da cikakken amincewa

Muna yi masa magana da gaskiya da kuma kusanci

A cikin harshe mafi sauƙi harshen zuciya

Muna rokonsa ya taimake mu

Domin mu yi kokari zuwa gare Shi kuma mu dogara

gare Shi

Domin kwantar da hankalinmu

Kuma yana kare mu daga wahala da kuma rashin

Kuma daga duk abin da zai iya tsayar da mu a hanya

Yana kokarin karkatar da mu daga manufar

ruhaniyarmu

A karshe

Akwai manufa ɗaya ga dukkan gwaje-gwajenmu da

gwaje-gwajenmu

Yana motsa mu mu yi iya kokarinmu

Muna danka al'amura ga Allah

Kuma abin farin ciki ne wanda ya fahimci wannan

fahimtar

Ba tare da shi ba, muna rayuwa cikin rikici da rikici

Ba tare da sanin dalilin ba

Amma a kan hanyar ruhaniya

Mun san cewa wahalhalun da muke fuskanta

Manufarsa ita ce ta sa mu kaskantar da kanmu a gaban

Allah

Muna bata tunaninmu da yadda muke ji

Daga girman kai na karya da girman kai na yaudara

Domin Allah Ya cika mu da haskenSa, hikimarSa, da

kaunarSa

A cikin wannan biyayya ga Allah

Hadfin kai mai dadi yana cikinsa

Bari mu tuna cewa matukar jin "kai" yana da rinjaye

Akwai halin nisantar da kai daga Allah

Muna da yakinin cewa muna da isasshen karfi da hikima
Domin mu iya tsayawa da kafafunmu ba tare da tallafi
ba

Mu muke magance matsalolinmu da kanmu
Muna jin tsoron cewa idan muka miƙa wuya ga nufin
Allah

Cewa ba za mu yi farin ciki da abin da Allah ya aiko
mana ba

Wannan shine dalilin rashin imani da Allah
Amma ko ba da jimawa ba ko ba da jimawa ba
Dole ne mu koma ga Allah

Kowanne mutum zai gane wannan gaskiyar a rayuwarsa
Sai dai idan ya riga ya gano hakan
Wannan ba ra'ayi ne mai ban tsoro ko mara daɗi ba
Mafi daɗin jin daɗi a rayuwa shine
Jin cewa muna gabansa
Amintacciya da aminci daga abubuwan mamaki na
rayuwa da kuma kuncin lokaci
Wannan shine yanayin tawali'u da kuma halayyar masu
tawali'u

Kuma a nan ne ainihin karfin ruhaniya yake
Kuma girman gaskiya
Da kuma zurfin soyayya
Da kuma kyawun gamsuwa da biyayya
{Ba nawa ba ne, Ya Ubangiji, amma nufinka ne za a yi}
(Mun dogara ga Allah)
Domin mu taɓa yanayin ruhaniyarmu
Dole ne mu yi koƙari mu nuna kwarewa mafi girma a
rayuwarmu

Idan matsaloli suka taso, dole ne mu tuna wa kanmu
Cewa ba mu da rauni kuma muna da kayan aikin da
suka dace don magance shi
Bai kamata mu bari nauyi da matsaloli su kawo cikas ga
zaman lafiyarmu ba
Yana ɗauke mana zaman lafiya

Mun zo wannan duniyar ne don mu ci gaba da kanmu
Binciken karfin ruhaniyarmu
Kada a shiga cikin tekuna masu duhu na mafarki
Wanda ya kunshi hadfari marasa iyaka
Idan muna son mu san kanmu na ruhaniya, to mu san
Dole ne mu kasance masu gaskiya ga Allah da kuma

kanmu

Kuma da gaskiya a cikin mu'amalarmu da mutane
Kuma cewa shi ne mafi karfi a rayuwarmu
Yana game da gane tushen allahntakarmu ne
Daga gare Shi muka samo asali kuma zuwa gare Shi
dole ne mu dawo

Komai tsawon lokacin da ba mu nan a duniyar warewa
Ko da yanayin ya yi kama da duhu da rashin dadi
Dole ne mu kiyaye imaninmu
Cewa rana za ta sake fitowa
Kuma cewa alheri a rayuwa ya fi mugunta
Soyayya ta fi kiyayya karfi
Kuma waɗanda suke kan hanya madaidaiciya
Za su isa komai tsawon tafiyar da kuma nisan da wurin
da za su je ya yi

Kuma idan damuwa ta ninka
Dole ne a kawar da shi ta hanyar kaunar Allah da kuma
yin magana da shi

Ta hanyar addu'ar zuciya mai gaskiya
Kuma muna rokonsa ya karfafa kudurinmu
Yana taimaka mana mu gyara hanyar rayuwarmu
Za a amsa addu'ar da walkiya mai karfafa gwiwa
Girgije za su bayyana kuma sararin sama zai sake
bayyana

Mu'amala da matsin lamba na rayuwa
Daya daga cikin fa'idodin zurfafa bincike game da Allah
Iyawa shakatawa ce
Inda tashin hankali ya ragu, tsoro yana raguwa, kuma
.damuwa tana raguwa

Idan muka rasa ikon jin dadin rayuwa
Shiga cikin ayyukan nishaɗi masu lafiya
Muna kara zama masu tsanani da fargaba fiye da yadda
ya kamata mu kasance
Rai, a cikin tsantsar asalinsa, ba ya jin tashin hankali ko
tsoro
Maimakon haka, " idon kai " ne ke fuskantar waɗannan
yanayi
Bai kamata mu ɗauki abubuwa da muhimmanci ba
Domin karfin "girman kai" ya ragu kuma rikonsa ya
sassauta
Mutane kan yi magana game da matsin lambar da suke
ji
Kuma damuwar da suke fuskanta a fannin tunani a
karkashin nauyin buƙatu da yawa
Amma bai kamata mu bari kanmu ya zama abin farauta
ba
Ga kowace irin wahala
Mu tuna koyaushe cewa Allah ya ba mu karfi
Ya isa ya magance duk kalubalen da muke fuskanta
Ba zai yiwu rai ya ji gajiya da gajiya ba
Jiki na iya jin gajiya
Amma idan muka danganta rauni na jiki ga kanmu
Muna ci gaba da kasancewa a cikin karamin ikon kanmu
Idan muka fuskanci matsaloli
Dole ne mu nemi taimakon Allah
Muna tabbatar wa kanmu cewa muna da ikon - da
taimakon Allah - na shawo kan hakan
Kuma cewa yana zuwa ne a matsayin abin da ke kara
wa karfin barcinmu kuzari, wanda, idan aka farka, zai iya
Ta hanyar magance matsaloli da matsaloli iri-iri
Kuma cewa ainihin yanayinmu shine ruhi
Wanda asalinsa shine kwanciyar hankali, nutsuwa,
kwanciyar hankali, da kwanciyar hankali
Kuma waɗannan abubuwan masu albarka suna cikinmu

Yana da muhimmin ɓangare na rayuwarmu ta ruhaniya
Mutum ruhu ne, kuma ba za a iya kayar da ruhunsa ba
Dokin kuwa yanayi ne mara ma'ana
Lokacin da muka sami wannan fahimta
Muna jin waɗannan karfin suna aiki a cikinmu
Muna jin cewa muna ci gaba kuma muna samun ci gaba
Dogararmu ga Allah da kuma kanmu tana karuwa
Karfin wahalar yana raguwa
Don mu iya magance shi
Tsarin aiki mai ginawa wanda ya dogara da kwarin
gwiwa, kwanciyar hankali, da daidaito
Tare da kowace irin kwarewa da ta bayyana a sararin
rayuwarmu
A lokacin wannan tafiya ta duniya tamu
Dole ne mu san yadda za mu faɗaɗa fahimtarmu da
fahimtarmu
Kuma ta yaya za mu iya fahimtar yanayin da ke kewaye
?da mu ko kuma waɗanda muke fuskanta
Sannan za mu iya rayuwa cikin jituwa mafi kyau
Kuma mu'amala mai sauƙi da aminci da mutane da
rayuwa
Idan muka yi nazari sosai kan wayewar duniya
Muna bincika sirrin boyayyun al'adun gargajiya
;Babban hoto ya fito, tare da layuka masu rikitarwa
Ya bambanta a cikin yanayi, cikakken bayani
Mun gano cewa mutum yana da ɗabi'a ta mutum ɗaya
da ta zamantakewa a lokaci guda
Kowane ɗan adam yana da sha'awar rayuwa ta mutum
ɗaya da kuma ta zamantakewa
Yana da ra'ayin mutum ɗaya da kuma sha'awar
kasancewa cikin kungiyoyi da kabilu
Ko a zamanin da
Akwai shaida da ke nuna cewa mutanen farko
Yana da ra'ayin haɗin kai a cikin kungiyoyi

A rayuwar yau da kullum, muna ganin cewa mu'amala
mai yawa da wasu
Ba ya kawo babban farin ciki
Kuma yawan kafaici ba ya kawo farin ciki
Allah yana so mu yi aiki da daidaito
Kuma don samar da daidaito tsakanin rayuwarmu ta
mutum daya da kuma rayuwarmu ta zamantakewa
Ka'idodin daidaike mutane da na gama gari suna fitowa
ne daga tushe mafi girma
Allah Shi Daya, Mafaka ta Har Abada
Bayan taurari, sararin samaniya, da tunanin dan adam
Bayan ji da mafarkai
Ya zarce dukkan fahimtar ji
Shi Daya Ne, Na Musamman, Hali Ne a Cikin Kansa
Cikakke a cikin ainihinsa da halayensa
Inda babu rana a ciki
Babu wata da ke tashi
Babu wuta da ke haskakawa
A'a, haskensa ne na Allahntaka, wanda ba shi da
misaltuwa
A can, bayan duhun, babu duhu
Kuma shiru mara sauti
Kuma babu wani abu sai wanda aka halitta
Akwai ainihin madawwami
Wanne ne asalin wanzuwar
Kuma tushen dukkan iko da halittu
Da wanda ake iya gani da wanda ba a iya gani
Allah ya halicci wannan duniya domin ta
Yana aiki bisa ga doka mai kayyadadden tsari kuma
marar canzawa
Idan muka karya kowace doka ta duniya, muna hukunta
kanmu
Duk wanda ya yi tsalle daga rufin wani dogon gini zai
karye kasusuwansa
Saboda haka, ba za mu iya yin watsi da dokar nauyi ba

Ba tare da shan wahala sakamakon ba
A cikin wannan duniyar
Mutane za su iya yin aiki cikin 'yanci
Amma kawai a cikin iyakataccen iyaka
Kuma idan ya karya dokokin Allah
Zai hukunta kansa ko kuma ya halaka kansa
Allah ya kafa waɗannan dokoki marasa canzawa
Yana so ya yi aiki don amfanin mu
Domin ba tare da ita ba ba za mu iya samun hanyarmu
a wannan rayuwar ba
Allah kuma ya bamu 'yancin zaɓi kuma ya sanya lamiri a
cikinmu
Domin bambance tsakanin nagarta da mugunta, amfani
da cutarwa
Idan mutane suka zaɓi hanyoyin mugunta
Suna karya dokokin Allah na duniya baki ɗaya
Suna motsa karfin sararin samaniya a cikin motsi
Sakamakon da ba za a iya kauce masa ba
Saboda karya waɗannan dokoki
Ta yin haka, suna hukunta kansu
Hakika Allah ba ya zaluntar mutane kwata-kwata, sai}
{dai mutane ne ke zaluntar kansu
Amma waɗanda ke kiyaye dokokinsa
Kuma suna bin shawarwarinsa
Suna zaune cikin kwanciyar hankali
Kuma ta hanyarsu, idon fahimta yana buɗewa
Suna tafiya da kwarin gwiwa, wasu mataakai
Suna jin suna tafiya lafiya
A kan hanyoyin rayuwa
Tunani babban karfi ne a rayuwarka
Idan ka san yadda ake gina wannan karfin
Kuma yi amfani da shi daidai
Kada ka bari rauni ya shiga cikin tunaninka
Ka yi hankali yayin da kake hulɗa da mutanen da ke da
mummunan ra'ayi

Kuma hangen nesa mai cike da rashin bege, kada
ra'ayoyinsu masu rauni su shiga cikin zuciyarka
Sai dai idan hankalinka ya kai wani mataki na karfi
Domin kada ra'ayoyin wasu su raunana shi
 ,Akasin haka
Yana iya karfafa ra'ayoyin wasu
Kuma don kara musu kwarin gwiwa
Wadanda suka gaza ya kamata su yi tarayya da
wadanda suka yi nasara
Ya kamata masu rauni su yi mu'amala da waƙanda suka
 fi su karfi

Amma ga waƙanda ba su da ikon kame kansu
Ya kamata su kasance tare da waƙanda ke da
 .kyawawan halaye da kuma ladabi
Ya kamata mutum mai yawan cin abinci ya ci
Tare da wanda zai iya sarrafa sha'awarsa sosai
 :Sannan zai iya cewa
"Ni ma zan iya sarrafa sha'awar abincina"
Idan ka yanke shawara kuma ka yi alkawarin cewa za ka
 dage a kanta

Kada ka bari kudurinka ya ragu idan wani abu ya faru da
 ya saba wa shawararka
Ci gaba da amincewa da kanka kuma ka yi imani cewa
 kana da duk karfin da kake bukata
Don cimma abin da kake burin yi, komai yadda zai yi
 kama da ba zai yiwu ba
"Idan ka ce a fili "Na shirya mata
"Kuma ka ce wa kanka, "Ba zan iya ba
Ta hanyar yin haka, za ka rage karfin tunani
Yana raunana karfin nufin
Za ku bukaci wasiyya mafi karfi fiye da taku
Don karfafa ta da kuma karfafa ta da kuduri da jajircewa
 :Shawarata ita ce
Habaka karfin hali
Yi tunani mai kyau

Za ku ga cewa karfin jikinku, tunaninku, da kuma
ruhaniyarku
Yin aiki tare don tsara da kuma tsara kowane fanni na
rayuwarku
Ta kowace hanya da kake so
Tururuwa tana jin jikinta
Idanunta masu kaifi suna ganin wani yanki mai iyaka a
kusa da ita
Mutum ya san jikinsa, muhallinsa, da iyalansa
Da kuma wasu abubuwan da ya saba da su
Dangane da yanayin ɗan adam na duniya
Ya fahimci cewa jikinsa wani ɓangare ne na dangin ɗan
adam
Tunaninsa ya kunshi sararin samaniya a cikin girmansa
.na zahiri da na tunani
Ya fahimci cewa duk rayuwa tana cikin tunaninsa
Idan mutum zai iya canza tunaninsa zuwa farin ciki na
ruhaniya
Duniya za ta shuɗe daga tunaninsa
Domin tunanin mutum ne ke ba duniya kamannin
gaskiya
Ba tare da tunani ba, duniya ba za ta kasance da
gaskiya ba
Mutane sun saba da ko dai su kasance masu taka
.tsantsan da kuma shagaltuwa da matsalolin rayuwa
Ko kuma ya yarda ya yi barci ya manta da duniya
Amma ɗan adam yana da babban karfin da har yanzu
bai iya ba
Kuma idan kun fahimci abubuwa game da ruhaniya
Yadda ake kawar da sanin jiki da kuma sanin barci ba
tare da son rai ba
Zai farka cikin mafi girman sani, mai albarka
Idan mutum zai iya zama a farke
Ko kuma daga barci nan take ta hanyar son rai
Zai iya isa ga babban yanayi na wayewa

Babu iyaka ga jin dadinsa
Zai fuskanci jin dadin barcin da yake yi da son rai, da
.kuma na sani

A kowane lokaci, a ko'ina
Malam da ba ya mutuwa ya ce
Babban kaina
Rayuwa a cikin kowace zuciya
A duk kasashe
da kuma karfin nufina
Yana bugawa a kowane kusurwa
Kuma yana farkar da masu barci
Tare da shawarwari marasa iyaka marasa iyaka
Amma ga karamin kaina
An daure shi a cikin jikin da aka kayyade lokaci
Malam malam har yanzu yana cikin kurmin duniya
manne kasa
An kulle kofofin
An daure shi da igiyoyi dubu na karfe
Ya raina da aka daure
Ya ku masu wanka a cikin hasken rana
Kuma kuna shaka numfashin elixir na rayuwa
Kuma kuna shan ruwa mai tsarki
Kana mafarkin mallakar dukkan kyawawan abubuwan
?da ke wanzuwa
Kuma girmanka karami ne
?!Kuma zuciyarka ta yi rauni
!Ka tashi daga barcinka
Fadafa
Mika kai
Sabunta kanka
Hada kai da babban kanka
Kuma za ku zama
Madawwamin Malam Budadde
Mai jure wa kuntatawa da kuntatawa
Gane Kai

Fassarar da aka daidaita ta: Mahmoud Abbas Masoud
 Hasken gani da kuma na gani
 Ba ido ne ke gani ba
 Maimakon haka, hankali da kuzari ne ke tsara abubuwa
 Mutum zai iya samun kunne mai sauraro da ido mai gani
 A zahiri, duniya ta bambanta da abin da mutum yake
 .gani gaba daya
 Sautunan da yake ji su ne wafanda ke cikin jerin
 wakokin da ake so
 Vibrations da yake iya gani
 Ana kuma kiran Clairvoyance da jin da ba shi da fahimta
 Ko kuma ji ta hanyar fahimta
 Domin kunnen da aka saba ba zai iya dauka ba
 Sautunan da ba a ji ba
 Ikon gani da ji yana wanzuwa a cikin rai
 Yana yiwuwa a farkar da ikon boyewa a cikin dukkan
 ma'anoni
 Ta hanyar horar da hankali da kuma haɓaka kwarewar
 fahimtarsa
 Karfin da ke cikin idanunmu yana kama da hasken X-ray
 Duk da haka, ba za mu iya ganin abubuwan da X-rays
 ke shiga ba
 Domin har yanzu ba mu samar da jituwa da wannan
 matakin girgiza ba
 Karfin hankalinmu yana raguwa ta hanyar iyakokin
 karfin tunani
 Clairvoyance yana faruwa ne lokacin da karfin rai ya
 daidaita da wasu abubuwa
 Girgizawar haske Kamar yadda hasken X-ray ke ratsa
 bango
 Idanun ɗan adam suna da irin wannan ikon, da kuma
 irin wannan hangen nesa
 "Ana kiransa "bayyanuwar gani
 Yana yiwuwa a gwada karfin hasken gani
 Idan karfin gani na ido ya ninka sau biyu

Ko kuma kara matakin rawar jiki na karfin rayuwa

wanda ke ratsa komai

Hakikanin bayyananne ba ya cutar da ci gaban ruhaniya

Akasin haka, yana taimakawa wajen canja ko canza sani

Daga matakin jiki zuwa matakin ruhaniya

Amma hotunan da ke fitowa daga tunanin da ba a sani

ba

Ya samo asali ne daga mafarki da tunani, kuma dole ne

a guji shi

Mai nema dole ne ya ci jarrabawar mafarkai don ya kai

ga yanayin farkawa ta ruhaniya

Inda ya san cewa yana cikin jituwa da babban matakin

Yana nan kuma yana jin wani irin farin ciki mai

wartsakewa wanda ke ratsa zuciyarsa, ransa, da jikinsa

Duk lamarin aiki ne mai karfi a cikin tsari daban-daban

na girgiza

Mulkin Allah yana cikin mutum

Amma dole ne ya nuna hakan ta hanyar aikin gini da

tunani mai kyau

Bai kamata mu bari wani abu ya kawo cikas ga ci

gabanmu ba

Dole ne a bayyana kai ta hanyar tsarkake hankali,

.inganta dabi'u, da kuma zurfafa tunani

Allah koyaushe yana sauraron kiran rai

Amma amsarsa a bayyane take kuma a bayyane take,

.wani lokacin yana da wuya a gane ta

?Wa ya ci gaba da binciken

Yana rike da himmarsa ta ruhaniya

Allah zai samu

Rabon sa zai yi yawa

Sa'arsa tana da girma a duniya da lahira

Da fatan za a ziyarci gidan yanar gizon Suida Yoga da

shafin Facebook na Master Paramhansa Yogananda

/ <http://wwwswaidayogacom>

<https://www.facebook.com/masteryogananda?ref=hl>

Mai yawon buɗe ido a kasarku
Kai ne tushen farin ciki da jin daɗi
Kai ne asalin kauna da kuma duwatsu masu daraja na
hikima da aka warwatse a cikin filayen har abada
Kai ne 'yanci da 'yanci daga dukkan rudu
Kai ne cikakken haɗin kai wanda ba ya fuskantar
rarrabuwar kawuna
Kai ne sanin duniya baki ɗaya
Kai ne farko da karshe
Kuma babban burin, wanda babu wani buri da ya wuce
shi
Ni ɗan yawon buɗe ido ne a kasarku kuma matafiyi ne a
kan hanyoyinku
Ka rike hannuna ka shirya da mata kai na zuwa ga
hanyoyin da suka fi kusa da kai
Ina farin cikin saninka
Gonakinku masu albarka, cike da 'ya'yan itatuwa masu
daɗi, ku kira ni
Domin ziyarta da kuma jin daɗin yalwar 'ya'yan
itatuwanta
Yaya 'ya'yan ilimi suke da daɗi, kuma yaya daɗin ruwan
!inabinsa mai ban mamaki yake
Ina fata da a koyaushe zan iya sha'awar 'ya'yan itacen
rai masu gina jiki da wartsakewa
Kuma ina shan ruwayen salama da ke kwarara daga
kogunan kauna mai tsarki
Ka bani tsarkin zuciya da nutsuwar rai
Wanke raina da ruwanka mai haske, Ka tsarkake shi
,daga dukkan datti da kazanta
Ina sha'awar jin kasancewarka da kuma ganin
kyakkyawar fuskarka
Kullum ina tunanin kyawunsa mai ban mamaki, kuma
raina yana sha'awar ganinsa

Cika rayuwata da godiya da godiya ga hannunka mai
karimci da kuma yalwar ni'imominka

Allah ya sa zuciyata ta buga da soyayya a gare ki
matuƙar akwai tauraro mai walƙiya da zuciya mai bugawa
Ka albarkaci tunanina domin su koma gare ka kai tsaye,
domin su sami albarka ta hanyar kyawun ganinka da ganin
kyawunka

Ka ba ni ikon ɗaukar waƙoƙinka masu ban sha'awa a
cikin faɗin sararin samaniya
Ina cikin maye da waƙoƙinsa na sama waɗanda mala'iku
ke sha'awar ji

Kai, da ma ina fata da zan iya jin ruhunka mai albarka a
cikin kowace kwayar halittata
Kuma ka ciyar da hankalina da abincinka na Allahntaka,
wanda shine abincin rayuwa
A cikinsa akwai maganin rai da kuma maɓuɓɓugar har
abada

Kai, ina fata da zan iya shaka iska mai daɗi ta
kasancewarka

A cikin yanayi na bege da sha'awa
Kuma na ga hasken kaunarki yana haskakawa da haske

A sararin raina, wanda ke sha'awarka
Idan numfashi ya natsu, rai ya sami kwanciyar hankali
Matakan wayar da kan jama'a suna karuwa
Ana iya cimma wannan ta hanyar yin bimbini
Kuma ƙoƙarin riƙe tasirin kwantar da hankali
Don rakuman tunani da jin daɗin kwanciyar hankali na

ciki

Tunani game da Allah da kuma kasancewa mai
kyakkyawan fata game da kyawawan abubuwa
Sun isa su ci gaba da cika rai da ikon ruhun allahntaka
Kalmomi marasa ƙarfin ruhaniya
Kamar bambaro ne wanda ba shi da hatsi
Saboda haka, lokacin da muke karatu, dole ne mu yi
la'akari da ruhun ma'anonin

Kuma don mai da hankali kan abin da yake nunawa
Isa ga tushen ra'ayoyin da ke bayan ma'anoni
Allah shine tsattsarkar tushen duk abin da ke da ban
mamaki da amfani
Shi ne Ubangijin Salama, wanda ke mulki a kan kursiyin
tunani mai natsuwa
Yana shiryyar da ayyukan mutum mai tsabta da daraja
Kuma yana cimma burinsa na halal
Bari mu buɗe kofar zuwa zaman lafiya ta ruhaniya
Bari mala'ikun shiru su shiga a hankali
Ga tsarin kasuwancinmu da ayyukanmu
Mu yi ayyukanmu cikin natsuwa
Cike da ruhin kwanciyar hankali da kwanciyar hankali
Kuma a bayan bugun zukanmu, za mu ji bugun
salama ta Allah
Bari mu zurfafa cikin ra'ayoyin gwaje-gwaje da gwaje-
gwaje
Ko ta hanyar ra'ayoyi muke karantawa a cikin littattafai
masu amfani
Ko kuma matsalolin da muke fuskanta
Ko falsafa, ra'ayoyi, da imani
Ko kuma farin ciki na ruhaniya
Bari mu shiga cikin mafakar tunaninmu mafi zurfi
Kuma muna jin daɗin zaman lafiya mai gudana
Daga maɓuɓɓugan natsuwa
Lura: Akwai misalai da yawa da za a iya bayarwa*
waɗanda ke nuna alaƙar kusanci tsakanin saurin numfashin
ɗan adam da canje-canje a yanayin sani. Mutumin da ya
shagaltu da tattaunawa mai sarkakiya ta tunani ko koƙarin
yin koƙari mai ƙarfi na jiki zai yi numfashi a hankali ta
atomatik. Hankali ya dogara da numfashi a hankali, yayin da
numfashi mai sauri ko mara tsari ke tare da yanayi masu
cutarwa kamar tsoro, sha'awar jima'i mara iyaka, da fushi.
Birri yana numfashi sau 32 a minti ɗaya idan aka kwatanta
da sau 18 kawai a minti ɗaya ga Giwaye na ɗan adam.

Kunkuru, macizai, da sauran dabbobi da aka san su da tsawon rayuwarsu suna da saurin numfashi fiye da ɗan adam. Misali, babban kunkuru wanda ke rayuwa tsawon .shekaru ɗari uku yana numfashi sau 4 kawai a minti ɗaya

Daga littafin: Falsafar Indiya a Rayuwar Yogi
Daga Paramhansa Yogananda: Tarihin rayuwar Yogi
Domin kuwa ba zai yiwu a cimma wani abu na zahiri ba
Ko kuma samun wani ci gaba a kowane fanni
Ba tare da 'yancin ruhaniya ba
Ko kuma shiriya da hikima daga Allah
Bari mu ɗaga, farko da karshe kuma koyaushe
Ayoyin godiya da godiya ga Allah
Don inganta aikinmu
Kuma mu kammala shi gwargwadon iyawarmu
Kuma domin mu ji daɗin nasara
Tare da sabunta kuzari da sha'awa
Da dukkan godiyata da godiyata
Zuwa ga tushen dukkan alheri
A kan ni'imominSa marasa adadi
Wanda ke mamaye mu kowace rana ta rayuwarmu
Sau da yawa muna ɗaukar waɗannan ni'imomin a
matsayin haƙƙokinmu
Duk da cewa miliyoyin mutane a duniya ba sa son
wannan

,A duk lokacin da muka gode wa Allah bisa ni'imominsa
Da yawan alheri da albarka da muke samu
Idan kun gode, zan kara muku [albarka]
{Ka ba mu abincin yau da kullum}
Bari mu tuna cewa wanda ya ɗauki komai a rayuwa
Duk da haka, gaskiya ne cewa shi ne wanda ya rasa
abin da ake nema
Godiya ta zuciya tana kawo kwanciyar hankali
Yana kawo farin ciki da kwanciyar hankali
Muna jin kusancin Allah da mu
Damuwarsa a gare mu da kuma tausayinsa a gare mu

Idan muna rayuwa haka
Kuma mun dauki wannan hanyar
Za mu kai ga matsayi mai girma
Daga tunani mai haske, mai kyau
Kuma jin kusanci da Allah
Wannan lamari ne mai ban mamaki
Ya kunshi kwanciyar hankali, farin ciki, da kuma
wartsakewa

Lokacin da ruhun ya ji wannan haɗin ruhaniya
Rakuman farin ciki suna kwarara zuwa gare ta
Tana fitowa daga kasancewar allahntaka
Allah sai ya zama gaskiya mafi bayyana a cikin
rayuwarmu

Za mu kara iya mu'amala da yanayi da sabbin ci gaba
A wannan yanayin, soyayya ta zama gaskiya
Kiyayya mafarki ne tsantsa
Domin Allah kauna ne
Babu wani muhimmin wanzuwa
Sai dai Shi kaɗai a cikin wannan rayuwa
Mafarkai da mafarkai
A karkashin bargon bege na duniya na daɗe ina kwance
Na yi mafarkin cewa ina zaune a kan wani babban
kursiyi mai tsada

An kawata fuskata da murmushi mai daɗi
Amma lokutan dariya da farin ciki ba su daɗe ba
Madadin haka, suka bushe suka watse ɗaya bayan
.ɗaya

Sai na ga kaina a naɗe cikin tsummoki masu yagewa
Kuma ya mika a kan duwatsu masu tsauri na talauci
A cikin tsananin wahala da wahala
Na yi kuka mai zafi
Amma hawayena suna zuba
Kuma babu wanda zai duba ko ya ta'azantar da shi
Duniya ta yi gaba da ni ta kalle ni da shiru kamar ba'a
!Zuciyata ta yi kuka, ina neman taimakonka, Ya Allah

Kuma yayin da addu'o'ina marasa karewa suka kai
zurfinka

Daga karshe ta tashe ni daga barci
Kuma da matuƙar farin ciki, na sami kaina cikin aminci
da kwanciyar hankali a gabanka
Ka nisanci rikon bambance-bambance masu rikitarwa da
rikitarwa

Ya Ubangiji, ina fata da ka tashe dukkan bil'adama
Daga duniyar mafarkin arziki mai murmushi da talauci
!mai kuka

Ka cece su, Ya Mai Yin Mafarki, daga mummunan
mafarkin mutuwa

Kuma ku sabunta tare da su sanin har abada
Kuma ku albarkace su domin su gane - ta hanyar zaman
- lafiya mai dorewa

Abubuwan ban tsoro na yaudarar duniya
!Ba komai bane illa mafarki da rudu

Manyan wahayi

Ya Mahaliccin Allah

Ya Ubangijin Duniya

**Ya Kai mai sarrafawa da kuma kafa duniyoyi,
taurari, da taurari**

**Dokar adalcinka ta tanadar da 'yancin zaɓe da
'yancin zaɓe ga 'yan kasarka, wanda zai taimaka
musu su haɓaka kansu da kuma kusantar ka'idodinka
da manufofinka masu tsarki.**

**Ka ba mu 'yanci na har abada kuma ka dasa mana
tsaban sanin duniya. Amma abin takaici, mun dāure
saninmu na duniya a bayan sandunan son kai,
kiyayya, kunci, da kuma tsattsauran ra'ayi.**

**Ya Ubangiji, ka taimake mu mu narke - da
kaunarmu mai dumi da fahimtar 'yan'uwa - duk
shingen wucin gadi da kankara da ke tsakaninmu da
wasu**

**Ka taimake mu mu yi amfani da lamiri mai
natsuwa da kuma kyakkyawan tunani wajen kame
kanmu da kuma tafiya daidai a kan hanyoyin rayuwa.**

**Kuma ka albarkace mu don kara wadatar
ruhaniyarmu da tausayinmu ta hanyar faɗaɗa da'irar
kaunar kasa ta haɗa da dukkan mazauna duniya, ba
tare da la'akari da launin fata, matsayi, jinsi, da imani
ba.**

**Ya Ubangijin Duniya, bari mu girmama kuma mu
daraja 'yancin dukkan bil'adama da aka haifa
'yantacce**

**Kuma ka albarkace mu domin mu gina duniya mai
haɗin kai mu kuma zaɓe ka a matsayin shugaban
ruhaniya na rayuwa**

Daga zurfin ruhi

Ya Ubangiji, bari garwashin bege na ya haskaka

Kasancewarka mai tsarki tana nan koyaushe

Na gina haikali don abubuwan da nake sha'awa

A cikin dukkan ra'ayoyina

Don Allah za ku ziyarce ni?

**Kuma ka zauna a kan karagar soyayyata a gare
ka?!**

Bari tunanina ya bi jagorarka mai hikima

Allah Ya sa ka zama babban farin ciki a rayuwata

**Daga kofar tunani game da Allah da tunani a
kansa**

Zan shiga Haikalin Zaman Lafiya Mai Dorewa

**A yau zan kunna sanduna don wakiltar damuwa
da tsoro**

Don haskaka haikalin Allah a cikin raina

Zan nemi Allah a cikin kaɗaici na raina

**Kuma zan yi addu'a sosai har sai zuciyata ta buga
da kauna a gare shi**

Kuma ina jin amsarsa ga addu'o'ina

Kai, da ace hasken rayuwata zai iya gauraya da rana ta Allah

Kuma yana walkiya a cikin dukkan idanu masu son alheri

**Zan wargaza duniya da yake-yake suka wargaza
Da tunanin zaman lafiya da soyayya**

Zan shiga wurin tsarki na Allah

Kuma ina taɓa sanin sararin samaniya

Ta hanyar farin cikin tunani da kaunar allahntaka

Kariyar Allah tana kewaye da ni koyaushe har abada

Kuma hasken Allah yana tare da ni yana kuma kore duhun da ke kewaye da ni

**Muddin ina tafiya cikin haskensa mai shiryyarwa,
ba zan yi tuntube ba**

**Ba zan kauce hanya madaidaiciya ba
Rayayyun motsin rai**

Ruhin Rayuwa kuma Jagorar Talikai

Ke ce a bayan idona, ta inda nake ganin kyawunki a bayyane

Kuma a bayan kunnena, wanda nake sauraron cakuda sautunan duniya da shi

Kai ne a bayan taɓawa ta, wanda nake jin abubuwa a duniyarka ta duniya da shi.

Kuma bayan labulen yanayi wanda ke boye kyakkyawar fuskarka

Ina ganinki a cikin kallon furanni masu daɗi

Kuma ina dandana ku a cikin dandanon abinci mai gina jiki

Ina jin ainihin halittarka ta allahntaka da kuma zakinka na har abada

A cikin dukkan kyawawan abubuwa da abubuwan al'ajabi da ke wanzuwa

Ina addu'a a gare ka, ya Ubangiji, kuma kai ne a bayan muryata mai rawar jiki

Kuma a bayan tunani na, wanda nake addu'a da shi

Kin wuce zurfin ji na

Bayan tunani da burina masu tsarki da kuma sha'awar da nake da ita a gare ku

Kin wuce tunanina kuma kin wuce kaunar da nake yi miki!

Kai, da ace da ka fito daga bayan rufin motsin zuciyar ɗan adam

Kuma kyawawan dabi'un halitta

Buɗe idanuna na ruhaniya domin in gan ka daidai yadda kake!

Rayuwa ba tare da Allah ba ta cika ba

Idan muka yi mu'amala da Allah, fahimtar da ke cikin zuciyarmu za ta zaburar da mu kuma ta shirya da mu a cikin duk abin da muke yi.

Dole ne mu sane da wannan ikon mai albarka Wannan ikon yana cikinmu; kawai muna buƙatar gano shi

Za ka ga cewa wannan ikon yana aiki a cikin komai don inganta yanayinka da kuma saukaƙa maka abubuwa. Lokacin da ka haɗu da wannan ikon, lafiyarka za ta yi karfi da kuzarin sararin samaniya, kuma tunaninka zai kara kyau, mai da hankali, kaifi, da kuma ratsawa. Za ka fahimci cewa rayukanka tasoshin gaskiya ne mai rai ta Allah da kuma hikimarsa marar karewa.

Allah shine tushen lafiya, wadata, hikima, da farin ciki na har abada Idan muka haɗu da Shi, rayuwarmu za ta zama cikakke kuma mai gamsarwa

Rayuwa ba tare da Allah ba ba ta cika ba Dole ne mu yi tunani game da wannan iko mafi girma da ke ba mu rai, kuzari, da hikima

Dole ne mu yi addu'a cewa wannan gaskiya ta kwarara cikin zukanmu, wannan karfi ya shiga cikin

jikinmu, da kuma wannan farin ciki marar iyaka a cikin rayukanmu

A bayan duhun idanu masu rufewa akwai manyan rundunonin duniya masu ban mamaki, da dukkan kyawawan rayuka da ruhohi masu daraja

Kuma faɗin da ba shi da iyaka na sassan rai

Idan ka yi tunani, za ka fahimci gaskiyar da ta dace kuma za ka ga ayyukanta masu ban mamaki a rayuwarka da kuma duk abin da ke da ban mamaki da ɗaukaka a cikin halitta

A kan hanyoyin bege

Allah yana kirana

Ta hanyar bude rayuka

Kuma zukan kirki suna bugawa da soyayya

Kuma yana cike da imani

Duk wani aikin alheri da almajiri ya yi

Sanin sa yana da mata kai ɗaya kusa

Daga bakin kololuwar sanin sararin samaniya

Bari in shiga ciki, ya Ubangiji

Don ganin kyawunka na allahntaka

Kuma ina farin cikin ganin haskenku masu haske

Idan rayuwata tana karkashin jagorancin

hikimarka ta Allah

Saboda haka, kokarina tabbas zai zama abin alfahari da nasara

Ba zan bata ba

Ya Ubangiji, ka albarkace ni, domin ganina ya bayyana sarai

Raina ya tsarkaka

Sai ya ga rana ta tabbas

Kuma ina jin daɗin sanin hakikanin

A yau zan manta da wahalhalun da na sha a baya

Zan fuskanci halin yanzu da kuma nan gaba

Da karfin hali da kwarin gwiwa, tare da taimakon

Mai Iko Dukka

**Zan caji jikina da makamashin sararin samaniya
Kuma ina wanke jikina da hasken warkarwa na
sanin Allah**

**Kamar wani jirgin sama mai siffar cosmic
Aminci ya cika sanina**

**Kuma ya ji kasancewar Allah mara iyaka
Ya Ubangiji, ka haskaka min fahimtarka
Cika jijiya ta kwakwalwa**

**Da fahimta da kuma fahimtar
Allah ya haskaka hasken kaunarka
A kan hanyoyin rayuwata
A cikin tsibiran Blue Islands**

**Daga baranda ta, na kalli yamma, na yi tsalle a
kan fikafikan tunani zuwa gaƙar sararin samaniya mai
nisa. A dama da hagu na, na ga tsaunuka biyu
wadanda ba da daƙewa ba suka zama launin shuƙi
mai ban mamaki.**

**Da na sake dubawa, wani hannu da ba a gani ya
lullube su da wani mayafi mai launin shuƙi mai zurfi A
bayana birnin Guadalajara ne, ya yi wanka da duhu.
Saman gabas yanzu ya yi launin ruwan hoda mai
laushi. Ina kallon gaba, idanuna sun ga wani birni mai
ban mamaki na tsibiran shuƙi yana shawagi a cikin
tafkin zinare.**

**A cikin wannan tsibiri mai cike da tsibiran shuƙi
masu ban mamaki, wani babban tudu na dutse mai
launin shuƙi ya tashi, kewaye da gajimare masu
launin toka-fari wadanda ke fitar da geysers na lava
mai launin ja-zinariya mai wuta, suna juyawa kamar
bakan gizo zuwa ga tafkin mai natsuwa. Harshen
wuta mai karfi na zinariya ya lullube tsibiran shuƙi a
cikin hasken haske mai haske.**

**Kololuwar shuƙi da rawanin wuta sun yi kama da
tagwaye a saman wannan tafkin zinare mai shiru. A
gefen dama, wani karamin tafki mai natsuwa yana**

walkiya, a kan kirjin ɗaya daga cikin tsibirar shuɗi kamar cikakken wata yana iyo a tsakiyar rakuman gajimare

Na daɗe ina yawo a cikin birnin faɗuwar rana da gajimare masu kama da aljanu, ina shawagi a saman tafkin da haskensa mai laushi na zinariya. Kuma yadda waɗannan ruwan zinare masu ɗauke da jajayen kankara suka yi kyau a kowace hanya zuwa karshen har abada.

Na yi tunanin cewa halittun haske rayuka ne nagari a wannan duniyar, kuma bayan sun yi nasarar cin dukkan gwaje-gwajen rayuwa, an ba su damar yin nishaɗi da kuma bayyana mafarkansu kamar yadda suke so.

Kowace rana da faɗuwar rana, waɗannan halittun za su kara karfafa mafarkansu na sama a cikin biranen da ba su da tabbas waɗanda ke kewaye da tekuna da tafkunan zinare.

A can da kuma bayan kamawar bakin ciki da kuma bayan tarkon wannan duniyar ta duniya tare da dukkan bala'o'i da radadinta

A can, bayan abubuwan da suka bata wa rai, waɗannan halittun sun sha jajayen fitilu, sun sha ruwan lemu, suka kaura, suka kusanto, suka yi yawo, suka yi iyo a tsakiyar fitilu masu launuka daban-daban.

A nan, waɗannan halittu za su fahimci mafarkansu nan take su kuma bayyana mafarkansu kamar yadda suke so, sannan su wargaje su bace bisa ga nufinsu.

A nan ta ji daɗin taskokin gamsuwa da gamsuwa, kuma ta ba wa duk waɗanda suka ziyarta a cikin duniyarta mai ban mamaki da sihiri karimci.

A nan, ba dole ba ne ta jira da fata kamar mutane domin burinta ya cika kuma burinta ya cika, amma ta

**yi mafarkin yadda take so kuma ta cimma duk
wadannan mafarkin da buri da nufinta.**

**Wannan birnin faduwar rana a Tsibirin Mafarkai
yana daya daga cikin mafarkai na da suka dade a
cikin rukunonin tunanin dan adam, kuma a yau ya
cika ta kowace hanya!**

**Hakika, na ga boyayyun taskoki da taskokin raina,
kuma haskensu ya mamaye ni kuma haskensu ya ba
ni mamaki!**

**Paramenhansiat: Bambance-bambancen Farin Ciki
na Allahntaka**

**Tawali'u, Ya Ubangiji, ita ce hanya mafi aminci
Domin karɓar ruwan sama na rahamarka ta Allah
Zan dogara ga adalcinka na Allah da kuma
ka'idodin gaskiya**

**Ganin cewa kana amsa kiran soyayya da kuma
sha'awar zuciya**

**Tare da haɗin gwiwa da nufinka gaba daya
Kuma da cikakken imanina a gare ku
Zan sami taimakonku kuma in ji kusanci da ku
A yau zan yi muku aikina
Kamar yadda nake cika wajibcin da ke kaina ga
duniya**

**Ya Mafi Soyayyen
Kai ne muryar ethereal da ke ratsawa a cikin
wurare masu tsarki na zukata
Kuma kai ne muryar ji da kunne ba zai iya dauka
ba**

**Samun albarka da kaunarka ya fi girma sosai
Daga dukkan abubuwan da suka shafi duniya
Kuma duk daukakar duniya
Da cikakken imani na a gare ka
Ina ganin inuwar rashin lafiyar tana shudewa tana
tafiya ba tare da dawowa ba**

**Zan gan ka, ya Ubangiji, daga tagogi na yanayi da
kofofin salama**

**Ka bamu albarkacinka ka kuma bamu
albarkacinka**

**Kuma ka nutsar da mu cikin rakuman kuzarin
sararin samaniyarka**

A nisantar da mu son kai

Wanda ke hana rayuka kusantowa

**Kuma taronsu ya dogara ne akan kaunar alheri da
haske**

Bari in shayar da furannin addu'ata

**Da ruwan tunani game da kai da kuma yin bimbini
a kanka, ya Allahna**

Domin sabbin furanni masu haske su iya tsirowa

Daga wahayi, zaman lafiya, da farin ciki

**Hanya daya tilo da za a guji aikata laifi ita ce a
samar da kyakkyawan tunani don gane laifin da kuma
kudurin kin yin sa.**

**Fada da wani ba daidai ba ba ya haifar da wani
abu mai kyau. Jahilci shine babban abokin gaba na
bil'adama kuma dole ne a kore shi daga wannan
duniyar. Muna da duk abin da muke bukata a wannan
duniyar don kawo zamanin wadata, farin ciki, da
adalci mai kyau.**

**Abin da kawai ke kawo cikas shi ne son kai na dan
adam, wanda hakan ke sa wannan ba zai yiwu ba.
Mummunan wahala da rashin adalci yana faruwa ne
sakamakon son kai na dan adam da kuma neman abin
da zai amfane shi ba tare da la'akari da wasu ba.**

**Ana amfani da kuɗin da za a iya amfani da su
wajen ciyar da mabukata da kuma tufatar da su don
halaka da kuma lalata. Wannan son kai, wanda aka
haifa daga jahilci, shine tushen matsalolin duniya.**

**Kowa yana tunanin yana yin abin da ya dace,
amma idan ya bi manufofinsa kawai, sai ya fara**

aiwatar da dokar karmic ta dalili da sakamako, wadda ba makawa za ta lalata farin cikinsa da kuma farin cikin wasu.

Da zarar na ga bala'o'in duniya da jahilcin dan adam ya haifar, sai na fahimci cewa farin ciki ba zai dade ba ko da an yi wa tituna ado da zinare.

Farin ciki yana cikin faranta wa wasu rai, kuma idan kowa ya yi haka, kowa zai yi farin ciki

**Kuma kowa zai sami rabonsa na ni'imar duniya
Tunda mun zo wannan duniyar daga inda ba mu sani ba, abu ne na halitta mu yi mamakin asalin rayuwa da kuma manufarta.**

Muna ji kuma muna karantawa game da mahaliccin wannan duniyar, amma ba mu san yadda za mu isa gare shi ba Abin da muka sani shi ne cewa dukkan duniya tana shelar wanzuwar tunaninsa na allahntaka.

Kamar yadda kananan sassa da na'urori na karamin agogo ke sa mu yaba wa mai yin agogon, kuma kamar yadda manyan injunan masana'anta masu rikitarwa ke ba mu mamaki da burgewa game da wanda ya kirkiira su, haka nan idan muka ga abubuwan al'ajabi na yanayi, muna mamakin basirar da ke boye a bayansu, kuma muna tambaya: "Wa ya ba furen siffar haske yana fuskantar rana? Daga ina kamshi da kyawunsa suka fito? Kuma ta yaya aka samar da furanninta da irin wannan daidaito kuma aka rina su da launuka masu ban mamaki da farin ciki?"

Da dare, taurari da wata, suna watsa hasken azurfarsu a kewaye da mu, suna zaburar da mu mu yi tunani game da sanin da ke jagorantar wadannan halittun sama a cikin sararin samaniya. Hasken wata mai laushi bai isa ga ayyukan yau da kullun ba, don haka hankali mai hikima da taushi yana ba da

shawarar hutawa da dare. Sannan rana tana fitowa, haskenta mai haske yana ba mu damar ganin duniyar da ke kewaye da mu cikin haske da natsuwa, kuma muna daukar nauyin kanmu don biyan bukatunmu.

Akwai hanyoyi guda biyu don biyan bukatunmu: hanyar jiki da hanyar ruhaniya Idan lafiyarmu ta tabarbare, misali, za mu iya zuwa wurin likita don neman magani. Amma akwai lokacin da likita ko wani ba zai iya taimakawa ba, kuma muka juya zuwa hanya ta biyu; zuwa ga ikon ruhaniya wanda ya halicci jikinmu, hankalinmu, da ruhinnmu.

Ikon abu yana da iyaka, kuma idan muka gaza, muna komawa ga ikon Allah mara iyaka Wannan kuma ya shafi bukatunmu na kudi Idan muka yi iya kokarinmu amma har yanzu ba mu sami isasshen kudi ba, muna komawa ga wannan ikon

Kowa yana tunanin matsalolinsa sune mafi muni Wasu mutane suna jin matsin lamba fiye da wasu saboda juriyarsu tana da rauni Saboda bambance-bambancen karfin tunanin mutane, suna kashe kuzari daban-daban Idan wani ya fuskanci matsala mai girma kuma hankalinsa yana da rauni, ba zai iya shawo kanta ba Waɗanda ke da hankali masu karfi za su iya shawo kan matsalolinsu ta hanyar rushe shinge da girgiza tushensu Duk da haka, har ma da mutane mafi karfi wani lokacin suna fuskantar gazawa Lokacin da muka haɗu da matsaloli da wahalhalu na zahiri, na hankali, da na ruhaniya masu yawa, mun fahimci yadda karfin rayuwa ke da iyaka a cikin wannan duniyar abin duniya.

Ya kamata kokarinmu ya kasance ba wai kawai don cimma lafiya mai kyau da tsaron kayan duniya ba, har ma don neman ma'anar rayuwa.

Menene manufar rayuwa? Lokacin da matsaloli suka mamaye mu, da farko mukan juya zuwa ga

kewayenmu, muna kokarin yin duk wani gyara na zahiri da muka yi imani zai samar da sauƙi. Amma idan muka kai ga karshen rayuwa muka ce, "Duk kokarina ya gaza, me kuma zan iya yi?" mukan fara la'akari da neman mafita mai tasiri ga matsalarmu. Kuma lokacin da tunaninmu ya yi zurfi sosai, sai mu sami amsar a cikin kanmu. Wannan nau'i ne na addu'ar da aka amsa.

**Cikin nutsuwar raina
Bari in haɗu da kai, Ubangiji!
Mallake ni, kuma ka bar ni in ji kasancewarka ta har abada**

**A cikina da kuma kewaye da ni
A cikin kadaici na tunani, ina sha'awar jin muryarka
A nisantar da hayaniyar kasa daga gare ni
A boye a cikin kwakwalwar ajiyata
Ina so in saurari muryarka mai natsuwa da sanyaya rai**

**Kuma mawakin koyaushe yana cikin nutsuwar raina
Ya Allahna, inda kake da komai
Dole ne ka kasance a wurin
Zurfi a cikin raina da lamirina
Taimaka min in nuna ko da karamin bangare ne
Daga boyayyun taskokin da ke cikin ma'adinan ruhaniya na!**

**Ya haske mai haske
Zuciyata ta farka
Lafiyata ta kwakwalwa
Cika haikali na ruhaniya da daukakarka
Ya Tauraron Arewa Mai Dadi!
Duk inda na yi tafiya kuma duk inda na juya
Allurar maganadisu ta zuciyata tana ci gaba da nuna maka**

**Ko iskar rashin sa'a ta same ka
Ko kuma ruwan sama da iska da bala'i suka jike
Duk da haka, hankalina ya shirya da ni,
Don koyaushe juya zuwa gare ku
Tsuntsuna kaunatacce, yana bugun fikafikansa
A tsakiyar gajimare na rudani
da kuma guguwar rudani
Tabbas zai sami hanyarsa zuwa gare ku
A zamanin da
A cikin zuciyar ether
Lokacin da muka wanzu a matsayin ruhohi
Duk mun yi barci
A karkashin bargon kaunar Allah
Kuma lokacin da Allah ya tashe mu
Mun yi tafiyarmu daga gare shi
Kamar yadda yake a cikin labarin ɗan bataccen
Mun manta da alakar Allah ta zumunci
tsakaninmu
Mun zama baki ga junanmu
Kuma tun lokacin da muka yi watsi da gidanmu na
sama
Mun zama a cikin wannan duniyar
Matafiya da ke ratsa kusurwoyin duniya
Muna tafiya a kan hanyoyin kaddara
Mun yi nisa sosai
Mun kaura nesa da gidanmu na asali
Duk da haka lokaci zuwa lokaci
Wasu wurare, abubuwan da suka faru, da fuskoki
suna tashe mu
Tunawa da aka binne da kuma zurfin ji na ciki
Ta yi mana rada tana cewa
Muna jin kamar muna fuskantar komai sabo
Abubuwan da muka riga muka sani
Muna haɗuwa da kuma haɗuwa da
kaunatattunmu**

**Mun kasance kusa da su
A cikin abubuwan da suka gabata
Ya Mahaliccin halittu
Haskenka yana haskakawa a cikin manyan
Allah ya bamu ikon fahimtar su ta hanyar da ta
dace**

**Bari mu fahimci cewa kai ne babban burin
Abin da muke kokarin cimmawa
Babban buri
Wanda muke fatan cimmawa
Ka wartsake mu da iska mai kamshi ta
kasancewarka**

**Ka cika mu da sha'awar kasancewarka mai
ɗaukaka**

**Bari rayuwarmu ta kasance cike da hikimarka ta
Allah**

**Bari mu ji haskenka mai tsarki
Yana ratsa dukkan fannoni na rayuwarmu
Kuma yana karfafa kudurinmu
Kuma yana kore duhunmu
Kuma Allah ya bamu zaman lafiya
da kuma kyakkyawan fata
Da kuma sha'awar yin ayyukan alheri
Tsakanin Yarima da Bahaushe Mai Wayewa
Wata rana, wani azzalumi ya yi tafiyar farauta
tare da bayinsa da masu yi masa hidima, sanye da
kayan aiki da makamai. Sun shiga cikin daji, suna
busa kaho suna buga ganguna.**

**Bayan farautar wasu tsuntsaye, barewa, da
damisa masu ban tsoro, yarima da tawagarsa sun
fahimci cewa sun rasa hanyarsu.**

**Suna da isasshen abinci amma babu ruwa Duk da
rashin gajiya neman ruwa a dajin, ba su sami ko
ɗaya ba. Ba su da mafaka daga hare-haren dabbobin**

dare masu ban tsoro, yayin da duhu ke gabatowa da sauri.

Rana ta bace daga gani, kuma yarima, wanda ke jagorantar ayarin, ya zo ga wata tsohuwar rumfa da ta lalace Bayan ya sauka daga kan karagar mulki, ya tura kofar da ba a buɗe ba ya shiga cikin rumfa Duk abin da ke ciki duhu ne sai dai ɗan haske a ɗaya daga cikin kusurwoyinta, sai ya yi tunani cikin rashin bege, "Har ma rumfa ta bace"

Amma da bege ya motsa shi, sai ya yi kira, "Lafiya Akwai wani a nan?"

Abin mamaki, sai ya ji wata murya mai natsuwa tana amsa masa cikin nutsuwa, tana cewa: "Eh, ina nan Kana neman ruwa?"

Yarima ya kalli duhun na ɗan lokaci har sai da ya hango fatalwar wani mutum, kuma ya yi mamakin cewa mutumin ya san tunaninsa tun kafin ya haɗu da shi ko ya gane shi.

Yarima ya tambayi mai masaukinsa, "Wane ne kai?" Mai masaukin ya amsa, "Matsakaicin mai son Allah mai son zaman lafiya"

Bahaushen ya kunna fitila, yarima ya kira tawagarsa, suka kuma ji daɗi sosai da samun ruwa da 'ya'yan itace a cikin wannan daji mai nisa.

Yarima ya tambayi mai sihirin, "Ba ka jin tsoron damisa da macizai?"

Shaihin malamin ya amsa: "Ba shakka a'a, damisa su ne kyanwata, kuma macizai suna da aminci a gare ni. Mu abokai ne waɗanda koyaushe muke jin daɗin hasken kaunar Allah wanda ke haskaka komai a cikin wannan rayuwa."

Yayin da yarima ya kalli mai sihirin sosai, tsoro ya kama shi lokacin da ya ga macizai biyu suna rataye a wuyan mai sihirin. Lokacin da ya matso kusa don tabbatar da abin da ya gani, macizai suka yi ta ihu

sunarawa, suna shafa kawunansu, domin sun ji girgizar tsoro da kuma ramuwar gayya da ke buya a zuciyar yarima.

Bugu da kari, a wannan lokacin ɗaya daga cikin damisar daji ta shiga cikin gidan ta kwanta a hankali a kafafun mai sihirin. Bayan mutumin Allah ya kwantar da hankalinsa ya kuma shafa kansa, damisar ta tafi a hankali, ta nufi tsakiyar dajin.

Yarima mai girman kai ya yi tunani a ransa, "Wannan dattijo dole ne ya kasance mai adalci da kirki, domin ya kare mu daga namun daji da kishirwa mai kisa. A matsayin lada ga aikinsa, zan mai da shi mai arziki." Sai ya yi wa mai sihirin magana, yana cewa:

"Ya Sheikh, fuskarka tana haskakawa da kirki da gaskiya, kuma ina godiya da duk abin da ka yi mini da kuma tawagara. Saboda haka, ina so in ba ka wani sirri wanda zai sa ka zama mai arziki da wadata. Wannan sirrin da nake bayyanawa a karon farko, kuma gare ka kawai."

Da zarar ya furta waɗannan kalmomin, sai yariman ya ɗauki dutse daga karkashin mayafinsa ya ci gaba da magana, yana cewa:

"Ina so in ba ka amanar wannan taska ta iyali Ita ce Dutse na Falsafa, kuma watakila za ka yi arziki ta hanyar amfani da ita. Wannan dutse yana yin zinare, kuma ɗaya daga cikin manyan masana ilmin sunadarai ne ya ba mahaifina. Yana da ikon mayar da duk abin da ya taɓa zuwa zinare tsantsa. Za ka iya amfani da wannan dutse na tsawon shekara guda ka mayar da duwatsu zuwa zinare, sannan ka sayar da su don siyan gidan sarauta na zinariya. Zan dawo gare ka bayan shekara guda in ziyarce ka in dawo da dutsena, wanda na ɗauke shi da daraja fiye da rayuwata."

Mai bautar gumaka bai so ya karbi wannan alhakin ba, amma a martanin da yariman ya yi masa na ci gaba da yi masa, ya amince ya ajiye dutsen masanin falsafar. Yarima ya ga mai bautar gumakan yana sanya dutsen a karkashin belinsa ba tare da kulawa ba (inda mutane ke saka kudinsu saboda tsoron aljihu!), sannan yariman ya tafi abinsa.

Bayan shekara guda, yariman ya dawo tare da tawagarsa, suna tsammanin ganin wani kyakkyawan fada maimakon rumfa da ta lalace. Amma ya ji takaici lokacin da ya ga rumfa tana tsaye kuma tana cikin mawuyacin hali fiye da da. Don haka ya sauko daga kan dokinsa ya tura kofar, yana kira da babbar murya: "Har yanzu kana da rai, mai sihiri?"

Malamin ya amsa da murya mai karfi da zurfi: "Eh, godiya ta tabbata ga Allah, Ya Yarima Barka da zuwa gidana mai tawali'u"

Nan take kuma ba tare da an gabatar da jawabi ba, yariman ya yi ihu: "Me ke damunka, kai mutum? Me ka yi da dutsen masanin falsafa da na bar maka? Me ya sa ba ka yi amfani da shi don zama mai arziki ba?"

Bahaushen ya yi tunani na ɗan lokaci sannan ya amsa: "Menene dutsen wannan masanin falsafar da kake magana a kai, kuma me kake nufi da cewa ya kamata in zama mai arziki? A gaskiya, ba na son in fi ni arziki."

Firgita ta kama yarima, yana tunanin cewa tsohon mai sihiri ya rasa dutsensa saboda rashin kulawarsa ga hakan, sai ya ce da murya mai kama da roko: "Ina nufin dutsen masanin falsafa mai daraja da ka sanya a karkashin bel ɗinka shekara guda da ta wuce? [Eddie, da bel ɗinka], gaya min me ka yi da shi?"

Bahaushen ya amsa: "Haka ne, yanzu haka nake tuna dutsenka mai daraja Wata rana ina cikin tunani

mai zurfi game da Allah lokacin da na je yin wanka a cikin kogi, kuma ina tsammanin dutsen ya zame daga tufafina ya haɗiye shi. Allah ya kiyaye ka lafiya."

Yarima ya yi ihu da karfi, "Kai, rashin da ba za a iya maye gurbinsa ba! Na rasa komai!" kuma kusan ya suma saboda mamaki. Mai sihirin ya yayyafa ruwan sanyi a fuskarsa ya farfado da shi, yayin da masu taimaka wa yarima suka kusanci shehin, idanunsu suna cike da mugunta, suna kokarin cutar da shi. Amma mai sihirin ya yi dariya ya ce, "Kai, Mai Martaba, irin wannan matsayi mai girma, ban san za ka tayar da hayaniya a kan dutse ba. Ka zo tare da ni zuwa kogi, zan nemi dutsenka in yi kokarin nemo shi."

Yarima ya amsa, "Shin ka rasa hankalinka? Kana son neman dutse da ya fado daga gare ka yanzu, wanda ruwan sama ya kwashe shi shekara guda da ta wuce?"

Amma mai sihirin bai kula da maganarsa ba, sai ya yi masa ihu, yana cewa: "Yarima, babu bukatar wannan hayaniya. Jira har sai mun nemi dutsen da ke cikin kogin. Ku zo tare da ni, ku duka."

Kamar dai an yi masa sihiri, yarima da tawagarsa sun amsa ga sihirin malamar kuma suka bi shi a hankali zuwa kogin. A can, malamar ta roki yariman ya cire mayafin hannunsa daga aljihunsa, ya riƙe shi a kusurwoyinsa huɗu, ya tsoma shi cikin kogin, yana addu'a kamar haka:

"Ya Sarkin Sarakuna, Sarkin Sarakuna, kuma Mai Duk Duwatsun Masu Falsafa, ka mayar mini da dutsena"

Da zarar yarima ya yi haka ya daga mayafinsa daga cikin ruwa, sai ya yi mamakin ganin duwatsu sama da ashirin na masanin falsafa da idanunsa marasa imani, iri ɗaya da na asali da ya rasa. Bayan ya gwada kowannensu, sai ya ga cewa kowanne zai

iya canza duwatsun bakin tekun na yau da kullun zuwa zinare. Sai yarima ya faure duwatsun a cikin mayafin ya jefar da kunshin a cikin kogin.

Shehi da tawagarsa suka yi masa ihu, "Me ya sa ka yi haka?" Amma yariman ya kalli mutumin Allah, ya sunkuyar da kansa a gabansa cikin girmamawa, ya ce:

"Ina so, yallabai, in sami abin da kake da shi wanda ke faukar duwatsun da ke sa zinariya ta zama duwatsu marasa amfani."

Don haka yariman ya yi watsi da mulkinsa na duniya domin ya koya daga tsohon mai hikima yadda ake samun mulkin ruhu, wanda ba shi da sarari kuma ba shi da ikon halakawa

Darasin labarin shine cewa dukiya duniya, komai darajarta, tana dawwama kuma dole ne a bar ta a baya a cikin wannan duniya mai kaskanci lokacin da jiki ya zama gawa mara rai, mai sanyi.

Maimakon amfani da dutsen masanin falsafa, wanda a nan yake nuna ikon tara dukiya mai wucewa kawai, ya kamata mu zama kamar mai son zuciya wanda ya sadaukar da lokacinsa da ikonsa don samun dukiya Allah wadda ba ta karewa kuma ba ta lalacewa.

Duk wanda ya san Allah zai mallaki dukiya fiye da mafarki, kuma idan ya zama dole, zai bar dukiya kamar duwatsu, da fatan samun wadata ta ruhaniya da kuma jin dadin wadata ta gaskiya.

A cikin mu'amalarmu da wasu

Yana da matukar muhimmanci a gane kuma a yaba

Halaye na musamman da halaye masu kyau

Abin da suka koya daga abubuwan da suka faru

Kuma sun tsara shi daga halittarsu

Idan muka yi nazarin mutanen da ke da buɗaɗɗen tunani

**Za mu iya fahimtar su kuma mu magance su cikin
kwanciyar hankali**

Za mu iya kuma nan take

**Sanin yanayin mutumin da muke mu'amala da shi
Kada ka yi magana da wani masanin falsafa game
da tseren dawaki**

**Kada ka yi jayayya da wani masanin kimiyya game
da tsarin gida**

**Na san abin da ke jan hankalin mutumin da kuma
abin da ke jan hankalinsa**

**Kuma ya yi masa bayani game da wannan batu
Ba lallai ba ne game da abubuwan da ke sha'awar
ku**

**Idan muna son fahimtar wasu
Ya kamata mu guji suka da Allah wadai da su
Madadin haka, ya kamata mu kalli madubin
fahimtarmu ta fuskar fahimta**

**Don gano abin da ya kamata a gyara kuma a
inganta?**

**Wannan madubin tunani ya bambanta sosai
Game da madubin da muka saba kallo kowace
safiya**

**Kowace rana ina duba cikin wannan madubin kai
Idan na sami wani abu da ban so ba
Ina zargin kaina kuma ina aiki tukuru don gyara
shi**

**Ta wannan hanyar, mutum yana ganin hotonsa
An nuna shi a cikin ainihin siffarsa a cikin
madubin ransa**

**Kuma yana ci gaba kowace rana
A kan hanyar zuwa ga farin ciki da kwanciyar
hankali**

**Allah ya albarkace ku
Salam alaikum barka da warhaka**

**Cibiyar Sadarwa ta Longings
Ga ni nan, ina jefa tarkon sha'awata
A cikin babban teku na tunanina
Sau da yawa ka kan tsere mini, ya kai abin
farauta mai daraja ta allahntaka!**

**Duk da haka, ina ci gaba da zurfafa bincike cikin
zurfin zaman lafiya**

**Kuma ba tare da gushewa ba, ina jefa tarkunan
soyayyata a gare ki daya bayan daya**

**Dole ne wata rana in kama ka cikin tarkon
sha'awar da nake da ita a gare ka.**

**Ina jefa wannan tarkon soyayya ta ko'ina
Sama da rakuman ruwa masu rikitarwa na rayuwa
Kuma game da taurari masu walkiya
Kuma a cikin zurfin kyawawan ruhohi
Abin da kawai na sani shi ne ni mafarauci ne
Kuma zan ci gaba da kokarin kama ku
Ya kai babban buri da kuma babbar taska da ke
wanzuwa!**

**Ina rokonsa ya rushe labulen jahilci ya kuma
kawar da duhun rudani, kuma ya zama babban buri a
rayuwarka kuma mafi karfi a kan kursiyin sha'awarka,
kuma ya taimake ka ka canza kasala da jinkiri zuwa
aikin ruhaniya wanda ke motsawa da farin ciki,
sabuntawa, da sha'awa. Ina rokonsa ya ba ka ruwan
inabin kaunar Allah har sai ka bugu, kuma ya ziyarce
ka da ziyara mai tsarki wadda akwai ta'aziyya, kuma
ya wanke zuciyarka da ruwan kauna da godiya, kuma
ya haskaka a cikin kasancewarka fitilun tabbas, kuma
ya narke mafarkinka a cikin gaskiyar teku mai
albarka, kuma ka sami gamsuwa da gamsuwa a
cikinsa, domin natsuwa ta zauna a cikin ranka kuma
albarkar sama ta sauko a kanka.**

Natsuwa tana nufin tunani mai kwantar da hankali

**Kwantar da hankali ga jiki da kuma kula da
bukatunsa**

**Duk wanda zai iya yin hakan zai sami kwanciyar
hankali mai wartsakewa**

**Zai ji rakuman ruwa masu ban mamaki da ra'ayoyi
daga duniyoyi masu kyau**

**Kuma duk wanda ya zurfafa cikin nutsuwa, to
Zai gano mulkin Allah a cikin kansa
Muddin mutum yana tafiya a kan hanya
Kowace lokaci na lokacinsa tana da matukar
daraja**

**Muna nan a wannan kasar (gidan wucewa) na ɗan
lokaci kaɗan**

**Komai na ɗan lokaci ne, amma jin daɗin Allah
yana dawwama**

**Babu wani abu da zai iya goge shi daga zuciya da
ruhi**

**Bai kamata mu bari jarabawar wannan duniyar ta
rinjaye mu ba**

**Ta hanyar karkatar da mu daga babban
manufarmu da kuma babban burinmu: Allah**

Sanin Allah yana yiwuwa

Dole ne mu sami ubangijin halittu

Daga haskensa taurari ke haskakawa

Kuma da ikonsa zukata ke bugawa

Dole ne mu neme shi a Haikalin Shiru

Idan muka kira Allah da sha'awa da bege

Kuma idan muka yi tunaninsa da sha'awa mai zafi

Za mu same shi

Ba ina magana ne game da allahn da ba a sani ba

A'a, yana game da Ubangijin da na sani ne

Kuma gaskiya ne a gare ni

Ya fi dukkan abubuwan zahiri gaskiya ne

**Teku ne mai tsarki wanda ke riƙe da kuma riƙe
rakuman rayuwar ɗan adam**

**Za mu iya yi ba tare da komai ba
Sai dai Allah
{Allah, Mamallaki, Gaskiya Ya daukaka}
(Masu albarka ne masu tsarkin zuciya, domin za
su ga Allah)**

**Abu ne na halitta mutum ya ji buƙatar kauna da a
kaunace shi, amma wannan sha'awar zuciya a karshe
tana zuwa ga tushen wannan kaunar, wadda ita ce
Allah.**

**Soyayyar ɗan adam ta dogara ne akan tsammanin
da yawa, lissafi, da kuma la'akari da ra'ayin mutum,
don haka babu tabbacin dorewarta domin tana da
alaka da yanayi.**

**Duk da haka, kaunar Allah ba ta da wani sharafi,
ba ta canzawa, kuma tana dawwama. Idan ta taɓa
zuciyarka, za ka same ta tare da kai koyaushe.**

**A cikin dukkan yanayi, za ku ji shi a matsayin
tushen kariya da kwanciyar hankali, koda kuwa a
tsakiyar wahala da wahala.**

**A tsakiyar wahala da jarabawa masu wahala
Kowa zai iya barinka, amma wannan kaunar mai
tsarki ba za ta bar ka ba, ba za ta ba ka kunya ba,
kuma ba za ta bar ka ga abin tsoro da ruɗani ba,
domin karfin kariya ne kuma haske ne mai jagora
daga sama a tsakanin sauye-sauyen rayuwa.**

**Idan aka ɗora wa kaunar ɗan adam kaunar Allah,
za ta zama tsarkakiya da bayyananne. Amma idan aka
raba rafin, wato kaunar ɗan adam, da maɓuɓɓugar
ruwa, wato kaunar Allah, za ta daina gudana ta rasa
kanta a cikin yashi na duniya.**

**Muddin kaunar ɗan adam tana da alaka da kaunar
Allah, tana tausasa zuciya, tana wartsake lamiri,
kuma tana shayar da lambunan rai da ruwan rai**

Soyayya: Abin karfafa zuciya

**Duk abin da nake yi, ina yi ne da dukkan soyayyar
da ke cikin zuciyata**

**Idan ka gwada, za ka ga ba ka jin gajiya kwata-
kwata.**

**Domin soyayya ita ce babbar abin da ke motsa
sha'awa, kuma wasiyya a karkashin rinjayar soyayya
tana da iko na musamman na yin abubuwan da wasu
ba za su iya yi ba.**

A kan hanyoyin fahimtar ruhaniya

Jan hankali da akasin jinsi

**Kamannin mutum ya kamata ya kasance mai
tsabta, mai tsabta, kuma mai tsabta**

Ba laifi ba ne mutum ya yi kyau sosai

Muddin wannan rokon ya shafi dandano mai kyau

**Amma ba daidai ba ne mutum ya yi amfani da
sha'awar jima'i da gangan**

Don jawo hankalin jinsi akasin haka

**Sha'awar da ke tsakanin namiji da mace ya
kamata ta samo asali ne daga ruhi**

Wadanda ke da ikon mallakar kai

Ba sa alfahari da kasancewarsu alamomin jima'i

**Suna da damar da ta fi dacewa ta jawo hankalin
abokin rayuwa da ya dace.**

A cikin nasarar dangantakar aure

Soyayya ce ta farko, ba jima'i ba

Wannan ya kamata ya zama manufa kuma mizani

**A wasu kasashe, sumba ko mu'amala ta kud da
kud ba ta faruwa**

Tsakanin samari da 'yan mata kafin aure

**Idan mutane biyu suka ji sha'awar da ba ta da
wani sha'awa**

ga juna

Za su kasance a shirye su sadaukar da junansu

Soyayya ta gaskiya gaskiya ce

**Sai kawai a lokacin ne za su cancanci dangantaka
ta kud da kud a cikin aure**

Mallaka ba shi da amfani

**Idan ɗaya daga cikin ma'auratan ya yi kokarin
mallakar ɗayan**

Wannan shaida ce ta rashin kauna

Amma idan suka bayyana soyayyarsu

Da sha'awa ta gaskiya da abokantaka

Da kuma yin la'akari da yadda ake ji

Kuma sha'awar gaske don faranta wa wasu rai

Soyayya tana samun kyakkyawan hali

Kuma a cikin irin wannan dangantaka

Mun sami ɗan haske na kaunar Allah

**Rayuwa ba tare da fahimta ba kashe kai ne na
ruhaniya da na zahiri**

Masu albarka ne waɗanda suke da fahimta

Shi ne babban bukata a kan hanyar ruhaniya

Kuma a kan hanyoyin rayuwa

Fahimta shine walkiya

**Yana haskaka hanyar mutum kuma yana kawo
masa nasara**

**Kafin mutum ya kai ga cimma burin rayuwa na
karshe**

**Dole ne ya kasance yana da wannan muhimmiyar
baiwa da kuma baiwar da yake da ita**

**Saboda haka, bai kamata mutum ya bari rashin
fahimta ya makantar da shi ba**

**Domin kuwa shine kisan kai na ruhaniya da na jiki
Fahimta ya kamata ta zama jagora a kowane
yanayi**

Komai wahalar da muka fuskanta

Dole ne mu fahimci daidai

Allah ba ya cutar da mu ko ya yi mana azaba

Mu ne muke taimakon kanmu ko cutar da kanmu

Ta hanyar fahimtarmu da kuma fahimtarmu

**Ko kuma rashin fahimtarmu da rashin fahimtarmu
Dole ne mu yi addu'a ga Allah domin samun
fahimta**

**Ko da kuwa irin abubuwan da aka gabatar mana,
Ko kuma yanayin da muke ciki
Fahimta ce kawai za ta kare ɗan adam
Lokacin da abubuwan da na fuskanta suka zama
masu tsanani da tsanani**

**Yunkuri na farko shine neman fahimta a cikin
kaina**

**Ba na zargin yanayi ko kokarin gyara wasu
Amma zan fara shiga ciki
Ina kokarin tsarkake sansanin soja na na ruhaniya
Kuma cire duk wani abu da zai iya kawo cikas ga
wannan hasken ciki**

**Ko kuma yana hana ikon rai bayyana
Ko kuma yana hana ta bayyana kanta
Wannan ita ce hanyar rayuwa cikin nasara
Gujewa daga matsaloli na iya zama kamar mafita
mafi sauki**

**Amma mutum yana samun karfi idan ya yi yaki da
abokin hamayya mai karfi**

**Wadanda ba su da wata matsala ba sa girma
kuma kudurinsu ba ya karfafawa**

**Tsoro yana bacewa idan muka sami fahimta
Fahimta tana samar da tsaro da kariya
Na fuskanci abubuwa da yawa a rayuwata
Kuma mafi wahalar wadannan abubuwan sun
kasance tare da mutane**

Sun yi mini ba daidai ba

Na ga mutanen da na kaunace su

Mutanen da na ba wa zuciyata

Ba su fahimce ni ba kuma suna juya mini baya

Amma hakan bai haifar da ɗaci a cikina ba

**Domin kuwa rashin fahimta yana damun masu
sauraro**

**Ba zan bari kaina ya ji rauni ba
Saboda wasu sun fahimce ni
Madadin haka, ina gwadawa
Taimaka musu idan sun yarda
Aika musu da kyawawan niyya
Kuma fatan alheri
Idan ka zauna a hankali
Hankalinka zai 'yantu daga kowace irin matsin
lamba**

**Ka kasance kai kadai da tunaninka ka kuma
nisanta daga duniya da bukatunta**

**Yi amfani da hankalinka wajen ginawa a kowane
lokaci**

**Manyan abubuwa suna farawa ne a cikin tunani
Shi ya sa nake ci gaba da aiki da hankalina a
kowane lokaci**

**Da zarar damar ta taso
Nan da nan na kunna ikonsa na kirkira kuma
sakamakon ya zo**

**Yi kokarin yin wani abu mai kirkira kowace rana
Domin inganta yanayinka da kuma sarrafa
makomarka**

**Maimakon ya bar shi ya mallake ka
Za a iya inganta lafiya
Ko kuma kafa kyawawan halaye
Ko cimma nasarar kayan duniya da ta ruhaniya
Ta hanyar mai da hankali kan kowanne
A wani lokaci
Duk abin da nake so in cimma a wannan rayuwar
Na sami nasarar cimma hakan
Ma'adinai samfurin tunani ne
Saboda haka, babu wani iyaka na tunani ga
tunani,**

**Idan za ka iya sarrafa tunaninka
Duk duniya za ta kusance ka
Na samu duk abin da nake so
Ya kasance kuma har yanzu shine babban burina
Farin ciki na ruhaniya yana cikin Allah
An cika min burina kuma ina jin farin ciki mara
misaltuwa**

**Bai kamata mutum ya ji kamar wanda ya gaza,
wanda ba shi da bege, ko kuma wanda ke cikin bakin
ciki ba**

**Zai iya sarrafa kaddararsa ta hanyar sarrafa
tunaninsa**

**Yi abubuwa masu amfani da kyau da kake niyyar
yi**

**Yana da tsari na ciki wanda ke da mahimmanci
wajen haɓaka canji mai kyau**

**Za ku iya canza tunanin ku
Kuma inganta yanayin rayuwarka
Da taimakonSa, Allah Ya daukaka Shi
Ina zuwa kamar iska daga aljanna
Dole ne almajiri ya binciki kansa kowace rana
Domin gano ko yana samun ci gaban da yake
burin samu**

**Idan muka koyi yadda ake nazarin kanmu ba tare
da son zuciya ba**

**Za mu iya sanin kanmu da kuma wasu
Wanda yake rayuwa a wannan duniyar da fahimta
kuma ya bar ta da sani**

**Zai sami rashin mutuwa
Ina kokarin gina rayuwar almajirana
Kuma su mayar da tunaninsu zuwa ga tushen
farin ciki da kuma tushen haske**

**Shi ya sa nake mai da hankali kan bangaren
ruhaniya da farko**

**Ba tare da yin sakaci da bangaren rayuwa na
zahiri ba**

**Kuma ina son waɗanda suke son sanin Allah a
zuciya da ruhi**

**Domin ba za a iya sanin Allah ta hanyar
muhawara ta ilimi ba**

**Ko kuma ta hanyar sauraron wa'azi mai karfi da
kuma na motsin rai**

**Wanda ke haifar da tashin hankali a cikin ruhi
Abin da nake ɗauke da shi a cikin raina yana da
matuƙar tsarki a gare ni**

**Ba zan iya magana bazuwar ba
Ina magana ne kawai game da abin da na gwada
kuma na tabbatar**

**Ta hanyar ilimin kai da gogewar rayuwa
Saboda wannan dalili, waɗannan koyarwar
gaskiya ne a gare ni**

**Ba ina ƙoƙarin yin wa'azi ba ne, amma ina ƙoƙarin
gabatar da waɗannan gaskiyar**

**Wanda na tattara daga lambun gogewata ta kaina
Ina zuwa kamar iska daga aljanna
Ɗauke da kamshin gaskiya**

**Daga Lambunan Zama
Ba na neman komai don kaina
Burina kawai shine in ba ku
Wannan kamshin sama**

**Kuma bayan haka na bar gabar duniya
Don sake komawa ga zuciyar sararin samaniya
Kuma abin da na ba ku ina so ku dandana wa
kanku**

**Ta hanyar jituwa da Allah da kanka
Wannan ita ce kaɗai burina
Mabuɗan Yawa
Duk wanda yake son daidaita tunaninsa da yalwar
Allah**

**Dole ne ya cire dukkan ciyayin fatara da talauci
daga kasan hankalinsa**

**Hankali na duniya cikakke ne kuma bai san
bukata ko rowa ba**

**Kuma duk wanda yake son yin jituwa da wannan
rumbun ajiyar sararin samaniya**

**Dole ne ya kirkiri wayar da kan jama'a game da
yalwa da wadata**

**Ko da bai san inda za a samu abincin da zai biyo
baya ba**

**Ya kamata mu yi tunanin yalwar Allah a matsayin
ruwan sama mai wartsakewa da yalwa**

Ya fadfi daidai da kowa

Idan wani ya daga kofi, kofinsa zai cika

**Kuma idan ka sanya babban tukunya (ko akwati)
a karkashin ruwan sama**

**Tana karɓar cikarta a matsayin ruwan sama mai
tsarki da albarka**

**Wane jirgin ruwa muke amfani da shi don karɓar
yalwar sama?**

**Akwatin da kake son cikewa yana iya samun
lahani da ramuka**

**Saboda haka, dole ne a shirya shi kuma a sanya
shi ya dace don karɓar kwararar albarka**

Wannan kuma ya shafi mutane

**Idan jirgin hankali da ya daga shi zuwa ga taskar
sama yana fama da kazanta**

**Dole ne a gyara shi kuma a mayar da shi mai
karɓa domin ya iya shan albarkar da ke cikinsa**

**Ya kamata a gyara wannan wayar da kan jama'a
sannan a gyara ta**

**Ta hanyar 'yantar da shi daga dukkan tsoro da
shakku**

**Yi hassada da kiyayya sannan ka tsarkake shi da
ruwa mai tsarkakewa.**

**Ruwa na aminci, natsuwa, gaskiya, da kuma
kaunar Allah**

**Duniya duka tana tsayawa gefe don yin hanya
Ga mutumin da ya san inda zai je
Yana tafiya zuwa gare ta da kudurin mai nema
Mabudan Yawa**

**Al'adun Ciki na Gabas-Yamma
Idan kana da tunani mai karfi
Kuma ta sanya masa kuduri mai karfi
Za ka iya sarrafa kaddararka
Gwada gwada karfin hankalinka a kananan
abubuwa da farko**

**Yi aiki a kan karfafa shi domin ya iya cimma
manyar abubuwa da yawa a gare ku**

**Na taɓa fuskantar wannan a rayuwata kuma ina
magana da tabbaci**

**Ikon cimma nasara yana cikin tunani
Za ka fahimci wannan gaskiyar idan ka rike
imaninka da kyau**

**A yayin da ake fuskantar shakku a duniya da
kuma karayar da masu karaya ke fuskanta**

**Zabi wani takamaiman abin sha'awa ko aikin da
wasu ba za su yi tunani a kai ba**

**Cewa za ka iya yin sa cikin nasara
Ka dage har sai ka cimma hakan
Fara da kananan manufofi**

Karfin hankalinka zai karu a hankali

Har sai kun sami damar cimma burin ku

**Duniya da iyalanka suna rarraba ka ta wata hanya
Amma yi aiki da hankali da kuma juriya**

Kan canji mai tasiri

Babu iyaka ga ikon tunani

Mayar da hankali kan wannan ra'ayin

Cika zuciyarka da sha'awar cimma nasara

Da kuma kudurin yin aiki mai kyau

**Zuwa ga cimma burinka
Ci gaba da tura tunaninka zuwa ga manyan
nasarori**

**An sami arzikin ruhaniya
Kuma duk zai zama arziki da wadata
A kan umarninka da kuma a kan hidimarka
Rayuwata ta shaida hakan
Su waye ne mutanen da suka yi farin ciki da
gaske?**

**Dole ne mutane su koyi son kai
Neman farin ciki ta hanyar faranta wa wasu rai
Manufa ce ta gaskiya kuma mai daraja ga
wadanda suke kaunar Allah**

**Ba wa wasu farin ciki yana da matuƙar
muƙimmanci ga farin cikinmu na kanmu
Jarabawa ce mai cike da gamsuwa da kai
Wasu mutane suna tunanin iyalinsu ne kawai
amma ba sa damuwa da wasu**

**Wasu kuma suna tunanin kansu kawai ba tare da
wani ya yi tunanin ba**

**Amma wadannan su ne wadanda ba sa dandanon
farin ciki**

**Ba daidai ba ne a nemi farin ciki na mutum
Kuma ka yi watsi da farin cikin wasu
Mutumin da ke daukar kuɗin wasu don kansa ba
tare da wani rauni na lamiri ba**

**Zai iya zama mai arziki, amma tabbas ba zai yi
farin ciki da rayuwarsa ba**

**Domin tunaninsu na kiyayya da rashin gamsuwa
zai kewaye shi kuma ya hana shi kwanciyar hankali
Idan mutum yana kokarin faranta wa kansa rai ta
hanyar cin zarafin wasu**

**Kowa zai yi kokarin sa shi cikin rashin jin daɗi
Amma idan yana kokarin faranta wa wasu rai
Ko da kuwa ya rasa jin daɗinsa**

**Kowa zai tuna da shi da kyau kuma ya yi masa
fatan nasara**

**Idan muka yi tunanin bukatunmu
Dole ne mu kuma yi la'akari da bukatun wasu
Idan muka damu da harkokinsu, muna son
taimaka musu da kuma faranta musu rai**

**Mutum mai son alheri yana rayuwa cikin jituwa da
gamsuwa da kansa**

**Da iyalinsa da kuma duniyar da ke kewaye da shi
Yayin da mai son kai ke shiga matsala koyaushe
Ya rasa kwanciyar hankalinsa**

**Labarin yaron da ya yi rashin kunya wanda ya
sami sauyi a ruhaniya**

**A lokacin da nake kula da makarantarmu da ke
Ranchi, Indiya, an kawo min wani yaro wanda ya girmi
matsakaicin shekarun d'aliban, na gaya wa iyayensa
wadanda suka kawo shi cewa ina karbar yara maza
'yan kasa da shekara goma sha biyu, amma zan karbe
shi idan yana da kyau.**

**Na yi wa yaron magana cikin zuciya, ina ce masa:
"Kana shan taba, amma iyayenka ba sa son ka sha
taba. Ka yi nasarar karya wasiyyar iyayenka, amma
ba ka yi nasarar kawar da rashin jin dadinka ba, kuma
rashin jin dadinka zai karu idan ka ci gaba da wannan
mummunar dabi'a."**

**Kalmomina sun yi tasiri a kansu, sai ya fara kuka,
yana cewa, "Kullum suna dukana."**

**Sai na ce masa: "Ka yi tunani game da abin da ka
yi wa kanka! Duk da haka, zan karbe ka a matsayin
almajiri bisa ga sharafi daya: ni abokinka ne, ba mai
ba da labari a kanka ba. Muddin kana da gaskiya
wajen gyara kurakuranka, zan taimaka maka, amma
idan ka yi mini karya, ba zan yi maka komai ba domin
karya tana lalata abota. Za ka iya boye gaskiya,
amma ka yi hattara da karya."**

Na karbe shi a matsayin dalibi na ce masa, "Duk lokacin da ka ji kamar kana shan taba, zan kawo maka sigari."

Ya zo wurina sau daya ya ce: Ina jin sha'awar shan taba sosai (sha'awar har zuwa mutuwa)

Na mika masa kudin, sai ya kasa yarda da idanunsa. Ya ce, "Ka rike kudin," kuma lallai ya canza shawara.

Na roke shi a hankali ya je ya sayi taba, amma bai yi ba, ya ce:

"Ba za ka yarda da ni ba, amma na rasa sha'awar shan taba gaba daya"

Sakamakon haka, tare da karin ilimi da gyare-gyare, ya zama mai kyawawan halaye kuma ruhinsa ya bayyana sosai.

A karshe, na sami damar farkar da saninsa na ruhaniya

Ana iya ganin kuma jin alamun wayewar ruhaniya ta hanyar kokarin kai na saba wa yanayin dabi'un da ba daidai ba na da, zuwa ga farin ciki na gaskiya da forewa.

Za ka iya karantawa ko jin labarin wani da ke neman wani abu kuma yana ci gaba da kokari har zuwa karshe, amma kaɗan ne daga cikin waɗanda ke yin irin wannan kokari mai forewa.

Duk da haka, mutum zai iya yin kokari har sai yanayinsa ya canza zuwa mafi kyau, koda kuwa kurakuransa sun yi zurfi kamar teku

Ni kaɗai na ratsa bakin teku

Sai na ga rakuman ruwa masu fashewa suna ruri da babbar hayaniya

Bayyana rayuwarka mai cike da guguwa a cikin guguwar ruwa mai karfi

Faɗaɗawar da ke da ban tsoro da tashin hankali

**Ya sa na yi rawar jiki na kuma nisantar da kaina
daga mummunan fushin yanayi**

**Da na duba ko'ina, sai na ga wata bishiya mai
inuwa tana yi min hannuwa masu sada zumunci**

**Tana da daɗi da kyan gani mai kyau da kuma
kyau**

**Ganyensa suna rawa kamar yadda iska ke kadawa
An isar min da sako mai laushi, wanda na san
daga gare ku ne**

**Na juya kallona zuwa ga sararin samaniya mara
iyaka**

**Kuma a cikin duhun zuciyarsa, na yi kokarin kama
yaro na saci kallonka**

**Na nemi jikinka a boye a bayan tarin gajimare
amma ban yi nasara ba**

**Da kuma feshin kumfa da ganye kore, domin yana
da laushi sosai ga idanuna su gani**

**Muryarki ta yi tsattsarka sosai har kunnena ba zai
iya ji ba**

Duk da haka, na san kuna kusa sosai

**Amma kai, masoyiyata, kana zamewa - kamar a
wasan buya -**

**Duk lokacin da na kusance ka, ina kokarin kama
ka**

**Na neme ka kuma na nemi hanyar zuwa gare ka
Ta hanyar boye jahilci kamar yadda lokaci yake
tsufa**

**A karshe, na daina nemanki cikin damuwa da
rashin bege**

**Kai, waɗanda suka kware wajen guje wa masu bin
ka!**

**Na rasa kaina a cikin labyrinths na sararin
samaniya**

Inda babu begen kama ka ko kallon fuskarka

**Kuma na juya daga gare ku cikin gaggawa, amma
babu amsa daga teku mai guguwa!**

**Kawai radawa daga bishiyar kirki
Kuma shiru daga sararin samaniya mara iyaka
Daga kwaruruka masu zurfi da kololuwar
tsaunuka**

**Duk wannan ya raunata ni har ma ya kai ga zurfin
rayuwata**

**Kamar yaro wanda aka ji masa rauni, na bace na
daina nemanka**

**Amma ba zato ba tsammani kuma ba zato ba
tsammani**

**Hannun da ba a gani ba ya mika hannu ya cire
mayafin mai kauri**

**Wa ya boye ka daga gare ni tsawon shekaru da
shekaru masu yawa**

**Da mafi girman jin dadi
Na juya na ga teku mai dariya, ba rurin fushi ba
Kuma duniya mai farin ciki
Kuma kofofi masu ban mamaki suna budewa,
wanda hazo na mafarki ke wucewa ta ciki**

**Kuma a gefena akwai wani abin halitta mai kauna,
wanda ba a gani**

**Ya rada mini wani rada mai cike da zaki da tsarki:
"Maraba, maraba! Kun so in zo, don haka ga ni
nan!"**

**Rawaya Daga Har Abada
Domin godiya ga Allah yana nufin kaunarsa
Muna neman mu kusace shi mu kuma san shi
Domin Shi ne mafi kyawun mai bayarwa da kyauta
daga dukkan baiwa da kyauta**

**Yana nufin rayuwa cikin jituwa da jituwa a
matsayin iyali mai kauna ta duniya**

**Muna da sha'awar ra'ayoyin yin hidima ga juna da
kuma nuna kulawa ga wasu.**

Kuma a fahimci cewa Allah shine mafi girman mai mulkin wannan duniyar

Kuma muna aiki tukuru don wayar da kan jama'a daga mai yawa zuwa mai zurfi

Kuma daga takura tunani zuwa ga kunkuntar buƙatu na son kai

Don faɗaɗa da'irar tausayin ɗan adam

Kuma a yi aiki kan gina duniya da ke cike da ƙaunar alheri da kuma ruhina son kai

Ta wannan hanyar za mu iya nuna godiyarmu ga Allah

Domin wannan rayuwar da Ya ba mu

Kuma a kan damar da ya ba mu

Domin gwada kyawun gaske

Kuma zaman lafiya na gaske

ƙaunar ruhaniya

Kuma farin ciki mai tsarki

Idan muka ƙaunaci Allah da zukaɗanmu, hankaɓinmu, da rayukanmu

Ta haka muna tara wa kanmu dukiya ta ruhaniya marar lalacewa

Mun tabbatar da cewa muna da duk abin da muke buƙata a wannan rayuwar

Mutane da yawa sun yi magana game da Allah

Mutane da yawa sun yi mamakin ayyukansa masu ban mamaki

Mutane da yawa sun karanta game da shi

Amma waɗanda suka fuskanci kasancewarsa

Kuma waɗanda suka ɗanɗani zaƙinsa kaɗan ne

Waɗannan su ne waɗanda suka san shi

Idan muka san Allah, rayuwa tana da daɗi

Rayuwa cike take da farin ciki da bege mai haske

Da fatan zukaɗa su cika da godiya ga Allah

Duk da ni'imominsa masu girma

Kuma ni'imominSa marasa iyaka

**Kowane ɗan adam zai iya zama mai shiga tsakani
Ta cikinsa ne ake samun maganadisu na ruhaniya.
Amma sha'awar son kai
Kuma kaunar ɗaukar fansa
da kiyayya
Sinadaran Rashi
Duk waɗannan suna iyakance kwararar wannan
maganadisu ko karfin
Kuskure ne a toshe ko hana kwararar sa
Daidaiton yanayin tunani yana taimakawa wajen
bayyana maganadisu
Idan mutum mai tawali'u da kirki ne
Yana nuna magnetism
Zuzzurfan tunani shine dakin gwaje-gwaje wanda
ke amfani da shi
Za mu iya gano iko mai albarka a cikinmu
Idan zuciya ta cika da kaunar Allah
Kuma idanuwa suna cike da haskensa
Magnetism ya zama na ruhaniya a cikin yanayi
Akwai babban bambanci tsakanin maganadisu na
ruhaniya
Na tasiri mai girma
Magana ta dabbobi
Sha'awa da ilhami ne ke motsa su
Yana da muhimmanci a bambanta tsakanin
waɗannan nau'ikan maganadisu guda biyu
Magana ta ruhaniya ta dogara ne akan son kai da
kuma amfanar da wasu
Son kai da cin zarafin wasu yana haifar da
maganadisu ta dabbobi
Bai kamata mutum ya ji tsoro ba
Sai dai tsoro da kansa
Domin kuwa ita ce babbar makiyin nasara da
lafiya
Yana cutar da hankali**

**Kuma yana kawo abubuwan da mutum ke tsoro
Yana kara zafi
Kuma yana lalata zuciya
Yana haifar da lahani ga tsarin jijiyyoyi da
kwakwalwa**

**Saboda haka, dole ne a kawar da shi
Da imani da Allah
Tunani mai kyau da kirkira
Fata da bege
Dogara ga kariyar Allah
Kuma duk wanda yake son Allah
Kuma yana tafiya cikin haskenSa
Duhu na tsoro ba zai iya rinjaye shi ba
Domin Allah yana tare da shi
Duk wanda yake da Allah tare da shi yana cikin
kyakkyawan hannu**

**rayuwa mai daidaito
Ya dogara ne akan samun hikima
da kuma haɓaka karfin cikin gida
Ta hanyar haɓaka kwarewar mai da hankali
Kuma mallakar 'yancin tunani
Da kuma ikon korar mummunan tasiri
Kuma rashin barin shi ya ratsa cikin layukan sani
Domin kada sararin rai da hasken fahimta su boye
Rayuwa bisa ga ka'idodin dabi'a da dabi'a
Fahimtar dokar dalili da sakamako daidai
Kuma kona tsaban munanan ayyuka
Da wutar tunani mai zurfi da addu'a
Kuma da kafa harsashin rayuwa mai farin ciki ta
ruhaniya a nan gaba**

**Da kyawawan niyya
Ayyukan Alkhairi
Tunani mai kyau da tsabta da kuma tsabta na
ma'ana
Addu'a ga almajiran**

**Shekaru saba'in da suka wuce, malami
Paramahansa ya rubuta wannan addu'ar**

**A cikinsa, yana neman alherin Allah, taimako, da
shiriya ga duk masu nemansa**

A kan hanyoyin farkawa ta ruhaniya

**Ya Ubangiji, ka taimake ni in tuna da kai fiye da
yadda nake tunawa da kaina**

**Kuma Allah Ya sa ka zama babban sarki, wanda ya
hau gadon sarauta a zuciyata**

Albarka ga duk wanda ya zo gare ni

**Burina kawai a gare su shi ne su ji albarkar ku
kuma su fuskanci kaunar ku**

Kai ne rayuwata

Kuma ke ce masoyina

Kai ne taskata kuma mafakata a rayuwata

**Kuma a gare ku ina yi muku alkawarin aminci mai
karfi**

**Bari hasken kaunarka ya haskaka a kan bagadin
sha'awata**

**Kuma don tayar da kauna a gare ku a cikin
dukan zukatan masu karba**

Ka bani niyya, kuduri, da karfi

Domin in kawo muku ruhohin da ke sha'awar ku

**Rayukan 'yan'uwana maza da mata, duk da
bambancin asalinsu**

Ka sanya ni mai shiga tsakani mai gaskiya

**Allah ya sa hasken iliminka ya kwarara cikin
zukatansu**

**Kuma yana kwar mata da inuwar bakin ciki,
tsoro, da damuwa**

**Ina mika godiyata da godiyata mai zurfi daga cikin
zuciyata**

**Domin ka albarkaci rayuwata da cikakken
kasancewarka**

Ka taimake ni in yada sakonka

**Sakon kauna, zaman lafiya, da alheri
Ba na son daukaka kaina, sai dai in daukaka ka
Bari wahayi ya kasance a bayan kalmomi da
rubuce-rubucena**

**Domin girgizar muryata da kalmomi na su isar da
wahayi zuwa gare ka**

**Kuma domin karfinka ya gudana daga nufina da
kudurina**

**Babban burina shine in sami albarkar ku da kuma
yardar ku a yi nufin ku**

**Duk masu bincike da suka zo wurina
Ina gabatar muku da su a matsayin tarin
kyawawan ruhohi**

**Ka yi musu rahamarKa
Kuma ku cika su da kwanciyar hankalinku
Kuma a wannan babi na karshe na rayuwata
Ina rokonka ka zama jagora na kawai ga
matakana**

**Kuma mafi tsarkin wahayi ga tunanina
Bari babban burina ya kasance
Jawo hankalin mutane da zukatansu zuwa gare ka
Ina rokonka ka kare almajiran daga dukkan wata
cuta**

**Kuma ka ba su ruwa daga mabubbugan ruwanka
mai rai.**

**Kuma tana kula da su kuma tana kare su
A cikin farkawa, barci, da mafarkai
Kuma Allah ya sa kulawarka ta raka su duk inda
suke**

**yanzu
A kowane lokaci da wuri
Daga maganganun mai hikima Paramhansa Yogananda
Mutane suna korafi game da ra'ayin barin wasu
abubuwa a rayuwa**

**Ko da yake a zahiri suna barin abubuwa masu
daraja da yawa**

**Ba karamin abin da ke damun su ba shine
kwanciyar hankali; wani lokacin ma suna sadaukar da
kansu**

**Don kuɗin da ke lalacewa da kuma na ɗan lokaci
Ana iya kwace dukiya daga mutum ko kuma a
kwace ta daga gare shi ta hanyar barin duniya**

**Ba zai iya ɗaukar ta tare da shi ba
Abinda kawai ainihin darajar kuɗi ke nufi shine a
kashe su akan abubuwa masu amfani**

**Kuma wajen kawo farin ciki ga kai da wasu ta
hanyar da za ta faranta wa Allah da lamirinsa rai**

**Wadanda ke tunanin tsaron kansu da jin dadinsu
kawai**

**Mantawa ko yin watsi da bukatun wasu
A gaskiya suna yin soyayya da talauci
Wanda zai zama nasu wata rana**

**Wadanda suka manne wa dukiyarsu maimakon
amfani da ita don ayyukan alheri**

**Ba sa kawo wa kansu wadata a rayuwarsu ta gaba
Madadin haka, an haife su matalauta, tare da
sha'awa da sha'awar masu kuɗi**

**Amma wadanda ke raba dukiyarsu da wadatarsu
da wasu**

**Suna jawo sa'a da wadata duk inda suka je
Idan ka ba wa wadanda suka cancanci hakan da
son rai,**

**Za ku ga cewa Allah yana tare da ku koyaushe
Ba zai taɓa barin ka ba**

**Da taimakonsa da kulawarsa, ba za ku buƙaci
komai ba**

**Ka dogara ga Allah, taimakonSa zai zo maka,
kulawarSa kuma za ta kewaye ka**

Bai kamata mu manta cewa rayuwarmu ta fito ne kai tsaye daga Allah ba

Idan muka fahimci cewa hankalinmu, nufinmu, da ayyukanmu

Dukansu suna dogara ga Allah kuma suna samun karfinsu daga gare Shi

**Sannan za mu sami jagora kai tsaye daga gare shi
Za mu fahimci cewa rayuwarmu ɗaya ce da rayuwarsa mara iyaka.**

Duniya tana cike da guguwar halitta da ta ɗan adam, kuma Allah shi ne garkuwar da ba za a iya shawo kanta ba kuma mafaka ce mai aminci daga guguwa, guguwa, da muguntar wannan duniyar.

Duk inda Allah yake, babu tsoro ko baƙin ciki Mumini na gaskiya yana tsaye da karfi da jajircewa a cikin yake-yake na rayuwa da jarabawar abubuwan da suka faru, yana da tabbacin cewa Allah yana tare da shi, yana kare shi daga cutarwa kuma ba ya barinsa na ɗan lokaci. Don haka, tsoro yana ɓacewa daga zuciyarsa, kuma tabbacin kariya mara misaltuwa yana da tushe.

Kasancewa cikin rashin tsoro yana nufin samun imani da Allah da kariyarSa, da kuma imani da adalcinsa, hikimarsa, rahamarsa, kaunarsa, da kuma kasancewarsa a ko'ina.

Tsoro yana hana mutum karfin tunaninsa, yana boye hankalinsa, kuma yana lalata yanayin zuciyarsa. Bugu da kari, tsoro yana haifar da rudani na jiki kuma yana iya haifar da cututtukan tunani.

Maimakon mutum ya faɗa cikin damuwa da ɗaurin kai, ya kamata ya tabbatar wa kansa cewa yana cikin aminci a karkashin kariyar Allah, Mai gani, Mai ji, mai aminci a cikin sansaninsa mai karfi wanda ba za a iya cin nasara a kansa ba, kuma rahamarsa da kulawarsa sun kewaye shi.

Ko mutum yana cikin dazuzzukan Afirka, a fagen daga, yana fama da rashin lafiya ko talauci, dole ne ya shawo kan kansa cewa hannun Allah ya fi karfin haɗari kuma yana iya kare waɗanda ke neman mafaka a gare shi.

Babu wata hanya mafi inganci ta kare kanka Tabbas, dole ne mutum ya yi amfani da dabaru wajen magance abubuwan da suka faru yayin da a lokaci guda ya dogara ga taimakon Allah. Imani ba ya nufin yin sakaci ko yin abin da bai dace ba a lokacin da yanayi ya faru. Maimakon haka, komai abin da ya faru, dole ne mutum ya tabbatar wa kansa cewa Allah ne kaɗai zai iya taimakawa a lokutan wahala da wahala idan mutum ya juyo gare shi da dukkan zuciyarsa, ransa, da hankalinsa.

Rayuwa tana lullube da duhu, wani lokacin kuma kafafu suna karkacewa suna jinkirin ci gaba Dole ne mu bar hasken Allah ya zama fitilar jagoranmu yayin da muke tafiya cikin duhun hanyoyin rayuwa. Shi ne cikakken wata a cikin dare na jahilci da duhu, rana mai haske a cikin lokutan farkawa, hasken jagora, da Tauraron Arewa ga waɗanda ke ratsa tekuna na duhun duniya mai wucewa.

Matsaloli za su ci gaba da wanzuwa a duniya, to ina mutum zai iya komawa don neman jagora da alkibla? Tunanin mutum, wanda halaye, son zuciya, ra'ayoyi da son zuciya suka rinjayi, ba su da wani amfani, kuma tasirin muhalli, iyali, kasa, ko duniyarsa ba zai iya samar da jagora mai kyau ba.

Saboda haka, dole ne mutum ya koma ga Allah ya saurari muryar natsuwa da kwanciyar hankali da ke fitowa daga zurfin rai, cikin jituwa da gaskiya.

Bambanci tsakanin tunani na tunani da zurfin tunani na ruhaniya

Idan mutum ya tsara kansa da ilimin ka'idoji

**Zai zama na'urar rikodi mai ɗaukuwa
Yana maimaita karin magana kuma yana furta
manyar jimloli**

**Wasu kuma suna ɗaukarsa a matsayin malami
mai ilimi**

Amma irin wannan ilimin

**Ba a karfafa shi ta hanyar fahimtar gaskiya kai
tsaye ba**

**Kuma babu wani ci gaban ruhaniya da za a iya
kwatanta shi da shi**

Wannan nau'in ilimi ko fahimta

"Ikon kai" yana da alaƙa da tunanin azanci

Wanda shi kansa hankalin jiki ke iyakance shi

Ilimin ka'ida ba zai iya samun ilimin allahntaka ba

**Yana da kyau kada a bata lokacin mutum mai
tamani.**

**An kafa shi ne bisa ka'idoji waɗanda ba za a iya
amfani da su a zahiri ba**

**In ba haka ba, zai tsinci kansa a tsakiyar wani
dajin ilimi mai cike da tarin jama'a**

Ba za a iya wuce iyakokin ka'idoji ba

Wannan tsari ba zai haifar da sanin gaskiya ba

Domin gaskiya ta wuce ra'ayoyi da ka'idoji

Mutane da yawa suna amfani da wannan hanyar

**Suna zama daure da sakamakon da suka cimma a
rayuwa**

Idan mutum ya yi amfani da hankalinsa

**Don samun kuɗi da abubuwan duniya, babu wani
abu kuma**

Sanin sa zai ja hankalin duniya ta zahiri

Yana shiga cikin rikitarwa marasa iyaka

Saboda haka masu hikima suna cewa

**Bai kamata mutum ya sadaukar da dukkan ikonsa
na tunani ga**

Wanda Allah ya ba shi don neman abubuwa masu sauri

In ba haka ba, zai rasa kansa a cikin labyrinth na abu

Yana kirkirar wa kansa kuntatawa da kuntatawa wadanda ba ya bukata

Saboda haka, ya kamata ya yi amfani da hankalinsa wajen fahimtar abin da yake nufi.

Wajen samun bukatun rayuwa

Kuma kokarin habaka halayensa na dabi'a

Domin a bambance tsakanin abin da ke daidai da abin da ba daidai ba, mai cutarwa da mai amfani

Kuma lokacin da ya habaka fahimtarsa ta ruhaniya

Zai iya jin Allah a cikinsa

Da kuma tabbatar da gaskiyar ruhaniya

A boye a bayan labulen abu mai yawa

Ana kiran wannan yanayin da zurfin tunani na ruhaniya

Daya daga cikin muhimman abubuwan da ke haifar da ci gaban ruhaniya

Yana da dabi'ar yin rada ga Allah a cikin tunani

Kai da kanka za ka shaida wani kyakkyawan canji mai kyau

Za ka so shi sosai

Ko menene damuwarmu?

Allah ne ya kamata ya fara zama a rayuwarmu

Idan mutum yana son kallon wani shiri

Ko kuma siyan sabbin tufafi ko sabuwar mota

Shin ba gaskiya ba ne cewa hankalinsa yana cikin damuwa a kowane lokaci?

Dangane da wadannan al'amura da kuma yadda za a cimma ko a same su?

Ba zai huta ba har sai an cika burinsa

**Maimakon haka, yana ci gaba da aiki ba tare da
gajiyawa ba don cimma wadannan sha'awar**

**Saboda haka, ya kamata hankalin dan adam ya
shagaltu da tunani game da Allah**

**Sannan duk kananan sha'awa za su canza
Ga sha'awar jin Allah da kuma yin magana da shi
Idan hankali ya yi wa Allah rada mai radawa mai
zurfi da zurfi**

**Tana fitowa daga zurfin ruhu mai bege
Kiran rai zai taɓa zuciya sararin samaniya
Kuma amsar za ta zo, kuma da farin ciki mai
girma**

**Radawa ta hankali tana haɓaka karfin hali
Har sai kun sami isasshen karfi don cimma burin
da ake so**

**Idan tunanin mutum da nufinsa suka yi daidai da
Allah**

**Ana caji su da karfin da ba shi da iyaka
Don haka kawai tunanin wani abu ya isa ya cimma
hakan**

**Domin dokar Allah tana aiki ne don amfanin
wadanda suka yi daidai da mafi girman nufi**

**Duk nasarorin da na samu a rayuwata
An cimma ta hanyar ikon tunani cikin jituwa da
Allah**

**Lokacin da janareta mai tsarki ke aiki
Duk abin da nake fata ya tabbata, ba tare da
togiya ba**

**Da farko ya bayyana a matsayin zane mai ban
mamaki, wanda ba a iya gani ba**

**Sannan ya bayyana da karfi mai karfi a kasa
Sirrin girma**

**Muna girma ta kowace irin gogewa da muka
fuskanta, matuƙar mun fahimci cewa za mu iya koyon
darussa masu amfani daga gare su. Duk azaba da**

wahalar da muke fuskanta suna da ma'ana da manufa.

Duk da tsananin gwaje-gwajen, suna kama da wuta da ke narkar da karfe, tana mayar da ita karfe mai kyau, mai dorewa, kuma mai amfani.

Kuma karfen hikima da muke fitarwa ta hanyar wutar gwaji mai konewa abu ne mai ban mamaki Domin rayuwa tana tsarkake mu ta hanyar canza karfen mu na asali zuwa abubuwa masu tamani don mu iya rayuwa a wannan rayuwar a matsayin rayuka masu tsarki kamar lu'u-lu'u, masu tauri kamar karfe, kuma a lokaci guda mai sassauka da lankwasa ba tare da fuskantar matsin lamba na wahala da gwaji masu wahala ba.

Idan muka ga fuskokin da fushi ya murde, wadanda aka yi musu tabon mugunta, ganinsu yana sa mu yi sha'awar kawar da mummuna daga rayukanmu - rai wanda ba a taba shi ba sai mugun nufi da kuma zurfin kiyayya da ke boye siffar allahntaka mai albarka a cikinmu, kamar yadda kura ke lalata madubi. Ayyukan wasu masu radadi ya kamata su tada mana sha'awar inganta halayenmu da kuma sarrafa kanmu, domin mu zama masu iko da sha'awarmu marasa tsari, ba bayinsu ba.

Kalmomi masu dadi magani ne mai ban mamaki ga cututtuka da yawa, suna da karfin maganadisu mai karfi, kusan sihiri, wanda ke kawo albarka da wadata ga mai magana da su. Wadanda ke amfani da kalmomi masu kwantar da hankali da taushi suna jin wani karamin kwararar ruwa yana gudana ta cikinsu ba tare da katsewa ba, cike suke da yalwar natsuwa. Wannan saboda wannan kwararar ruwa tana da alaƙa da tushenta mafi girma, tana gudana koyaushe kuma tana isa ga rayuka cikin jituwa da ita. Sannan za su

iya isar da wannan kwararar farin ciki ga rayukan da ke neman zaman lafiya.

Kowace rana, mutum yana kallon madubi don ya ga fuskarsa domin yana son ya bayyana a mafi kyawunsa ga wasu. To, me ya fi muhimmanci a gare su tsaya a kowace rana tare da kansu su kalli madubin nazarin ciki don gano abin da ke bayan bayyanar saman da ke sheki? Domin duk abin da ke da kyau a waje yana samun sha'awarsa daga cikin zuciyar mutum kuma babu abin da zai iya bata madubin rai. Tsarkaka tana kama da karkacewar tunani kamar fushi, kiyayya, hassada, da kiyayya Duk wanda ya yi kokarin 'yantar da kansa daga waɗannan mahadɓan da ba su dace da yanayin rai ba, zai haskaka hasken kyawun ciki daga ciki kuma zai dandani abin da mutumin da ke da rai mai natsuwa yake ji.

Ta hanyar bincike, mun gano cewa matsalolin ɗan adam guda uku ne: akwai matsaloli da rashin lafiya da ke kai hari ga jikin ɗan adam, wasu kuma suna kai hari ga tunani, da kuma rukuni na uku da ke toshe hanyoyin rai.

Rashin lafiya, tsufa, da mutuwa su ne wahalhalu da cikas da jiki ke fuskanta Cututtukan tunani, duk da haka, suna mamaye hankali ta hanyar bakin ciki, tsoro, fushi, sha'awa da aka danne, kiyayya, sha'awar motsin rai, tashin hankali mai zafi, da kuma ciwon daji na tunani wanda ke gurgunta hankalin tunani. Duk da haka, mafi haɗari ga rashin lafiya ita ce rashin lafiyar rai, wadda take bayyana a cikin jahilci, inda duk sauran cututtuka ke fitowa kuma suke yaɗuwa.

Dan adam na duniya

**An yi wahayi zuwa gare shi da koyarwar Jagora
Paramhansa**

A ketaren tekuna masu rabuwa

**A cikin wani kusurwa mai nisa na rayuwa
Dan adam na sararin samaniya ya bayyana a gare
ni**

**Da haske mai haske
Yana kwaikwayon fitowar rana da haskenta
Gidansa yana cikin tsakiyar dazuzzukan
tsarkakakku**

**Na gan shi yana yawo a cikin filayen zinariya na
hikima**

**Da kuzarin kuruciya
Kuma farin cikin yara
Yana mafarkin hasken sihiri na sabon wata
Yana yawo tsakanin gidaje marasa adadi
Yana fitowa da sauki da sauri
Daga kofofin karni da shekaru
Na ɗan lokaci siffar da ba a saba gani ba ta
bayyana**

**Sai ya bace
Sai ya sake bayyana
Gujewa faɗuwa da bacewa
An yi ado kamar sararin samaniya mara iyaka
Kuma tocila da yawa sun haskaka daga fuskarsa
Ana ba da labaran sha'awa mai zafi
Kuma jin dadin da ke konewa
Kuma kyawun samartaka
Kuma tsantsar soyayyar samari
Tarin hasken imani ya fito daga idanunsa
Kuma wani haske mai haske na bege mai tabbaci
Da kuma walkiya da ke haskaka idanu
Don karfi da iyawa
Yana haskaka kusurwoyin duniya
Kewayenta ya kai ga taurari mafi nisa
Wannan ɗaukakar da ba za a iya misaltawa ba ce!
Tana fitowa daga zuciyarka mai cike da teku, Ya
kai ɗan adam mai cike da sararin samaniya**

**Na daɗe ina kallon siffarka mai haske da ɗaukaka
Na ga karin bayani da sirri marasa iyaka
Kamar dai na ga yadda ruhin ɗan adam ya
bayyana**

**Cikin dukkan kyawunsa da kyawunsa
Mujallar Gabas-Yamma**

Akwai alheri fiye da mugunta a duniya

**Idan shakku suka shigo, ya kamata mu tuna da
rayuwar manyan mutane. Gaskiya ne cewa mu
mutane ne, amma Allah ya ba mu iko mai ban mamaki
wanda ba kasafai muke amfani da shi ba, don haka
me zai sa mu yi rawar jiki saboda tsoron tsufa, rashin
lafiya, da bakin ciki?**

**Dole ne mu yi iya kokarinmu don kula da jiki,
amma kada mu fada cikin tsoro ko kuma mu binne
kanmu a karkashin tarin jahilci. Jiki ba shine cikakken
mutum ba.**

**Alheri ya fi mugunta a wannan duniyar domin
Allah ne babban iko. Amma idan sharri ya same mu,
muna tunanin ba mu da ikon sarrafa shi ko kuma mu
tsere masa.**

**Guguwar mugunta za ta yi karfi, amma za mu iya
shawo kan tasirinsu mu kuma yi nasara a kansu.**

**Ba a ba mu rai don a halaka shi ba, amma don a
cusa mana sanin har abada a cikinmu, kuma dole ne
mu tuna da wannan gaskiyar.**

**Ba tare da 'yancin tunani ba, mutum ba zai iya
bayyana kansa ta hanyar tsarki, ba zato ba tsammani,
kuma ta halitta ba. Ka tuna cewa kai mai 'yanci ne.
Ikon nufin koyaushe yana da 'yanci.**

Idan ka yi amfani da karfin zuciyarka yadda ya kamata, zai haifar maka da sabon karma, amma yawancin mutane ba sa son canzawa ko yin kokari, don haka suna durkushewa a gaban matsaloli kuma ba sa iya fuskantar kalubale.

Mutum yana yin duk abin da yake so ba 'yanci ba ne domin yana daure da sha'awarsa, don haka ba za a iya kiran ayyukansu 'yanci kwata-kwata ba.

'Yanci na gaskiya yana nufin yin komai da wasiyya bisa ga hikima. Mutum zai iya sarrafa sakamakon ayyukansa na baya, wanda ba makawa zai biyo bayansu, idan ya kunna wasiyyarsa kuma ya yi amfani da ita don ayyukan alheri da amfani.

Idan ka gudanar da al'amuranka da hankali da kuma himma, karfin ayyukan da ka aikata a baya za su raunana kuma kyawawan halayenka za su karu.

Halaye masu zurfi suna bautar da mu ta wata hanya, saboda haka ba ma rayuwa cikin 'yanci na gaske

Kullum muna sha'awar abin da muka rasa kuma muna manne wa abubuwan da ba su da mahimmanci. Da zarar wani abu ya same mu, sai mu rasa 'yancin zabe na ɗan lokaci. Kamar yadda 'yan Gabas suka zama bayin al'adun gargajiya, haka nan ma 'yan Yammacin Turai suka zama bayin na zamani. Muna kirkirar kaddararmu kuma mu zama bayinsa.

Me yasa ake haihuwar ɗa ɗaya cikin mugayen iyali yayin da ake haihuwar wani kuma cikin nagari? Kowannensu ya yi amfani da 'yancinsa don rayuwa ta wata hanya a baya (a cikin rayuwar da ta gabata)

**kuma ta haka ne ya jawo wa kansa waɗannan yanayi
a wannan rayuwar.**

**Babu 'yanci na gaske ba tare da Allah ba. Dole ne
mu rika tunawa da Shi koyaushe. Ko menene
damuwarmu da tunaninmu, Allah ne zai fi kowa a
zukanmu.**

**Kuma idan muka yi daidai da Shi da gaske, za a
ba mu ikon cimma abin da dole ne mu cimma, a
kowane lokaci, tare da taimakonSa mai tsarki.**

Shawara ga almajiri

**Daya daga cikin daliban ya tambayi malamar
Paramhansa**

**Domin ba shi wasu shawarwari kan ci gaban
kansa, ya ce**

Idan kana son a kaunace ka

**Fara da kaunar wasu waɗanda ke buƙatar
kaunarka**

Kuma idan kuna tsammanin daga wasu

Don zama mai aminci da aminci a gare ku

**Ka kasance mai gaskiya kuma mai aminci a gare
su**

**Kuma idan kuna fatan wasu ba za su yi mugunta
da wayo ba**

Kada ka bari yaudara ta shiga cikin tunaninka

Kada ka yi abin da zai cutar da wasu

Idan kana son wasu su tausaya maka

**Fara da nuna musu tausayi
Musamman ga waƙanda ke kewaye da ku
Idan kana son wasu su girmama ka
Dole ne ka nuna girmamawa ga yara da tsofaffi a
cikinsu**

**Idan kana son zaman lafiya daga wasu
Dole ne ku rayu cikin jituwa
Idan kana son mutane su zama masu addini
Ka kasance cikin ruhi kuma ka bari wasu su ji
Kai abin koyi ne mai kyau kuma za su iya dogara
da kai su kuma amince da kai**

**A takaice, duk abin da kake son wasu su nuna
Ɗaya daga cikin fa'idodin kyawawan halaye
Ka fara nuna shi a rayuwarka
Za ka ga cewa mutane suna mayar maka da
martani iri ɗaya**

**Idan za ka iya gano yankunan da ake bukata
Domin haɓaka da inganta rayuwarka
Ba tare da jin karaya ko kuma ci gaba da rashin
karfin gwiwa ba**

**Kuma idan ka ci gaba da aiki don inganta
halayenka**

**Sannan lokacin da ka kashe zai fi amfani kuma ya
fi amfani**

Me zai faru idan ka kashe shi kan fata?

Cewa mutane suna inganta kansu

Kyakkyawan misali da kuma hanyar da kake bi wajen yin sauti

Karin iko na canza wasu

Daga kawai burinka, fushinka, da kalmominka

Kashmir ba ta da adadi mai yawa

Kai ne tushen dukkan kyawawan abubuwa

Kuma tushen dukkan iko

Ka albarkace mu, Ya Ubangiji

Domin mu nuna albarkarKa a gare mu

A cikin lafiyarmu

da kuma burinmu na ilimi

A cikin maganganunmu na ruhaniya

Kai ne hasken taurari

Makamashi a cikin kwayoyin halitta

Da kuma alheri a cikin zukata

Kyau yana cikin gaskiya

Girma yana cikin gaskiya

Taimaka mana mu sake cika kanmu

Da ikonka mafi girma

Da hikimarka mara iyaka

Kuma da sahihancinka mara iyaka

Ka tuna cewa kai tushen lafiya ne

da kuma muhallin rayuwa
Kuma tushen dukkan fahimta da ilimi
'Yantar da mu daga jahilci da tasirinsa
Na tsoro da damuwa
Allah ya sa ambaliyar hikimarka ta shafe ka
Duk tarkace da lalacewar rayuwarmu
Yage mayafin da ke boye mana fuskarka
Bari mu gan ku da haske mai haske sosai
Ranaku marasa adadi a gaban rayuwarmu
Bari mu ji ku a matsayin karfin sabuntawa
koyaushe

Ra'ayoyinmu suna karfafawa
Kuma mu gina ruhinmu
Jikinmu yana ciyarwa
Kuma mafarkanmu sun cika
Amin

Yawancin mutane ba su san dalilin ba
Daga kasancewarsu a wannan duniyar
Sun yi imani cewa manufar rayuwa
Cika sha'awa ce
Samun abubuwan da ake bukata na rayuwa
Neman jin dadi da kaunar dan adam
Kuma ku mika wuya ga mai kiran karshe a karshe

Mutane suna fara rayuwarsu

Masu shirye-shirye tare da takamaiman sha'awa

Da kuma sha'awar da ba a cika ba a baya

**Kuma suna kokari - da ɗan karamin ikon da suka
rage -**

Yin koyi da sha'awa da ayyukan wani

Idan suka haɗu da 'yan kasuwa

Suna son su zama kamar su

Kuma idan sun haɗu da masu fasaha

Fasaha ta zama komai a gare su

**Allah yana so mu kasance masu amfani a wannan
duniyar**

**Ya bamu yunwar da ke buƙatar mu yi aiki don
gamsar da ita**

Amma neman abinci da matsuguni

Kudi da kadarori, babu wani abu kuma

Yana nufin mutum ya manta tushen farin cikinsa

Gaskiya ne cewa dole ne mu yi aiki

Domin samun buƙatunmu

Kuma muna ƙoƙarin cimma burinmu na halal

Amma da farko dai mafi muhimmanci

Domin mu buɗe zukanmu ga Allah

**Muna neman shiriyarsa da amincewarsa a cikin
duk abin da muke yi**

To dole ne mu yi nasara a makarantar rayuwa

Domin za mu karɓi umarninmu

**Daga Babban Manaja kuma Mai Rarraba Kayan
Abinci**

Wanda ya san abin da muke bukata

Menene ya fi mana kyau?

Saboda haka, dole ne mu dogara gare shi

Muna mika wuya ga nufinSa mai hikima

**Wasiku zuwa ga malami Paramahansa daga
almajiransa**

**Tunawa da ziyarar da na kai maka har yanzu yana
nan**

A cikin Mujallar Al'adun Cikin Gida Juzu'i na 14

**Wasiku da marubutan su suka aiko daga kasashe
daban-daban**

Mun ambato daga gare shi kamar haka:

**Ina so in sanar da ku hakan ta hanyar karatuna
mai zurfi game da koyarwar ku**

Na sami wayewar ruhaniya

Wanda nake nema koyaushe

Koyarwarka ta buɗe min kofofin farin ciki

**** ***

Ina yin ayyukan ruhaniya na yau da kullun

**Na ga cewa tunanin da ba shi da kyau yana
raguwa a hankali**

Tsoron ya bace

Ina jin dadin kowace lokaci ta rayuwata

Na gode da taimakon ku

**** ***

Ina samun albarka da yawa

Daga koyarwar ruhaniyarku

Ina matukar jiran karanta ra'ayoyinku

Ina yin iya kokarina don amfani da shi a rayuwata

Koyarwarka tana da kyau kuma tana da amfani

**** ***

Ina samunsa a cikin falsafar ku mai ban mamaki

Abin da ke motsa sha'awa da wahayi

Godiya ta ta musamman ga duk abin da ka ba ni

Daga taimako da jin dadin tunani

**** ***

Ina da matukar jin dadin samun sa duk mako

A kan sabon darasi daga koyarwarku

**Ina samun jin dadi da wayewa a cikin kowane
darasi**

**** ***

Na gode daga kasan zuciyata

**Don taimaka min fahimtar abin da ke cikin
zuciyata**

Kuma don in sanar da ni game da ikon boye a cikina

Kuma don Allah a nuna min hasken da ke cikina

Ta hanyar koyarwar da na samu daga gare ku

**** ***

Har yanzu ina tuna ziyarar da na kai maka

Tana rayuwa cikin tunanina tsawon shekaru huɗu

Har yanzu ina tuna cikakken imaninka ga Allah

Kuma kaunarka ga ɗan adam

Ya taimaka min na san kaina

Lokacin da na yi tunanin ni kaɗai ne

Ba ni da abokai kuma babu wanda ke tausaya min

Ya ba ni kwarin gwiwa da kuma karfafa min gwiwa

Ya zaburar da ni in kasance mai karfin hali wajen fuskantar yanayin rayuwa

**** ***

Na tsawon shekaru arba'in

Na yi karatun fannoni daban-daban na ilimi da fasaha

Amma ban sami komai daga duk wannan karatun ba

A kan wani abu makamancin abin da na koya daga koyarwarka

**** ***

**Ina amfana sosai daga karanta koyarwarka
Idan yawan jama'a ya fi yawa
Suna nazarin ra'ayoyinku kuma suna aiwatar da
su**

**Duniyar da muke rayuwa a ciki za ta kasance
Ya fi kyau fiye da yadda yake**

**** ***

**Ina so in gode maka daga kasan zuciyata
Domin albarkar da ta shigo rayuwata
Tun lokacin da na fara karanta koyarwarka da
hankali da kuma kulawa
Na gode, kuma Allah ya albarkaci kokarinka mai
ban mamaki
Kuma aikinka ya sadaukar da kai ga hidimar ɗan
adam**

**** ***

**Tunda na roke ka ka yi mini addu'a don samun
nasarata
Yanayina ya inganta sosai
Godiya ta ta musamman da fatan za ku ci gaba da
addu'a**

**** ***

**Lokacin da na karbi sakonka na karshe
Har yanzu ina yawo a cikin dajin duhu na shakka**

**Kuma bai iya ganin hanyar fita daga wannan dajin
ba**

**Amma godiya ga Allah, da kuma addu'o'inku na
musamman**

**Hanya ta kara bayyana kuma bangaskiyata ga
Allah ta karu**

Halina ya inganta ta kowace hanya

**Kuma don Allah koyaushe ku tuna da ni a cikin
addu'o'inku da aka amsa**

**** ***

Koyarwarka ta taimaka min sosai

Kuma na sami fa'idodi masu yawa daga gare shi

**Kuma an tabbatar min da hakan da hujjoji masu
gamsarwa**

Ingancin tabbacin ruhaniya da tunani mai kyau

Godiya ta cika min zuciya

**Saboda lafiya, farin ciki, da kwanciyar hankali da
nake ji**

**Ina jin cewa ina samun ci gaba a kowace rana a
cikin tunani**

**** ***

**Ba don koyarwarka mai ban mamaki da ban
sha'awa ba**

**Rayuwata a wannan matakin duniya za ta kasance
mai matukar iyaka**

Ina so in gode muku da kulawarku ta musamman

Wanda ta bani a cikin shekaru uku da suka gabata

**** ***

Na gode da mujallar Al'adun Ruhaniya

**A cikinsa nake samun albarka da abinci ga rai
kowace rana**

**Ina godiya ga Allah da ya gabatar da ni gare ku da
kuma koyarwarku**

**** ***

Ina so in gode muku da wasikunku na wata-wata

Na ga sakon karshe yana cike da wahayi

**Don haka sai na karanta shi ga daliban da ke cikin
ajin adabi**

**Sun mayar da martani mai kyau ga abubuwan da
ke ciki**

Lokaci ne mai dadi ga dukkanmu

**Na yi matukar farin ciki da ra'ayoyin da kuka saka
a cikin wasikar**

Har na so in raba shi da dalibana sosai

Wannan sakon ya haifar da tunani mai zurfi

Da kuma zurfafa bincike cikin sirrin rai

Ina jin zai taimaka min wajen magance matsaloli

**Kuma mu'amala da abubuwan da suka faru a
rayuwa cikin hikima da kuma kyakkyawan fata**

**** ***

Koyarwarka ba ta da tamani

**Ba na son rasa ko da darussa ɗaya daga cikin
darussanku**

**Daga laccocin malami Paramahansa
Lokacin da farin cikin rai ya yi yawa
Boye a cikin zurfin kai
Kauri mai kauri na jin dadin jin dadi na ɗan lokaci
Hasken zinariya na rai yana shudewa
Kuma ikon rai mai gaskiya yana boye
Bayan yawan kayan
Idan hankalin mutum ya ja
Ga kishi da hassada
Kuma girgijen tsoro da damuwa sun lullube shi
Ya zama mai bakin ciki da rashin hankali
Kuma bai da iko
Amma lokacin da ya mayar da hankali iri ɗaya
Zuwa ga soyayya, zaman lafiya, da jituwa
Yana jin dadi sosai
Rai yana jin dadi
Idan ka kauce wa sha'awar jiki,
Gauraye da wahala da bakin ciki
Don fa'idodin rai mai gaskiya
Cike da jin dadi masu kyau
Idan rai ya nutse gaba ɗaya
Da jin dadin wannan duniyar mai wahala
Ta zama ba ta sha'awar bincike ba
Game da mafi girman jin dadi
Kuma ba za iya ɗandana farin cikin rai ba
Mutane da yawa na iya jayayya
cewa barin jin dadin abin duniya
Kusan ba zai yiwu ba a wannan duniyar
Ko kuma yayin da ake zaune tare da mutane
Ra'ayoyinsu sun ta'allaka ne akan abubuwan
duniya kawai**

**Amma ba a buƙatar hakan daga matsakaicin
mutum ba**

**Don barin duniya a je tsaunuka da dazuzzuka
Domin samun kwanciyar hankali da kwanciyar
hankali**

**Maimakon haka, dole ne ya kasance a cikin
wannan duniyar**

**Ba tare da barin rakuman ruwansa masu karfi su
share shi ba**

**Domin kada rakuman ruwa masu girgiza na
duniya su mamaye shi**

**Bai kamata ya yi mummunan zato game da
muhallinsa ba**

A lokaci guda kuma

**Bai kamata ya bari son abin duniya ya makantar
da shi ba**

**Domin kada ya rasa alaƙa da yanayin ruhaniyarsa
Ya kasa dandana jin daɗin ni'ima
Kuma shaida hasken allahntaka**

Taskar Rai

Daga koyarwar mai hikima Paramhansa Yogananda

Wannan duniyar mafarki ce kawai

Kamar yadda babu wani bambanci na asali a cikin

gabatar da fina-finai

Tsakanin teku da sama, waɗanda mataƙai ne daban-

daban na girgizar haske guda biyu

Haka abin yake a wannan duniyar

Baƙin ciki, farin ciki, zafi, jin daɗi, zafi, da sanyi sune

.mafarkan wannan duniyar

Muna nan a yau kuma gobe za mu sauko kamar

gajimare kawai inuwar duniya a cikin mafarkin sararin

samaniya

Amma a bayan wannan siffa mai wucewa, wacce ba ta

da wani lokaci, akwai ruhun madawwami

Rayukanmu muhimmin ɓangare ne na shi

Allah shine gaskiya daya tilo Dole ne mu yi addu'a
koyaushe cewa jarabawa ba za ta yi nasara ba
Rayuwa nakasa ce da ke hana mu iya tunawa da shi
Idan na yi addu'a ta wannan hanyar, ina samun
sakamako fiye da kowane lokaci
To, ko da wani abu mai tsanani zai faru, ba zai iya hana
ni daga
Tunani game da Shi yana sa ni jin aminci da kwanciyar
hankali a gabanSa mai tsarki
Rayuwa a nan ta yi kama da ba ta da tsari kuma tana
cikin rudani har sai mun isa bakin teku na aminci
Shi ya sa koyaushe nake cewa ina nan ne don shaida
muhimmancin da ɗaukakar gaskiya mafi girma
Bai kamata mu sanya begenmu a kan manufofin duniya
masu jinkiri da kuma abubuwan da suka shafi abubuwa
marasa karfi ba
Irin waɗannan kananan abubuwan haɗin kai ba tare da
saninsu ba suna nisantar da mu daga babban burinmu
Kamar yadda yake nisantar da mu daga ainihin kanmu
Muhalli yana haifar da ruɗani a cikin mutane kuma yana
sa su ga kansu a matsayin manya
Mutumin da ke da burin gaske dole ne ya tashi sama da
wannan wayar da kan jama'a game da muhalli na ɗan lokaci
da na ɗan lokaci
Yana gane gaskiya a cikin kansa, don haka wannan
gaskiyar ta zama muhallinsa
Yanayi da kuma tasirinsa kawai a rayuwarsa
Muna rokon Allah ya yi mana wahayi da shiriya ya kuma
shiriyar da mu zuwa gare Shi
Kuma a same shi kafin ya bar wannan duniyar
Ko menene yanayin abubuwan da muka fuskanta da
kuma wahalar da muka sha
Bai kamata mu rasa bege cewa taimakon Allah yana
kusa ba

Kuma Yana amsa kowace addu'a da ta fito daga zuciya,
cike da sha'awa
Ba zai yi watsi da kaunatattunsa ba ko kuma ya bar su a
hannun kaddara
Ya fi zinariya daraja

Wata rana, yayin da wani bawan Allah ke yawo a
tsakanin tsaunuka, sai ya tsaya ya sha ruwa daga wani
karamin rafi, sai idanunsa suka fadfi kan wani d'igon zinariya
tsantsa mai haske a karkashin ruwan rafin. Ya cika kwanonsa
da ruwa, ya saka zinaren a cikin jakarsa, sannan ya zauna a
.gefen hanya don hutawa

A lokacin nan, wani saurayi ya bayyana a kan hanya,
yana haki saboda gajiya. Ya kusanci mai sihirin ya ce masa,
"Ban ci abinci yau ba kuma ina da tafiya mai nisa a gabana.

"?Shin kana da burodi da za ka ciyar da abokin tafiyarka
Bahaushen ya amsa, "Da farin ciki da girmamawa, kuma
ina farin cikin raba muku burodin da nake da shi." Sannan ya
nuna jakar ya ce masa, "Don Allah ka dauki abin da ke
"akwai

Yayin da saurayin ke fitar da burodin daga cikin jakar,
sai dutsen zinare ya fadfi, sai boka ya kama shi ya ajiye shi
.gefe

Yayin da suke cin abinci, saurayin ya ci gaba da kallon
zinaren, yana magana da yabo game da shi, kuma yana taya
mai sihirin murna bisa ga sa'arsa da kuma tsaro, aminci, da
.kwanciyar hankali da dutsen rawayarsa ya ba shi
Da saurayin ya tashi zai tafi, sai boka ya yi murmushi ya
ajiye dutsen a hannunsa

Saurayin ya yi matuƙar mamakin wannan dukiya da ta
fada hannunsa, sai ya tashi da matuƙar farin ciki, ba tare da
.ya kula da komai ba

Amma duk da haka, tunani mai ban mamaki ya ci gaba
da wanzuwa, yana ta damunsa da damuwa, kuma bai iya yin
shiru ko kwar da kansa daga gare su ba. Nan da nan, ya
canza hanya ya koma wurin mai bautar gumaka, ya ajiye

taskarsa a gaban mai taimakonsa, kuma bayan ya gaishe shi
:da baka cike da godiya da girmamawa, ya ce
Na san yadda wannan dutsen da ka ba ni yake da"
daraja, amma ina jin cewa kana da wani abu mafi daraja fiye
da wannan zinariyar, kuma ina rokonka da Allah ka yi mini
karimci da abin da kake ɗauke da shi a cikin ranka mai
"!wadata wanda ya ba ka damar ba ni wannan zinariyar
A lokacin wadata, mutane suna gode wa Allah
Domin ni'imominSa masu yawa da yawa
Amma lokacin da yanayi ya koma duhu
Sa'a ta zo
Gunaguni da fushi za su biyo baya
Kuma yawancinmu muna rasa imaninmu mai rai
Da wanda idonsa ba ya barci
Muna yin bala'o'i da yanayi masu wahala
Mayar da Hankalinmu da kuma cibiyar kula da mu
Idan muka nemi hanya mai kyau ta fita
Da mun ga ɗan karamin bege
Dole ne mu dogara ga taimakon Allah
Kuma wanda ya haliƙce mu ba zai yashe mu ba
Duk da mawuyacin yanayi
Gwagwarmayar rayuwa
Kuma yanayin yana da duhu
Idan muka nemi jagorancin Allah da cikakken tabbaci,
za mu same shi
Duk wanda ke da imani da amincewar yara zai sami
taimako
Duk abubuwan rayuwa zasu haɗu
Domin cimma abin da yake buƙata
Dole ne mu ji kamar an gan mu a cikin zurfin zuciyarmu
Kuma wannan taimakon Allah ba shi da nisa
Mun fahimci cewa kyakkyawan fata yana jawo sa'a
kamar maganadisun
Nuna fifikon bangaren rayuwa mai kyau

Yana ba mu kwarin gwiwa cewa nagarta tana nan kuma
tana kusa
Kuma wannan nasarar ta haske ce, ba ta duhu da
bazuwar ba
Allah shine abokin tarayya na allahntaka
Wanda ba ya barin wafanda suka dogara gare Shi su yi
masa biyayya
Kuma yayin da muke tunanin kusancinsa da mu,
kariyarsa, da taimakonsa gare mu
Rayuwa za ta canza don mafi kyau
Zuciya za ta cika da godiya da godiya
Ga wanda taskokin ni'ima suke hannunsa
Kuma makullan Aljanna
Muna azabtar da kanmu ta hanyar ayyukanmu marasa
hankali
Muna ba wa kanmu lada saboda d'abi'unmu masu kyau
Amfani da hankali mara kyau da Allah ya bai wa mutum
Yana haifar da zunubi, wanda shine dalilin ciwo da
wahala
Dangane da amfani da hankali yadda ya kamata
Wannan yana haifar da nagarta, wanda hakan ke haifar
da farin ciki
Allah ya ba mutum tunani
da kuma lamiri
yancin zaɓe'
Umarnin sama
Idan ya zaɓi hanya madaidaiciya, zai sami lada; in ba
.haka ba, zai d'auki alhakin sakamakon ayyukansa
Dole ne ya bayar da bayanin halayensa a lokacin
zamansa na d'an lokaci
A kan wannan kasar Allah
Mutum ya yi amfani da wannan 'yancin kai da Allah ya
ba shi ba tare da amfani da shi ba
Sakamakon haka, ya jawo wa kansa jahilci da ciwon jiki
.da na hankali

Tambayi za a ba ku shi
Bugawa za a buɗe maka shi
Idan kun gode, zan kara muku [albarka]
Amfani da kalmomi ba daidai ba yana ɗaya daga cikin
manyar makamai masu kisa da lalatawa
Babban abin da ke haifar da tsoro shine maganganu
masu zafi da raɗaɗi
Ya kamata mutum ya guji yin gulma ko kuma yin hira ta
banza
Guji jayayya da jayayya, kuma ku kawar da halaye masu
tayar da hankali
Idan miji ko matar suka yi fushi kuma ɗayansu ya
tsokani ɗayan
Hanya mafi kyau ita ce ɗayan mutum ya yi tafiya
Kuma a guji amsawa har sai guguwa ta lafa
Kuma idan ɗaya daga cikinsu ya furta kalmomi masu
zafi
Zai fi kyau ga ɗayan mutumin kada ya mayar da
martani da kalmomi makamancin haka
Maimakon haka, ka kwantar da hankalinka har sai
tunani ya lafa kuma yanayi ya huce
Idan matar ta yi wa mijinta ihu, shi kuma ya amsa da
:babbar murya, mijin zai sha wahala sau biyu
Karo na farko ya kasance ne daga kalamanta masu zafi,
kuma na biyu daga kalamansa masu yanke hukunci
Saboda haka, galibi yana cutar da kansa
Wannan na iya haifar da saki ko wasu sakamako marasa
ɗaɗi
Ya kamata a guji taurin kai ko kuma nuna wa wasu halin
kaskantar da kai
A lokaci guda kuma, bai kamata mutum ya shiga cikin
.rikici da faɗa ba
Maimakon haka, ya kamata mutum ya jira har sai an
.dawo da kwanciyar hankali da kwanciyar hankali
Kada ka bari wani ya sace maka zaman lafiya

Kada ka dagula zaman lafiyar wasu da zagi (ko zagi a
rubuce)

Amfani da kalmomi ba daidai ba yana daya daga cikin
manyar makamai masu kisa da lalatawa

Mutum zai iya faɗin irin waɗannan kalamai yayin da
yake cikin fushi ko kuma lokacin da motsin rai ke tashi

Yana amfani da kalmomin da ba su dace ba, waɗanda
.ba ya son furtawa a zahiri, sannan ya ji tausayin hakan
Yayin da ɗayan mutumin zai tuna waɗannan kalmomin
tsawon shekaru ashirin

(Ba a manta da baƙin ciki cikin sauƙi)

Daga wannan hangen nesa, kwakwalwa abu ne mara
kyau

Ikon kwakwalwa albarka ce idan aka yi amfani da ita
daidai

Amma yana da illa idan aka yi amfani da shi azaman
ma'ajiyar abubuwa marasa kyau

Wanda aka yi mana

A shirye-shiryen shiga aljannar hikima

Duk tsarin juyin halittar ɗan adam yana da nufin

kwantar da hankalin guguwar jahilci

Domin rakuman ruwa su iya komawa teku su sake

haɗuwa da shi

Wato, domin karfin rayuwar ɗan adam ya haɗu da

babban duniyar ruhaniya

Masana kimiyya, 'yan kasuwa, da masu kawo sauyi a
zamantakewa suna ci gaba da ƙoƙari, a kaikaice, don share

fagen gina haɗin kai a duniya

Duk makarantun kimiyya, falsafa, da ɗabi'a suna ƙoƙari

sosai don tattara tarin gaskiya daga lambunan hikima da

kuma kawata rayukan ɗan adam da duk abin da aka
tsarkake, abin al'ajabi, da amfani a shirye-shiryensu don

shiga aljannar hikima ta har abada

Ta hanyar binciken zinare, kimiyya tana taimaka wa

mutum kai tsaye ta hanyar samar masa da abubuwan

bukata da kayan aiki, kuma a kaikaice tana taimaka masa ya
gyara wasu ra'ayoyinsa kan "mu'ujizai" da abubuwan ban
.mamaki da yawa

Kimiyya ta gaya mana cewa idan ruwa ya canza tsarin
girgizarsa saboda sanyi, sai ya zama kankara da ke shawagi
a saman ruwan maimakon ya gauraya da shi ko ya zauna a
.kasa kamar sauran kayan da suka yi karfi

Wannan lamari yana nuna wa masana kimiyya cewa
lokacin da Yesu Kiristi ya yi tafiya a saman ruwa, dole ne ya
canza rawar jikinsa ta hanyar amfani da hanyoyin tunani da
.tsarkaka, annabawa, da masu hikima suka sani

Domin kawo ɗan adam zuwa gidan haɗin kai da farin
ciki na duniya baki ɗaya, duk ayyukan abu, na ɗabi'a, na
addini, na masana'antu, na zamantakewa da siyasa, da na
zahiri dole ne su haɗa karfi su haɗa kokarinsu don wannan
dalili

Yana yiwuwa a amince da ka'idodi na ka'idodi na duniya
da suka shafi lafiya, zaman lafiya, jin daɗi, ilimi da
kyawawan ɗabi'u da ka'idodi na dokoki na ruhaniya, na
tunani da na aiki waɗanda za su iya ba wa biliyoyin mutane
a wannan duniyar Duniya ci gaba mai haɗaɗɗiya da daidaito
wanda ya dace da ɗan adam mai wayewa da kuma ba shi
.farin ciki da kwanciyar hankali

Bai kamata ɗan kasa na duniya ya kasance a cikin
karamin rai da karamin jiki ba
Maimakon haka, yana ɗaukar kansa a matsayin memba
na babban iyalin ɗan adam, wanda rayuwar sararin
samaniya ke jagoranta, kuma yana tunani a kan gaskiyar
"cewa "kai muhimmin ɓangare ne na teku na rayuwa
Sanin abu ne mara iyaka kuma ba shi da iyaka
Har ma ya kai ga taurari mafi nisa
Yana ratsa kowace kwayar zarra a duniya
Ko da mafi kankantar electrons
Dole ne mutum ya ji cewa suna da alaƙa da teku na
sanin sararin samaniya

Kuma don wuce iyali da kasa
Ya fahimci cewa shi memba ne na babban iyalin ɗan

adam

Farin ciki tsakanin rashin son kai da bambancin ra'ayi
Ba ka son jin dadin da ya yi kama da na kowa kuma ba
shi da bambancin ra'ayi

Maimakon haka, tana son farin ciki mai karfi da kuzari
Yana jan hankali saboda kebancewarsa
Yana jan hankalin hankali da kyawunsa
Kuma yana cika zuciya da zakinta
Yana sa ka gamsu kuma yana burge ka da yanayinsa
mai dadi na musamman

Farin ciki da ke zuwa lokaci-lokaci
Yana motsa hankali amma baya cika buri
Kuma jin dadin da ke tattare da rashin son kai, irin su
gundura

Kuma farin ciki wanda ke ɗaukar ɗan lokaci kaɗan
Sai ya bace, yana barin nadama wanda hakan abin farin
ciki ne da ba a so

Kuma farin cikin da ke haskakawa da bacewa
Barin ka cikin ruɗani da rashin kulawa abin farin ciki ne
wanda ke daɗewa kuma mai zafi

Dangane da farin cikin da ke canzawa a kowane lokaci
Duk da haka, ainihinsa bai canza ba

Kamar kwararren ɗan wasan kwaikwayo wanda ke
nishadantar da masu sauraronsa da ayyuka da motsi daban-
daban

Shine abin da kake nema kuma kake son mallaka
Ana iya samun wannan farin ciki ta hanyar yin tunani
game da abubuwan al'ajabi na Allah

Kuma tare da yin bimbini akai-akai da zurfi
Tushen ciki na farin ciki mai ɗorewa da sabuntawa
Shi kaɗai ne zai iya biyan bukatarka ta farin ciki
Ni'ima ta ruhaniya ita ce kawai farin ciki na gaskiya

Wanda ba ya sa ka gaji da shi ko kuma ka karkata ga
wani abu daban

- Duk abin da mutum yake yi - mai kyau ko mara kyau
Kokari ne da ake yi akai-akai a neman farin ciki domin
samun farin ciki

Mugunta tana alkawarin farin ciki amma tana kawo
bakin ciki da wahala

Dangane da alheri kuwa, yana iya zama kamar yana
kawo bakin ciki

Saboda buƙatar horo da kuma kunna ƙarfin zuciya
Amma hakika yana kawo farin ciki mai dorewa a ƙarshe
Allah shine farin ciki wanda yake dawwama kuma ana
sabunta shi har abada

Kuma idan ka same shi, za ka ji cewa ka sami abu mafi
tamani a rayuwa

Ba za ku sake buƙatar bin ƙawayen "wani abu" ba
Abin da ya bayyana a gare ka ba tare da ka iya isa gare
shi ko ka same shi ba

"Farin ciki na ruhaniya shine "wani abu
Kuma duk lokacin da ka same shi a cikin kanka
Ba za ka sake buƙatar neman farin ciki ba
Kuma a cikin wannan sabon farin ciki, burinka zai cika
Tana da duk abin da take so
Kuma ku sani, abokaina, cewa abubuwan duniya
Wanda ke ba da jin daɗi wanda ya wuce tunani
Kuma waɗannan abubuwan, tare da jin daɗin da suke
bayarwa

Yana shiga cikin tunani ta hanyar hotunan tunani
Duk da haka, farin ciki na ruhaniya shine sanin rai
Wanda yanayinsa shine babban farin ciki
Yana kusa da tunani sosai
Har ma ana haifar da shi daga tunani lokacin da aka
mayar da hankali kan tunani a ciki yayin tunani
Idan abubuwa na waje suka lalace
A kan wanne tunani ya dogara ne da jin daɗi

Farin cikin da wadannan abubuwan ke bayarwa shi ma
ya lalace

Amma farin cikin ruhaniya koyaushe ana sabunta shi
Yana wanzuwa a cikin ruhi kuma yana da juriya ga
halaka

Kuma bayyana cewa ba za a iya kawar da farin ciki ba
Sai dai idan mutum ya zaɓi canza yanayin tunaninsa da
gangan

Yana haifar da damuwa ta hanyar rage damuwa a cikin
yanayin damuwa

Wannan wani abu daban

"Shin ka taɓa kokarin fahimtar wannan "wani abu
Kamar wani al'ajabi da ya bayyana a gare ka kuma yana
rawa a bayan yadda kake ji

?Kuma fa game da karshen duk burin da ka cika
:Yi nazarin lamarin

Kana sha'awar wani abu matuƙar ba za ka iya samunsa
ba

Amma da zarar ya same ka, za ka gaji da shi - ko ba da
jimawa ba - ko ba da jimawa ba

?Kuma kana son wani abu daban, ko ba haka ba
Ko da rayuwa ta ba ka duk abin da kake so a lokaci
:guda

Dukiya, iko, da abokai bayan wani lokaci, za ka ji rashin
gamsuwa

Kuma kuna son wani abu daban Amma abu daya baya
rasa sabo

Haskensa ba zai taɓa shudewa a gare ku ba, farin ciki
ne da kansa

A cikin duk abin da kake nema

Kuma yana neman isa da kuma samunsa

Kai tsaye ko a kaikaice

A zahiri kana neman farin ciki

Ta hanyar cika burinka

Ba kwa son wadannan abubuwan da ke kawo muku
bakin ciki
Kuma ba kwa son wadannan abubuwan da ke ba ku ɗan
jin daɗi da farko
Amma a karshe, yana jefa ka cikin zurfin nadama da
nadama
Ko menene kake nema
Kana nemansa da himma da sha'awa, bege, himma, da
kuma himma
Ina fatan samun gamsuwa bayan na same ta
Ya kamata ka yi farin ciki idan ya zama naka
To me zai hana a nemi farin ciki kai tsaye a kuma samo
?shi daga tushensa
Me yasa ake neman ta ta hanyar hanyoyin zahiri marasa
?amfani
Don a ba ku shi tsarkakakke, ba tare da batarwa ba,
!?kuma ba tare da wata matsala ba
Idan mutum ya roki tausayin abubuwan duniya na ɗan
gajeren lokaci
Farin cikinsa ya dogara ne da jin daɗi na ɗan gajeren
lokaci
Abubuwan Duniya da gamsuwar da ake samu daga
biyan bukatun duniya
Na ɗan lokaci ne, saboda haka farin cikin da ake samu
ta wurinsa yana wucewa ta wani lokaci
Haka kuma na ɗan lokaci ne
Cin abinci, kamshin turare, da kuma sauraron kiɗa
Ganin kyawawan abubuwa da kuma taɓa abubuwa
masu daɗi
Duk jin daɗi masu ɗan lokaci
Tsawon lokacinsa yana da alaƙa da tsawon lokacin jin
ɗanɗano da kamshi
Ji, gani da taɓawa
Ko kuma har sai hankali ya gaji da shi
Yana sha'awar wasu abubuwan karfafawa

Ba ta son farin ciki mai ɗan lokaci
Yana barin jin bakin ciki idan aka zubar da shi
Maimakon haka, tana sha'awar wani farin ciki wanda ba
.ya walkiya na ɗan lokaci sannan ya bace
Kuma ina sha'awar farin ciki wanda hazakarsa ba ta
taba bacewa ba

Tsarkakken, radium mai rediyoaktif na dindindin
Wannan farin ciki yana nan ne kawai a cikin Allah
Tushen dukkan farin ciki da jin daɗi
Rana tana fitowa sau ɗaya a kowace rana
Amma kasancewarsa koyaushe tana haskakawa
Duniya tana fuskantar lalacewa, amma
Rai madawwami ne ya rage
Bari farin ciki ya sabunta a rayuwarka koyaushe
Wannan kasa mai albarka da Allah ya bamu
Yana so mu ji daɗin kyawunta
Kuma muna kiyaye shi
Muna ɗaukarsa a matsayin ni'ima da bai kamata a bata
.ko a yi amfani da ita ba
Ya kunshi abubuwan al'ajabi da abubuwan al'ajabi da
!yawa

Kololuwa a kan kololuwa
Kuma yadudduka a kan yadudduka
filayen da kuma steppes
Tekuna da koguna
dazuzzuka da dazuzzuka
Kuma hamadar da ke shimfiɗawa ba tare da iyaka ba a
kowace hanya
Gidan wasan kwaikwayo ne na sararin samaniya
Inda tuddai ke kwance ba tare da an huta ba
Kuma duwatsun da dusar kankara ta lullube suna
kwance

Dogayen bishiyoyi suna ɗaure wuyansu
Tsaunukan da ba su da ganye suna sake samun 'ya'ya
da kuma kyawawan furanni

An buga alamun lokaci a kan manyan duwatsu
?Wanene ke da ikon bayar da kyawawan ra'ayoyi
Kuma me game da kyawawan ra'ayoyin wannan kasar
!Allah, shin sun cancanci a bayyana su
Yana cika zuciya da farin ciki
Kuma yana kunna tunani da tunani dubu
!Don bayyana abin da ya saba wa bayanin
Yin tunani game da kyawawan abubuwan duniya yana
karfafa imanin mai tunani
Yana wuce dokokin yanayi har zuwa matakin wayewa
mafi girma
Inda kerawa ba ya karewa
Kuma ba ya tsayawa a iyaka
Ba ya karewa
:Akwai lokacin da wani yaro ya ce
"Ban san ma'anar mutum ya ji kamar ba komai ba"
Wannan shine abin da mutum ke ji idan yana tunani
game da abubuwan al'ajabi na Allah
Wanda ba a taɓa misaltawa ba, a sassa daban-daban na
wannan duniyar
Duk da haka mutum yana tunanin shi ne komai
Alif da Ya
Farko da karshe
Kuma tsayin da ba shi da tsayi mafi girma
Akwai tsayi masu ban mamaki
Da kuma zurfin da ke haifar da mamaki a cikin rai
Kuma girman da abin da ke cikinsa ke narkewa
Kuma yalwa kamar hasken rana
Da kuma hasken da ke motsa mutum ya kalli sama
Da ace ɗan adam yana da cikakken hangen nesa
Ka gani a kowace hanya
Domin gane abubuwan al'ajabi na kerawa da ke kewaye
da shi
Yafa kamar lu'u-lu'u da aka warwatse

A cikin kasar Allah mai fadhi, akwai mutanen da suke
tunani
Hakika, duk abin da Mahalicci ya yi yana motsa abin
mamaki
Yana da ban sha'awa
Taskar Gabas - Mujallar Gabas-Yamma
Muna rokonSa, Mafi daukaka
Don kawar da tartsatsin ilimi
duhun ruɗu
Kuma don cika zukata da tunani
Da yalwar albarka da fahimta
Kuma domin kasancewarsa mafi daukaka ta bayyana a
cikin rayuka
Kuma Ya tabbatar mata da
Wuri ne mai aminci
Kuma yana kawar da gajimaren rudani daga sararin
samaniyar rai
Kuma yana nisantar da mu daga jin yanke kauna
Kuma yana karfafa mu da kwarin gwiwa cewa alfijir na
farin ciki zai bace
Kuma rayuka za su yi farin ciki
Kuma cewa tsuntsayen zaman lafiya da farin ciki
Za ta yi waka a cikin gandun daji na rayuwa
Soyayya za ta kayar da kiyayya
Kuma bege mai haske zai kawar da duhun yanke kauna
Kuma cewa tafiyar alheri za ta ci gaba
Tutar gaskiya za ta tashi sama koyaushe
Sama da abubuwan tarihi na fahimtar abokantaka
Kuma yanayin dan adam mai kyau
Ya Likitan zukata, daga gare ka waraka take zuwa
Rayukan sun kamu da cututtuka
Tabawa daga gare ku yana kawar da guba da rashin
lafiya
Allah ya kiyaye mutuwa da bala'i
Sunanka sihiri ne daga sharri da cutarwa

Kuma addu'ar da sammai ke saurarawa
 Shiri da kuma
 Tarbiyya mai kyau: hanyoyi da ayyuka masu amfani
 Hanyoyin iyaye masu kyau sun haɗa da haɓaka fahimta
 Da kuma koƙarin samun damar shiga rumbun adana
 bayanai masu amfani
 Labulen da ke cikin rai da kuma haɗin sanin ɗan adam
 da shi
 Rai ɗaya bai isa ba
 Don sanin dukkan al'amuran ruhaniya da na zahiri
 Amfani da hanyoyin ilimin gargajiya
 Dogara ga azanci kawai
 Yin tunani da tunani mai zurfi
 Suna taimakawa wajen haɓaka da haɓaka iyawar
 fahimta
 Ta hanyar kai tsaye, wani fahimta
 Ya kamata a fara fahimtar juna tun daga kuruciya idan
 zai yiwu
 Idan hakan ba zai yiwu ba, ana iya fara shi a kowane
 lokaci
 Bugu da kari
 Dole ne a taimaki yara da matasa gwargwadon iyawa
 Ta hanyar koya musu hanyoyin tarbiyya masu kyau, ta
 hanyar
 Tutar da tunaninsu zuwa ga manufofi
 Kuma suna ciyar da yanayinsu da kyawawan halaye
 Kuma koya musu girmama wajibi
 Kuma su yi mu'amala da gaskiya, da mutunci da
 mutunci ga kansu da kuma wasu
 Daga cikin muhimman abubuwan da ke tattare da
 :tarbiyyar kai akwai
 Tafiya da zama da kashin baya a miki
 Don sauƙaƙe kwararar ayyukan da ke cikin jiki ba tare
 da wani cikas ba
 Koyi da amfani da hankali don haɓaka hikimar kai

Yin tunani mai kirkira
Yin ayyuka da zuciya daya da kuma sha'awa ta gaske
Bambance tsakanin hankali da rashin hankali
Gaskiya da ruhani
Da kuma fadafa ikon soyayya
Daga son kai zuwa kaunar iyali
Daga kaunar iyali zuwa kaunar al'umma
Daga kaunar al'umma zuwa kaunar kasar haihuwa
Daga son kasa zuwa son duniya
Daga son duniya zuwa son Allah
Kuma tare da ci gaban ruhaniyarsu
Za su iya yafa nagarta da gaskiya a ko'ina
Kuma hasken alherin da ke haskakawa a cikinsu zai

bace

Duhu na mugunta ya kewaye su
Da taimakonSa, Allah Ya daukaka Shi
Hulfa ta ruhaniya da kaunatatun wadanda suka bar
wannan duniyar
Idan kana son aika tunaninka ga masoyanka wadanda
suka bar wannan duniyar
Zauna a cikin dakinka cikin nutsuwa ka yi tunani game
da Allah
Kuma lokacin da kake jin kwanciyar hankali a cikin
ranka
Mayar da hankali sosai kan cibiyar wayar da kan jama'a
ta ruhaniya a gaba
Wanne ne tsakiyar nufin a daidai wurin da ke tsakanin
girare
Aika soyayyarka ga wadanda suka mutu kaunatatun
Ka yi tunanin mutumin da kake son yin magana da shi a
tsakiyar wannan mutumin
Kuma ya aika wa ransa motsin soyayya, fatan alheri, da
karfafawa
Idan ka yi haka akai-akai
Kuma ba ka rasa sha'awar wannan mutumin ba

Tabbas zai ji motsin zuciya daga tunaninka
Wadanda suka rabu da masoyansu a wannan duniyar ba
sa mantawa da su
Kamar yadda masoyansu ba sa mantawa da su
Kuma saninsu yana nan, yana kiyaye tunawa da
.wadanda suke kauna
Wadanda suka bar su a wannan duniyar
Kuma idan kana son samun amsa daga wadannan
kaunatattun
Mayar da hankali kan zuciya, da kuma lokacin da
.hankalinka ya kai zurfin da ya dace
Suna iya bayyana a gare ku a mafarki da farko, kuma
wannan yana yiwuwa a gare su
Wani lokaci za ka iya yin irin wannan mafarkin akai-akai
Ba duk mafarkai ne marasa ma'ana ba
Idan tunaninka yana da natsuwa da jituwa
Za ka san cewa wani yana kokarin yin magana da kai ta
hanyar mafarki
Da ci gaban ruhaniya, kaunatattunka za su iya bayyana
a gare ka a cikin wahayi yayin bimbini
Lokacin da mutum ya kai babban matakin ci gaban
ruhaniya
Zai iya ganin wadannan rayukan da suka mutu a
gabansa
Akwai misalai da yawa na irin wadannan lamuran
Amma ci gaban ruhaniya na gaske dole ne ya fara
faruwa
Wanda ya yi tunani sosai game da Allah
Allah zai nuna masa duk wadannan abubuwan
Maimakon yin bakin ciki, kuka, da kuma jin rashin da
aka yi bayan mutuwar kaunatattu
Dole ne mu aika musu da soyayyar da za su ji
Suna mayar da martani iri daya
Amma bai kamata mu jawo hankalin wadanda suka
mutu zuwa gare mu ba

Ta hanyar jin dadinmu mara dalili
Hadin kai da bakin ciki mai zurfi
"Ya isa a ce wa wanda zai tafi, "Ina son ka
Aika tunani da fatan alheri ga wadanda suka rabu
Duk lokacin da na ji kamar ina son yin hakan
Amma akalla sau daya a shekara - a wani takamaiman
ranar tunawa
:Ka gaya musu, a hankali
Allah zai sake hada mu
Za mu ci gaba da raya kaunarmu da kuma karfafa
alakar soyayya tsakaninmu
Idan ka aika musu da ra'ayoyinka na abokantaka yanzu,
ci gaba da yin hakan
Tabbas za ku haɗu da su wata rana, in Allah Ya yarda
Za ka fahimci cewa wannan rayuwar duniya ba ita ce
kawai abin da ke wanzuwa ba
Hanya ɗaya ce kawai a cikin sarkar dangantakarku ta
har abada
Tare da masoyanka da suka rasu
Allah Ya jikansu Ya kuma yi musu rahama Ya kuma
haskaka musu haske da yardaSa
Lura: Wannan hanyar ba ta da alaƙa da tarurruka,
wanda ba mu ba da shawarar ba, don haka wannan bayani
Kawar da gajiya
Lura: Wannan bayani da shawarar ba ta maye gurbin
shawarar likita ba, don haka wannan bayani zai taimaka
.wajen fahimtar hakan
Ya kamata a haɗa man shanu da madara a cikin abincin
Ya kamata a sha madara daban da abinci daban-daban
Ya fi kyau kada a sha shi tare da abinci
Madara tana da amfani wajen laxative Properties
Amma madara tana haifar da samar da majina
Wannan ba ya dace da mutanen da ke fama da
matsalolin sinus ba
Ko kuma daga hanci mai gudu da mura

Wannan kuma ya shafi ruwan lemu
Ga wadanda ke fama da wadannan yanayi
Mutane da yawa da suka sha wahala daga hakan sun
- sami sauƙi - bisa ga shawarata
Babban ci gaba ta hanyar cire ruwan lemu daga
abincinsu

(Yayin da suke fama da wannan yanayin)
Duk da cewa ruwan lemun tsami yana da kyawawan
kaddarorin kashe kwayoyin cuta
Amma kuma yana kara tsananta sinusitis
Babu abin da ya fi gamsarwa (abin da ke gamsar da
yunwa) kamar burodi da aka yi da shi
An yi shi da garin alkama da aka nika sabo
Duk da haka, mutanen da ke da ƙaƙayi ya kamata su
guji shan sitaci
Ana iya cin cikakken burocin alkama bayan an gasa shi
.sosai

Makarkashiya wani abu ne da ke haifar da gajiya, kuma
yana da alaƙa da tarin guba a jiki
Yana shafar fitar da makamashi daga abinci
Idan kana fama da makarkashiya, yi amfani da maganin
laxative na halitta idan zai yiwu
Idan ka kiyaye jikinka daga guba (sharar gida), ba za ka
ji gajiya ba

.Guba ce da ke taruwa a jiki ke sa mutum ya ji gajiya
Kwayoyi da miyagun kwayoyi suma suna haifar da rauni
Misali, Opium yana hana masu amfani da shi aiwatar da
.abin da suka yi

Ba sa son yin komai sai dai yin magana, yin barci, da
kuma yin mafarki
Daya daga cikin hanyoyin da suka fi tasiri don kawar da
jin gajiya

Ana kiyaye kuzarin jima'i gwargwadon iyawa
Domin yin hakan fiye da kima batar da kuzarin ƙirƙira ne

.matakin jiki da na hankali

:Almajirin ya tambayi jagoransa

Mene ne fassararka game da halittar ruhaniya da kuma

?iliminka game da ita, yallabai

:Jagorar ta amsa

Abin ruhaniya shine sanin sanin abubuwan da ke tattare

da fahimta da iko na ruhaniya

Kamar yadda halittun ruwa ke ji idan aka nutsar da su

cikin ruwa

Kuma tsuntsayen sama suna kewaye da sararin

samaniya

Yana fitar da kuzari mai mahimmanci daga ether na rai

Kuma jin dadin walwala da kuzari yana gudana ta jiki

Yana farfado da kwayoyin halitta da maganin rai kuma

.yana sabunta su gaba daya

:Sai almajirin ya tambaya

?Kuma ta yaya za a sami wannan gwajin

:Jagorar ta amsa

Ta hanyar tabbatar da kanka cewa kai mutum ne mai

halin ruhaniya

Kuma cewa halittar jiki, duk da gaskiyar da ke tattare da

ita

Duk da haka, shine harsashin waje na ainihin ruhi

Kuma cewa ruwan rai, wanda shine maɓuɓɓugar jin daɗi

Yana ratsa jijiyoyinka, yana sa ka ji dadin farin ciki,

.kuzari, da kuma faɗakarwa

:Almajirin ya ci gaba da cewa

Wadanne cikas ne ke kawo cikas ga isa ga wannan

?jihar

:Jagorar ta yi bayani

Wadannan cikas suna cikin tunani marasa jituwa da

kuma baƙin ciki

Kuma mummunan tasirin da ke aiki a matsayin ciyawa

kwayoyin cuta masu cutarwa

Game da shuke-shuken ruhohi
Saboda haka, dole ne a tsafata kuma a tsarkake filin
sani daga dukkan kazanta
Kuma a cire kayayyun shakku daga kasa, a kuma yi
mata taki da imani mai rai
Bukata mai zurfi, tsarkin niyya, da kuma kyakkyawar
niyya
Akwai tsire-tsire masu guba waɗanda ba na zahiri ba
waɗanda ya kamata a kawar da su
Kamar kiyayya, mugunta, hassada, kishi, tsoro, da
sauran motsin rai
Mai lalata, da kuma dasa irin soyayya, aminci, fahimta,
girma da gaskiya a madadinsa
:Sai almajirin ya tambaya
Wace hanya ce mafi kyau ta magance matsalolin
?rayuwa
:Jagorar ta amsa
Kowace makulli tana da maɓalli, kuma kowace matsala
tana da mafita
Kuma duk wanda yake da hankali, fahimta, jarumtaka,
da hakuri
Dogara ga taimakon Allah zai kai ga samun mafita ga
kowace matsala
Kuma kada ka manta cewa kowace matsala mai wahala
da ka fuskanta jarabawa ce ta karfinka
Kuma don daga hankalinka da kuma shawo kan kowace
matsala, za ka dauki mataki gaba
A kan tsani na rayuwa, manyan nasarori suna jiran ku
Ya magance matsaloli masu wahala a kan wannan dalili
Za ku ga cewa za ku sami fahimta, karfi, da farin ciki
Ta hanyar shawo kan cikas da kuma kammala sabbin
matakai a hanya
Kuma ka sani, Allah ya kara maka ilimi, cewa duk abin
da kake bukata yana cikinka

Idan ka nemi taimakon Allah da tawali'u da gaskiya, za
ka same shi

Za a buɗe muku kofofin alheri da taskokin haske
Taskokin Gabas - Tunani da Jagora
Al'adun Ciki na Gabas-Yamma
Tushen zaman lafiya da haske
Malam in ya ce, yayin da yake magana game da jin
:kasancewar Allah

Idan mutum yana rayuwa cikin rashin sanin Allah
Ba tare da taɓa gabansa ba
Rayuwarsa za ta cika da haɗari
Kuma yana da wahala a shawo kan matsaloli da
matsaloli masu wahala
Har sai ciwo ya haifi sha'awa da kuduri
Domin gano sirrin sirri da kuma tushen natsuwa da
haske

Ta hanyar gano mafi girman sirri
Ya san ma'anar 'yanci, farin ciki, da kyau
Dole ne mutum ya canza abin da ya fi mayar da hankali
a rayuwarsa da kuma tsakiyar saninsa
Daga abu zuwa ruhi
Kuma daga "kai" tare da iyakokinsa
Zuwa ga yanayin motsin rai mara iyaka
Daga nan zai fahimci cewa shi ne kuma har yanzu yana
nan

A cikin rungumar kauna ta har abada mai dumi da
kauna

Yana kuma buƙatar yin aiki don hanzarta fahimta
Ta hanyar zurfafa tunani
Kuma ninka ƙoƙarin sau biyu
Kuma lokacin da ikon Allah ya bayyana
Zai shawo kan dukkan matsaloli da kalubale
Wanda ke toshe masa hanya kuma yana hana shi ci
gaba

Babu wani mutum bayan mutuwa da zai rayu

Ya fi kusa da Allah fiye da yadda yake a yanzu
Yadda yake fahimtar hakan bayan mutuwa
Ya danganta da yawan abin da ya sani game da shi
yanzu

!Babu buƙatar jinkirtawa ko jinkirtawa
Tunani game da Allah shine tushen dukkan farin ciki,
kauna, da alheri
Yana kawo mu cikin hulɗa kai tsaye da waɗannan
abubuwan albarka

Kuma Ya azurta mu da albarkar Mafi Rahama
Dole ne mu haɗa da ɓangaren ruhaniya cikin aikinmu
Kuma yin aikin da ke samar da mafi kyawun sabis ga
wasu

Mutumin da ya sanya burinsa na yin hidima maimakon
neman kuɗi
Zai ga cewa rayuwarsa gaba ɗaya ta canza zuwa mafi
kyau

Ba za a bar shi shi kaɗai ba, amma taimako zai zo masa
.daga inda bai zata ba
Yawancin mutane ba sa iya cimma daidaiton da ake
buƙata

Tsakanin rayuwarsu ta aiki da ta ruhaniya
Mai ruhaniya yana buƙatar kuɗi
Mutumin duniya ba zai iya rayuwa cikin farin ciki ba tare
da Allah ba
Masanin ruhaniya yana aiki, kuma ayyukansa suna
:magana da yawa

"Allah ya ba ni karfi kuma ya ba ni karfin gwiwa"
Yana kara karfi kuma Allah ya albarkaci koƙarinsa
:Mutumin duniya ma yana aiki, amma yana cewa
Ni ne wanda ke yin duk wannan da kaina, kuma babu"
".wanda ya cancanci yabo a gare ni
Wannan yana kawo masa sakamako mara tsammani
Yana nan a Mahadhir
Duk ayyukan da ake yi a aikace

Ko don amfanin duniya ko na ruhaniya
Dole ne ya dogara ne akan ka'idodi masu kyau
Yana karkashin ikon lamiri da daidaiton hankali
Ana buƙatar daidaito a duk abin da muke yi
Domin rashinsa yana nufin wahala, ciwon zuciya, da
ciwon kai

Idan wani ya mika gayyata ga gungun talakawa
Ba tare da isasshen kuɗi don siyan abubuwan da ake
bukata don bikin ba
Wannan yana nufin rashin nuna wariya
Kuma rashin iya tsara yadda ya kamata
Dole ne mu fahimci yanayin tsarin gabaɗaya wanda ke
tafiyar da ayyukanmu
Ba daidai ba ne a yi amfani da ruhaniya don haɓaka
sha'awar mutum
Ko da yake yana da kyau a yi amfani da hanyoyin
kimiyya
Don yadawa da kuma haɓaka koyarwar ruhaniya mai
kyau

Akwai doka ta duniya don cimma farin ciki
Wannan doka tana nan daram kuma ba ta canzawa
Yana aiki koyaushe kuma yana ba da sakamako mai
garanti
da kuma bin ko kiyaye wannan doka
Hakika yana nufin samun farin ciki
:A cikin ma'anar farin ciki, Jagora Paramahansa ya ce
Farin ciki na gaske ya dogara ne akan yanayin tunanin
mutum

Gamsuwa, gamsuwa, kwanciyar hankali, da natsuwa
alamu ne na farin ciki
Ya kamata mutum ya yi kokari don samun lafiya mai
kyau

Hankali mai aiki
da kuma abubuwan da ake buƙata na rayuwa
Aikin da ya dace

Kuma hukunci mai zurfi
Kuma fahimtar da aka tsara
Bai kamata ya yarda da kansa ba
Ta hanyar mika wuya ga yanayi ko yanayi mara kyau
Mutane kan saka kugiya da ke d'auke su
Kuma yana kaunarka da igiyoyi da ke d'auke shi
Dole ne ya fahimci dalilan wadannan kuntatawa
Watakila zai kawar da kamuwa da cuta mai saurin
yaduwa

Daga tunaninsa da kuma jikinsa
Wannan zai kawo sabunta tunanin mutum
Yana share fagen farin ciki da kuma bayyanar wayewar
ruhaniya a gaban rayuwarsa
Kuma don farkar da muhimman abubuwan da ke cikinsa
Dole ne a daga wayar da kan jama'a daga zurfin jahilci
Da girman fahimta da ilimi
Duk da imanin mutum game da ikon sihirinsa
Amma mummunan yanayin yana da tasiri mai haske
Yana iya lalata tsaron kansa
Kuma hana shi farin cikin da yake nema
Saboda haka, dole ne ya yi duk mai yiwuwa
Don kirkirar yanayi mai kyau da dacewa don farin ciki
Kuma don neman farin ciki na ruhaniya mai dorewa
Maimakon jin dadin sha'awa na dan lokaci
Idan yana son kawar da wata mummunar dabi'a da ke
hana shi farin ciki
Dole ne ya guji duk abin da zai iya
Don fadakar da ko farkar da wannan dabi'ar
Sannan ya gina wata kyakkyawar dabi'a a madadinta
Yana yin hakan da kokarin tunani mai zurfi
Har sai ya zama muhimmin bangare na rayuwarsa
Da zarar ya kafu kuma ya zama mai karfi
Mummunan dabi'a zai raunana
Kuma ta sassauta rikon da take yi
Zai ji farin ciki da bai taba sani ba a da

Haske da tabbas

Koyarwar Jagora Paramhansa Yogananda

**Rayuwa a cikin ainihintar, abubuwan da ke cikinta,
da manufofi**

**Wasa ne mai wahalar fahimta, amma ba zai yiwu
a warware shi ba**

**Da tunaninmu na ci gaba, muna warware wasu
sirrikansa kowace rana**

**Na'urori da aka gina bisa ka'idodin kimiyya na
musamman a wannan zamanin**

Hakika yana karfafa sha'awa

**Abubuwan da kimiyya ke kawowa suna ba mu
hangen nesa mai haske**

Game da hanyoyin inganta yanayin rayuwa

**Amma duk da duk kayan aiki, kirƙira, da dabarun
da muke da su**

**Da alama har yanzu muna kama da 'yan tsana a
hannun kaddara**

**Kuma cewa hanyar da ke gaba har yanzu tana da
tsayi**

Kafin mu 'yantu daga ikon yanayi

**Rayuwa cikin rahamar yanayi ba shakka ba 'yanci
ba ne**

**Hankalinmu masu himma sun cika da damuwa da
jin rashin taimako**

**Idan muka ji kamar waƙanda ambaliyar ruwa,
guguwa, ko girgizar kasa suka shafa**

**Ko kuma lokacin da abubuwan da suka faru suka
kwace mu - ba tare da wani dalili mai ma'ana ba**

Masoyanmu waƙanda suke kusa da zukanmu

**Sannan mu fahimci cewa ba mu cimma nasarori
da yawa ba**

Ba mu iya shawo kan mummunan yanayi ba

**Duk da duk ƙoƙarin da muke yi na ganin mun
mayar da rayuwa yadda muke so ta kasance**

Wasu yanayi za su bayyana koyaushe a wannan matakin duniya

Kuma abubuwan da suka faru karkashin jagorancin tunani mai karfi wanda ba mu san komai game da shi ba

Yana aiki gaba daya ba tare da ra'ayinmu ba kuma zai yi aiki ba tare da la'akari da ra'ayinmu ba

Mafi kyawun abin da za mu iya yi shi ne yin aiki da kuma yin wasu gyare-gyare

Muna noman alkama muna yin fulawa

Amma wanene ya halicci zuri'ar farko?

Muna cin burodi ko shinkafa da aka yi da fulawa

Amma wa ya ba wa jikinmu ikon narkewar abinci?

Kuma ta yaya ake canza abinci zuwa abinci mai gina jiki?

A kowace kusurwa ta rayuwa

Da alama akwai hannun allahntaka mai mahimmanci

Ba za mu iya tafiyar da al'amuranmu ba tare da shi ba

Tare da duk tabbacin da muke da shi

Ba mu san lokacin da zuciya za ta daina aiki ba

Saboda haka wajibi ne a dogara da karfin hali

A kan mafi girman ikon allahntaka

Kuma dogaro da kawunanmu mafi girma

Tana fitowa daga wannan ikon gabaɗaya

Wanda muke da shi a matsayin misali

Dole ne mu sami imani ba tare da girman kai ba

Kuma a yi tafiya da aminci a kan hanyoyin rayuwa

Ba tare da tsoro ko rawar jiki ba

Ba tare da matsewa da tsarewa ba

Magance alerji

Cin galaba kan rashin hankali fasaha ce mai laushi, kuma sarrafa saurin amsawa yana da mahimmanci don haɓaka ɗabi'a mai daidaito da tsari.

Jin kai ya samo asali ne daga rashin fahimta, rikitarwar karancin daraja, girman kai mai yawa, da kuma girman kai mai yawa.

Idan mutum ya yi tunanin cewa an ji masa rauni, wannan tunanin yana shiga cikin zuciyarsa, yana tayar da jijiyyoyinsa, wanda daga nan sai ya zama mai tsanani kuma mai tawaye Fushi yana tashi a cikin zuciyarsa saboda motsin zuciyar da ya ji rauni. Duk da haka, wasu mutane suna da ikon sarrafa motsin zuciyarsu, don haka alamunsu na waje ba sa bayyana duk da tsananin fushin da ke cikinsu. Wasu kuma suna bayyana fushinsu ta hanyar martani nan take, wanda ke bayyana a cikin tsokoki na ido da fuskokinsu, da kuma ta hanyar martani mai kaifi, na baki.

Yawan motsin rai yana da mummunan sakamako; yana rikitar da lamarin kuma yana haifar da rashin kwanciyar hankali mara kyau wanda ke shafar wasu

Dole ne a yi kokari don nuna kamun kai da natsuwa, don habaka yanayi na fahimta da jituwa wanda ke habaka zaman lafiya maimakon tashin hankali da kuma kawar da hayakin damuwa. Waɗanda suka yi hakan za su mallaki makomarsu kuma waɗanda ke kewaye da su za su sami lada da godiya da girmamawa.

Yawan jin haushi wani hali ne da yawancin mutane ke da shi, kuma idan wannan motsin rai mara hankali ya tashi, yana makantar da hankali kuma yana boye idanun hikima. Mafi muni ma, mutumin da ke da yawan jin haushi yana ganin yana tunani, yana ji, kuma yana yin abubuwa daidai, alhali kuwa halayensa na iya zama ba daidai ba!

Mutane da yawa suna ganin ya kamata su tausaya wa kansu idan aka yi musu suka, kuma tausayin kai yana ba su sauki. Amma kamar masu shan miyagun

kwayoyi, gwargwadon yadda suke shan su, haka jarabarsu ke karuwa.

Mutum mai hankali yakan sha wahala ba tare da wani dalili ba Sau da yawa, babu wanda ya san musababin wahalarsu ko kuma yanayin kukansu, wanda ke haifar da karuwar bakin ciki a cikin kebewar da suka yi wa kansu. Babu abin da za a iya cimmawa ta hanyar yin tunani a hankali kan abin da suke dauka a matsayin cin zarafi ko suka.

Zai fi kyau a kawar da abubuwan da ke haifar da irin wannan rashin jin daɗi ta hanyar nazarin gaskiya da kuma kunna ikon sarrafa kai.

Wannan nau'in rashin lafiyar jiki mara kyau yana da mummunan sakamako; yana cinye zuciya kamar wuta kuma yana lalata kyallen zaman lafiya. Saboda haka, dole ne a magance shi da hikima, da hankali, da kuma da himma mai karfi.

'Yanci daga rauni

Hanya mafi kyau don kawar da rauni

Ba yana tunanin hakan ba

In ba haka ba, ra'ayin rauni zai ratsa cikin sani ya mamaye ikon rai

Idan muka kawo haske a cikinmu

Duhu zai watse kamar ba a taba wanzuwa ba

Wannan ra'ayin yana kawo min kwarin gwiwa mai ban mamaki

Lokacin da aka gabatar da haske

Zuwa kogo wanda duhu ya mamaye tsawon dubban shekaru

Duhu zai bace nan take

**Hakazalika, rauni yana bacewa, kuma tare da su,
kurakurai suna bacewa**

**Idan muka bar hasken Allah ya shiga cikin
saninmu**

Duhu na jahilci ba zai iya wanzuwa ba

**Wannan ita ce falsafar da ya kamata mu rayu da
ita**

Jinkiri ba shi da amfani

Tayar rayuwa ba ta tsayawa

Kuma kwanakin rayuwa suna wucewa da sauri

**Kowace minti muna yin tunani a sarari kuma
muna yin aiki da hikima**

**Zuba jari ne mai nasara kuma mai riba a fannin
farin cikinmu**

**Mutane da yawa suna rayuwa duk tsawon
rayuwarsu**

Tunanin kudi, jima'i, da shahara

**Ba kasafai suke mai da hankali kan muhimman
abubuwa ba**

Wanda ke kawo musu kwanciyar hankali

**Kuma su kara wayar da kan jama'a zuwa manyan
matakai**

**Komai irin rawar da mutum ke takawa cikin
tawali'u**

**Ana daukarsa a matsayin mai nasara a gaban
Allah**

Da ya san yadda zai yi amfani da lokacinsa da hikima

Yana shiryar da tunaninsa zuwa ga hanya madaidaiciya

Lokacin da hasken Allah ya haskaka ga mutum

Ba ya jin yana bukaratar komai

Saboda farin cikin da ya mamaye shi

Yana cika dukkan burinsa

Kuma yana sa shi jin zurfin ciki

Shi ne mafi arziki a cikin masu arziki kuma mafi farin ciki a cikin masu farin ciki

A cikin wannan rayuwar

Ramin Haske

Wanda ya farkar da sani na ruhaniya

Da ra'ayoyi masu haske

Ayyukan agaji

Kyakkyawan ji

Zurfin tunani

Yana iya jin kamar yana fita daga jiki

Lokaci ya yi da za a tashi na karshe

Ta hanyar idon ruhaniya

Yoga yana yin atisaye a lokacin zamansa a duniya

Gani a Ramin Ido na Ruhaniya

A layin rabawa

Tsakanin abu da ruhi

Zai iya barin Duniya a lokacin

Shiga wannan ramin da aka haskaka

Kuma canjin daga wannan duniyar

Zuwa ga sararin Allah mara iyaka

Inda haske yake

Kuma farin ciki

Salama

cikakken 'yanci

Fitilar jiki ita ce ido (na ruhaniya)

Idan idonka ɗaya ne

Sannan dukkan jikinka zai cika da haske

**{ Haske kuma yana haskakawa cikin duhu, duhun
kuma bai san shi ba }**

son kai

Altruism shine jin bakin cikin wasu

Kuma don kusantar su da kuma yin magana da su

Muna kokarin jajanta musu da gaske game da

rashin da suka yi

Kuma mu yi farin ciki da farin cikinsu

Muna aiki gwargwadon iyawarmu

Don kare su daga tsoro, bukatu, da damuwa

Wadanda ke aiki don faranta wa wasu rai

**Allah Ya ba shi jin dadin rayuwa ta zahiri da ta
hankali**

Kuma idan ya rasa wani abu a cikin neman

wadanda yake kokarin taimaka musu

Bai d'auki hakan a matsayin asara ba saboda yana samun wani abu a madadinsa.

Yardar Allah da kwanciyar hankali

Yana rayuwa don kauna, yin aiki, da kuma bayarwa

Yana shuka irin alheri da zaman lafiya a fagen d'an adam

Tunaninsa da yadda yake ji sun wuce duniyarsa ta sirri

Sanin sa yana faɗaɗa kuma tausayinsa yana karuwa

Yana jin cewa duniya ita ce gidansa kuma d'an adam ita ce iyalinsa

Ya fahimci cewa dalilin wanzuwarsa a wannan duniyar

Dole ne ya gyara kansa kafin ya yi kokarin gyara wasu

Domin waɗanda suka inganta kansu suna taimaka wa wasu

Domin gyara kansu ta hanyar misalin rayuwarsa Ayyuka suna da tasiri mai zurfi da kuma tasiri mai zurfi

A cikin tunanin wasu, daga kalmomin

Wanene ke da ruhin son kai?

Ba ya aiki bisa ga kayyadadden kididdiga da tsammanin da aka yi

Maimakon haka, yana amfani da basirarsa da kuma hikimarsa mai kyau

Yana ci gaba da taimaka wa kansa da wasu

Ina godiya ga Allah bisa nasarar da ya samu

Kuma idan ya gaza sau d'aya ko sau da yawa

Bai ji karaya ba, sai dai ya kara jajircewa

Ya ninka kokarinsa sannan ya sake gwadawa

Binciken sabbin ra'ayoyi da tashoshi

An shirya da shi ta hanyar hasken hankali

Da taimakon Allah

Har sai ya cimma burinsa

Yana cimma burinsa mai kyau

Hasken Gabas-Yamma

Daga koyarwar mai hikima Paramhansa

Yogananda

Shiri da kuma

Tunani karfi ne, kamar wutar lantarki

yanayin tunani

Yana komawa ga tunani da kuma hanyar tunani

Wutar lantarki tana da amfani kuma tana da illa

To wa ya san yadda zai yi da shi?

Yana sanya shi a hidimarsa

In ba haka ba, zai iya kashe shi da wuta

Kuma haka ma na yi tunani

Idan an shiriyar da shi ta hanyoyi madaidaiciya

Yana kawo farin ciki ga mai shi

In ba haka ba, zai kawo masa matsala

Tunani kamar doki ne na daji

Duk da haka, sarrafa shi ba zai yiwu ba

Tunani mai kyau hanya ce ɗaya ta sarrafa

tunaninka

Tunani mai kyau aboki ne na kud da kud

Kuma hankali mara lafiya makiyi ne na dindindin

Tunani mai kyau yana jawo zaman lafiya da tsaro

Kuma hankalin da ba shi da lafiya yana harba

kibiyoyi masu mutuwa

Yana mayar da martani ga mai shi sau biyu

Don haka maganar cewa, lada iri ɗaya ce da aikin

Muddin mutum ya aika da kyawawan niyya

Ra'ayoyinsa za su zama fitilu

Haskaka ɗakunan rai

Kuma ku fitar da tarin duhu

Sai ya ji wani irin sauƙi

Idanunsa sun yi haske da murmushin gamsuwa!

**Rayuwa kamar nika ce da ke nika
Kwayoyin gwaji da gwaje-gwaje masu amfani
Don yin burodi daga gare ta
Kamar hanya ce mai karkacewa
A gefensa akwai furanni masu kyau
malam buɗe ido masu haske
Da bishiyoyi masu 'ya'yan itatuwa masu daɗi a
rassansu**

**Duk da haka, ba kasafai muke tsayawa ba
Bari mu ji daɗin ganinsa mu kuma ji daɗin
daɗinsa**

**A gaskiya ma, sau da yawa muna kan fil da allurai
Don samun damar shiga wurare masu faɗi
Muna tsammanin yana da kyawawan ra'ayoyi fiye
da abin da muka gani**

**Amma yayin da muke tafiya a hankali
Game da hanyoyi masu fure da albarka
Mun sami bishiyoyi inda akwai duhu a cikinsu
Fiye da sabo kawai
Sai furanni suka bace
Kuma tare da shi, malam buɗe ido da 'ya'yan
itatuwa**

**Sai muka tsinci kanmu a cikin hamada mara
amfani**

**Rayuwar ɗan adam kamar ruwan teku ce
Wanda aka tsarkake kuma ya zama mai daɗi
Sai lokacin da ka hau sama zuwa sama yanayi
Kamar mafarkin safe ne
Yana kara haske da tsufa
Dalili kuwa shine abubuwa suna bayyana a sarari
kuma sun fi bayyana**

**Kamar tafiya ce da yanayin ke canzawa yayin da
aka rufe nisan da ke tsakanin**

**Sai yanayin ya canza yayin da muke kusantarsa,
da sauransu**

**Rayuwa ba ta kunyata masu hikima ba
Domin suna sarrafa shi da kyau kuma suna jin
daɗinsa**

**Ba tare da barin ta mamaye su ba ta kuma hana
su 'yancinsu**

**Misali, suna jin daɗin ruwa
Suna sha shi suna wanka a ciki, amma ba sa barin
kansu su nutse a ciki**

**Suna jin daɗin tufafin da suke so
Ba tare da bin ka'idodi da ka'idodi da ake ɗauka a
matsayin na zahiri ba,**

**Suna jin daɗin cin abinci ba tare da barin cin
abinci ya cinne su ba**

**Domin yawan cin abinci yana rage kuzari
Kuma yana lalata fahimta
Kuma zai lalata ta gaba ɗaya
Saboda haka, ya kamata mutum ya ji daɗin
rayuwa**

**Amma ba tare da gajiyyar da hankali ta hanyar
nutsewa ba**

**yin mu'amala da wasu
Yarjejeniyarsu ba ta nufin komai ba
Ko kuma sadaukar da manufofi don amfanin su
Domin wannan hanyar sulhu ba ta da kyau
Bai dace da gaskiya ba
Masu gyara da manyan mutane ba su yarda ba
Da mutane da yawa a kusa da su
Duk da haka, sun riƙe manufarsu
Domin sun fahimci abin da suke yi
Wannan yayi daidai kwarai da gaske
Bai kamata a yi watsi da ka'idar ba
Kuma ba tare da amfani da wasu dalilai na boye
don cimma wani takamaiman manufa ba
Domin hakan bai dace da mutanen da ke da
ra'ayin mazan jiya ba**

Wa zai iya rayuwa ta hanyar da za ta faranta wa Allah rai?

**Kada ku cutar da wasu, domin ba su da abin tsoro
Da farko dai, dole ne mutum ya kasance cikin jituwa da Allah**

**Sannan da lamiri, sannan kuma da mutane
Amma idan wannan hanyar ba ta gamsar da wasu ba**

Ya isa mutum ya kasance cikin kwanciyar hankali a cikin kansa

**Yana jin kwanciyar hankali na ciki wanda ke sa shi ba tare da yardar mutane ba
maganadisu ta ruhaniya**

Ana kiran karfin rai da sha'awarsa ta komawa ga Allah maganadisu ta ruhaniya, kuma da wannan maganadisu rai yana jawo albarka, rawar jiki mai girma, da duk kyawawan abubuwan da ɗan adam ke fuskanta waɗanda ke tunatar da shi nagarta da adalci.

Magana ta ruhaniya ita ce ikon da mutum ke jawo hankalinsa da kuma kawo wa kansa abokai nagari, abubuwa masu mahimmanci da mahimmanci, da kuma ilimin abubuwa masu fahimta.

Wannan ikon ya samo asali ne daga ikon maganadisu mai ban sha'awa da kuma jan hankali na Allah

Kyandir na Zaman Lafiya

Ɗauki tukunyar tunani

Cika shi da kwanciyar hankalinka

Ɗauki kwalban ji na

Cika shi da rahamarka

Ɗauki kwandon raina mara komai

Cika shi da 'ya'yan hikimarka

Zuba ruwan kaunarka a cikin raina

Zan zuba shi a cikin kofunan rai mai kishirwa

**Rushe ganuwar girman kai
Ka nutsar da ni cikin cikakken kasancewarka
Hasken alfijir na soyayya
Bari ya leka daga budewar zuciyata
Yana tunatar da ni hasken rana na kaunarka
Yaduwa a sararin samaniyar rayuwata
Hasken kaunarki ya haskaka
A kaina, kuma an haskaka shi
Haskenka ya cika sararin ruhaniya ta
Kai ne rayuwar da ke rike jikina
Kuma tunanin da ke zaburar da tunani na
Kuma hikimar da ke kawar da jahilcina
Ina kunna kyandir mai siririn kaunata
Don karanta littafin zinare
An kiyaye ni a cikina tun zamanin da
Soyayyarki ta kasance kuma har yanzu tana nan
Kyandir din zaman lafiya da ba a gani
Wanda ke kore duhu kuma yana nuna min
sakonninku**

Shafin yanar gizo yana kan shafukan zukata
Sabuwar Duniya: #Paramhansa Yogananda

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

Idan ka gwada imaninka na ruhaniya, sabuwar duniya za ta buɗe, Kokarin kai yana da mahimmanci ga sanin Allah. Kuna iya jin zurfin addini, kuma hankalinku zai iya gamsuwa da hakan. Amma sai dai idan zuciyarku ta gamsu cewa ana amsa addu'o'inku kai tsaye, babu wani tsari na addini da zai iya ceton ku. Ko da yake samun amsar Allah na iya zama da wahala, yana yiwuwa Don tabbatar da cewa kun isa Sama da gaske, dole ne ku gwada ikon addu'o'inku don ku iya kunna su. A matsayina na yaro, na kuduri aniyar cewa za a amsa addu'o'ina duk lokacin da na juya ga Allah cikin addu'a. Wannan kudurin da ba ya

canzawa shine hanya. Sannan kowace gwaji za ta zo ta raunana kudurin ku kuma ta gurgunta nufin ku, amma ikon Allah na amsawa ba shi da iyaka. Kokari mai dforewa da ci gaba da amfani da karfin zuciya zai kawo amsar Allah.

Yana da mahimmanci a koyi hanyar da ta dace don mayar da hankali kan hankali Haka kuma yana da mahimmanci a sami isasshen lokaci don kadaici da tunani na sirri Hulfar da ke ci gaba da gudana da wasu yana hana ci gaban ruhaniya Yawancin mutane suna kama da soso; suna shan komai daga gare ku, kuma ba kasafai kuke samun komai ba a madadin haka. Hakika, yana da amfani a kasance tare da wasu wadanda suke da gaskiya da karfi a ruhaniya. Idan kowane mutum ya san karfi, gaskiya, da kuma nufin wani, ana iya raba kyawawan halaye na ruhaniya a tsakaninsu.

Bai kamata a bata lokaci akan kananan abubuwa ba Mutane da yawa suna shagaltuwa da abubuwa marasa amfani, kuma idan ka tambayi dayansu abin da yake yi, zai amsa, "Na kasance ina aiki koyaushe!" Amma da kyar suke iya tunawa da komai game da wannan "aikin"! Bugu da kari, yawan nishaɗi da nishaɗi suna raunana hankali Idan kana kallon fina-finai kowace rana, za su rasa sha'awarsu kuma za ka gaji. Fina-finai iri ɗaya ne, tare da ayyuka daban-daban: masoya, kasada, jarumai, miyagu, da sauransu. Za mu iya jin daɗin kallon labarin fim, amma rayuwa ba ta da yawa haka. A gefe guda kuma, idan rayuwa ta kasance mai gaskiya, wa zai so ya ga karin abubuwan da suka faru a rayuwa kamar yadda suke lokacin da suke hutawa?

Rayuwa tana da matukar yaudara, kuma dole ne mu kusanci ta kamar haka Idan ba mu shawo kan yaudara da ruɗani da farko ba, ba za mu iya taimaka wa wani ba. A cikin kaɗaici na tunani mai mai da hankali akwai masana'antar duk manyan nasarori. Ka tuna da wannan. A cikin wannan masana'anta mai ban mamaki, ci gaba da saka tsarin nufinka don shawo kan kowace matsala mai adawa. Horar da kuma inganta nufinka koyaushe. Kuna da damammaki marasa iyaka don yin aiki a wannan masana'anta dare da rana, matukar ba ku bata lokacinku da kuzarinku ba.

Da daddare, ina janyewa daga bukatun duniya na zama ni kaɗai da kaina, nesa da duniya, cikin kaɗaici na ruhaniya tare da nufina. A can, ina jagorantar tunanina zuwa ga alkiblar da nake so kuma ina yanke shawara a cikin kaina. Sannan, ina karfafa niyyata ta shiga cikin ayyukan da suka dace da amfani waɗanda ke kawo mini nasara. Ta wannan hanyar, na yi amfani da nufina yadda ya kamata sau da yawa. Amma ana samun wannan ne kawai ta hanyar amfani da nufin akai-akai.

Abin mamaki ne yadda za ka iya faɗin da kuma tabbatar da cewa, "Nufina, wanda aka cika shi da nufin duniya, zai cimma abin da nake so!" Idan ka zama mai gamsuwa ka kuma miƙa komai ga nufin Allah ba tare da amfani da nufinka ba, wanda Allah ya ba ka, ba za ka sami sakamakon da ake so ba Ikon Allah yana son taimaka maka da kansa Babu buƙatar roko ko roko; maimakon haka, dole ne ka yi amfani da nufinka don roko da buƙata - a matsayin magaji na gaskiya - kuma ka yi aiki daidai Dole ne ka kawar da tunanin cewa Allah, cikin ikonsa da ikonsa mai girma, yana nesa kuma yana boye a cikin mafi nisa na sama,

kuma kai kadai ne a cikin damuwa da wahalhalun wannan duniya. Ka tuna cewa nufin Allah yana bayan nufin ɗan adam, amma wannan iko mai girma, kamar teku mara iyaka, ba zai zo gare ka ba sai dai idan hankalinka a buɗe yake kuma zuciyarka tana karɓa.

Jin tsoro: dalilansa da maganinsa

Jin tsoro wata cuta ce da za a iya shawo kanta da wani magani na musamman da ake kira natsuwa. Rashin daidaito a cikin tunaninmu wanda ke haifar da cututtukan jijiyyoyi yana faruwa ne ta hanyar yanayin ci gaba da motsa jiki ko kuma yawan motsa ji. Nitsar da kai cikin damuwa, tsoro, fushi, baƙin ciki, nadama, hassada, baƙin ciki, kiyayya, fushi, damuwa, da rashin abubuwan da ake buƙata don rayuwa ta yau da kullun, mai daɗi - kamar abinci mai kyau, motsa jiki mai kyau, iska mai kyau, hasken rana, aiki mai dacewa, da kuma manufa mai ma'ana a rayuwa - duk suna ba da gudummawa ga cututtukan jijiyyoyi.

Duk wani motsi mai karfi ko na ci gaba da motsa jiki, tunani, ko jiki yana haifar da babban damuwa kuma yana kawo cikas ga daidaiton kwararar kuzarin rai ta cikin hankula biyar da kuma kwarewarsu. Idan kun haɗa fitilar haske mai watt 50 zuwa tushen wutar lantarki mai volt 2,000, kwan fitilar za ta kone. Hakazalika, ba a tsara tsarin juyayi don jure wa karfin barna na motsin rai mai tsanani ko tunani da ji mara kyau da suka ci gaba ba.

Tsoro ba matsala ba ce mai sauƙi. Makiyi ne mai karfi, mai matsaloli masu tsanani da sakamako masu yawa. A zahiri, yana da wuya a warkar da duk wata cuta da tsoro ya kara ta'azzara. A ruhaniya, rashin daidaiton kuzari mai mahimmanci a jiki yana sa

hankali ko zurfin tunani don cimma zaman lafiya da hikima ya yi matuƙar wahala.

Abin farin ciki, damuwa tana da magani. Mutumin da ke fama da wannan yanayin dole ne ya shirya don yin nazarin yanayinsa da kuma kawar da motsin rai masu barna da kuma mummunan tunani da ke cinye su a hankali. Binciken matsalolin mutum da kuma kiyaye nutsuwa a kowane yanayi na iya magance yawancin matsalolin tsoro.

Idan muka fahimci cewa iyawar da muke bukata—ko na tunani, magana, ji, ko aiki—duk sun fito ne daga Allah, kuma yana tare da mu koyaushe, yana ba mu kwarin gwiwa da kuma shiryar da mu, muna samun 'yanci nan take daga damuwa ta tunani. Tare da wannan fahimta, akwai walƙiyar farin ciki mai tsarki, kuma wani lokacin haske mai zurfi yana mamaye rayuwarmu, yana kawar da tunanin tsoro nan take.

Ikon Allah kamar teku ne, yana hawowa da kuma girgiza, yana ratsa zuciya a cikin tsari mai tsabta, yana kawar da dukkan cikas na shakku, tsoro, da tsoro.

Mutane sau da yawa suna ganin cewa su jiki ne kawai na zahiri, amma wannan ruɗani ne da za a iya shawo kansa ta hanyar haɗawa da yanayin ruhaniyarsu ta hanyar yin bimbini. Sannan, za su fahimci cewa jiki ba komai ba ne illa kumfa na aiki da ke shawagi a kan babban teku na sararin samaniya.

Mutumin da ke fama da damuwa dole ne ya fahimci yanayinsa kuma ya yi nazari kan kurakuran fahimta da ke ci gaba da haifar da rashin jituwa da jituwa da rayuwar da ke kewaye da shi. Idan mutum mai damuwa ya yarda, ko da sau ɗaya kawai, cewa rashin lafiyarsa ba ta da ban mamaki ba ce, amma sakamakon halaye na mutum ne, ya riga ya sami rabin maganin!

Jin daɗi yana kawo cikas ga daidaiton tsarin jijiyyoyi ta hanyar aika kuzari mai yawa zuwa wani bangare na jiki da kuma hana sauran sassan rabonsu na yau da kullun.

Wannan rashin daidaito a rarraba makamashi ga jijiyyoyi shine dalilin da yasa ake jin tsoro. Mutum mai natsuwa yana guje wa tashin hankali domin ya san cewa Allah ne ke tafiyar da rayuwa da al'amuranta, kuma yana sane da cewa (tsoro yana yanke jijiyyoyin), yana kokarin kasancewa cikin natsuwa ta fuskar tunani, don haka yana iya fuskantar yanayi da yanayi na rayuwa cikin natsuwa saboda karfin jijiyyoyinsa suna daidaita.

Yayin da yake rike da tunani mai kaifi da rashin damuwa, yana 'yantar da kansa daga ruɗani na rayuwa kuma yana tashi sama da farin cikin da abubuwan da ke da daɗi ke kawowa. Dangane da jarabawa marasa daɗi, yana kokari kada ya bari su dame shi ko su hana shi kwanciyar hankalinsa. Wannan shine burin da dole ne mu yi kokari mu cimma.

Tsarin jijiyyoyi yana samar da makamashi mai mahimmanci ga kwakwalwa, zuciya, da sauran gabobi. Haka kuma yana rarraba makamashi ga gabobi biyar: gani, ji, taɓawa, ɗanɗani, da kamshi. Jijiyyoyi sune hanyar da muke sadarwa da duniyar da ke kewaye da mu kuma sune tushen duk amsoshin motsin zuciyarmu. Saboda haka, yana da mahimmanci a kiyaye yanayin daidaito mai kyau a cikin tsarin jijiyyoyinmu, a guji mamaye wani bangare na jiki da yawan kuzari yayin da ake hana wasu sassan rabonsu na wannan muhimmin abinci. Daidaito a rayuwa da cimma burin da ya dace ba a cimma su ta hanyar damuwa ko tashin hankali ba, sai dai ta hanyar natsuwa da imani mai zurfi ga Allah.

Yogis suna da hanyoyi na musamman waɗanda zasu iya farfaɗo da kyallen da aka kone ta hanyar aika kuzarin da ke cikin jijiyyoyin da suka lalace kaɗan. Kowace kwayar halitta da kyallen da ke cikin tsarin jijiyyoyi tsari ne mai rai da wayo. Wannan karfin rai ko kuzari yana da ikon sabunta wannan tsari akai-akai, kamar caji batirin da ya lalace.

Akwai nau'ikan tsoro guda biyu: na tunani da na inji, ko kuma na sama da na halitta

Fushi a fannin tunani shine nau'in da ya fi yawa, wanda ke faruwa sakamakon sha'awar tunani ko tashin hankali. Nutsewa cikin wannan yanayi, gami da hulɗa da mutanen da ba sa bin ka'ida waɗanda ba sa amfana daga abota ko kuma ba da gudummawa ga wani abu mai kyau, da kuma halaye marasa kyau game da abinci mai gina jiki da salon rayuwa, duk suna wakiltar yanayin rashin jin daɗi.

Ya kamata abinci ya kasance mai sauƙi, mai daidaito, kuma ba a ci shi da yawa ba. Motsa jiki ya kamata ya kasance akai-akai. Yawan barci yana rage jijiyyoyi, yayin da rashin isasshen barci yana da illa. Amma mafi mahimmancin abin la'akari shine zaɓar aboki a hankali da hikima. Faɗa mini game da abokan mutum, kuma zan gaya muku game da wannan mutumin. Masu yi wa mutane fatan alheri da masu son zuciya ba su da wani taimako. Ya kamata mu nemi al'umma mai kyau - mutanen da ke gaya mana gaskiya kuma suna taimaka mana mu girma. Abokai mafi kyau su ne waɗanda ke ba da shawarar hanyoyin da za mu iya amfani da su da abubuwan da ya kamata mu yi don canza rayuwarmu zuwa mafi kyau.

Suka mai tsanani, wadda aka yi da mugunta da rashin tausayi, kamar bugun wani a kai ne da guduma, yayin da soyayya ta fi karfi da amfani. Shawarwarin da aka bayar tare da kauna da fahimta

sunu da ikon yin abubuwan al'ajabi, yayin da suka mai zafi ba su kai wani amfani ba.

Mutum zai iya yin hukunci ga wasu ne kawai idan ya tsarkake yanayinsa kuma ya kawar da duhun jahilcinsa da hasken ilimi. Har sai sun kai wannan matakin, ya fi kyau su yi nazari kan kansu su gyara fahimtarsu maimakon su soki wasu da zaginsu.

Hulɗa da mutane masu hikima masu halin natsuwa yana ɗaya daga cikin hanyoyi mafi sauri kuma mafi inganci don kawar da tsoro da kuma gano asalin ruhaniyarmu.

Bai kamata masu jin tsoro su yi ta haɗuwa da sauran mutane masu jin tsoro kamar su ba

Dole ne a gina kwanciyar hankali ta ciki don shawo kan tsoro Mutum mai natsuwa a dabi'ance yana kiyaye natsuwar sa kuma yana kasancewa cikin kwanciyar hankali a kowane yanayi. Ba sa barin motsin rai ya sarrafa su ya kai su ga yanke shawara mara kyau. Ba sa ruɗe su da kalmomi masu laushi da masu amfani da dama ke amfani da su don samun fa'idodi marasa amfani. Saboda natsuwar su ta halitta, ba kasafai suke fadawa cikin mummunan yanayi da yaudara ba. Hakika, zuciyarsu tana bayyana ainihin yanayin waɗanda suke mu'amala da su kuma tana bayyana manufofinsu daidai gwargwado. Ba sa guba jikinsu da fushi da tsoro, wanda ke shafar zagayawar jinsu. Gaskiya ce tabbatacciya cewa madarar uwa mai fushi na iya yin tasiri mai cutarwa ga ɗanta. Kuma akwai shaidu da yawa cewa motsin rai mai tsanani yana da ikon lalata jiki da lalata shi.

Daidaito abu ne mai kyau kuma ya kamata ya zama tushen yadda muke ji, tunani, da ayyukanmu, da kuma yanayin da rayuwarmu ke juyawa a kai.

Manyan rayuka suna kiyaye natsuwar su da kwanciyar hankali, wanda ke taimaka musu su shawo

kan jarabawa da wahalhalun rayuwa ba tare da rasa hankali ko daidaito ba

Allah yana nan a ko'ina, yana sarrafa duniyoyi kuma yana jagorantar taurari a cikin sararin samaniya marasa iyaka. Kuma ɗan adam, wanda aka halitta cikin siffarsa, shi ma yana da ikon gudanar da rayuwarsa da daidaita ayyukansa ba tare da damuwa ko damuwa ba.

Ya kamata mu rika aika wa wasu ra'ayoyin soyayya, alheri, da zaman lafiya koyaushe

A cikin tsarin tunani, inda hasken fahimta ke haskakawa a kan bagadin rai koyaushe, babu damuwa, babu tashin hankali, babu tsoro, sai dai natsuwa, kwanciyar hankali, amincewa da kai, da farin ciki na gaske.

Salam alaikum barka da warhaka

Lokacin da aka yi gargadi game da shiru

Lokacin da aka yi gargadi game da shiru

Idan na yi alkawarin yin shiru

Domin in ci gaba da kasancewa cikin jituwa da kaunataccena

Ina hutawa a hannunsa, wanda ya mamaye sararin samaniya mai faɗi

Zan ci gaba da sauraron wakokinsa

Da kuma wakokin zaman lafiya da jin daɗi

Ganin boyayyun abubuwan kallo da bayyanannun abubuwa masu tsarki da wahayi ga Mai Ilimi

Amma ba zan manta da ke ba

Zan lura da kai a hankali da kuma a hankali

Kana tafiya a sama da ni a cikin ciyawa, a cikin ciyayi na duniya

Ko kuma za ka gan ni ina bunkasa a kan reshe, kore da ganyen inabi

Zan kula da ke da tausayi irin na zuciya mai kauna da uwa mai tausayi

Ta cikin jajayen furanni, an cika su da jituwa

Wannan yana kawo muku farin ciki, farin ciki, da kuma kwanciyar hankali

Zan rungume ka in kuma shafa ka da iska mai laushi

Domin in cece ku daga tsoro da kuma inuwar damuwa

Kuma ina lulluƙe ku a cikin hasken rana, ina motsa ku da ɗumi da kusanci

Lokacin da kaɗaici ya shigo tare da rawar jiki har zuwa tsakiya

Idan ka kalli teku, za ka gan ni a cikin zurfinta

Ɗaya tare da Ubangijina a sararin sama da Kogin Nilu na tanti

Yana ɗauke da kwayar halitta mai haske da kuma lapis lazuli mai daraja

Tabbas ba zan yi magana ba sai dai daga zuciya mai hankali

Kuma daga zurfin zuciyata, idan na so, zan zagi ko zargi

Saboda ƙaunarki, zan shawo kanki, kuma da zuciya mai cike da sha'awa

Watakila kana sha'awar wanda ake bautawa da sha'awa
irin ta mace mai juna biyu

Zan jarabce ku, amma da jaraba mai kyau

Domin jin dadin kaunar Ubangiji, tushen sha'awa

Ka manta da ni idan kana so, amma kada ka manta da
Mai rahama

Idan na kwana ina tunaninka, za ka tuna da ni

Duk lokacin!

Babban burin dan adam

Jagora Paramhansa Yogananda

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

Furanni da wardi suna da kyau da haske, amma a
bayansu akwai lambu mai kyau da kyau wanda ba za a iya
misaltawa ba. Duk da cewa wannan lambun yana da
cikakken haske kuma yana da wahalar fahimta da farko,
idan za ku iya shiga cikin yanayin ruhaniya ta hanyar kofar
ido na ruhaniya, za ku iya bincika wannan duniyar ta zahiri
kuma ku ji dadin abubuwan al'ajabinta.

Ina zaune a cikin wannan duniyar mai laushi inda halaye
masu kyau da tunani masu taushi da taushi suka fi kowace
fure ta duniya ko fure mai dadi da kamshi. A can, kudan
zumar zuciyata tana ci gaba da shan ruwan inabin
kasancewar Allah.

Idan muka mayar da hankalinmu zuwa ciki, kuma muka
rayu a cikin wannan duniyar da ke boye a cikinmu, za mu ga
cewa halayenmu na ruhaniya suna daukar siffofi na
musamman waɗanda ke aiki a matsayin tagogi waɗanda
muke ganin zaƙin Allah wanda ya fi gaban bayani da tunani.

Neman Allah ba ya takaita ga tunani kawai ba. Kowanne kyakkyawan hali da kuma kyawawan halaye da muke nunawa a cikin tunaninmu da ayyukanmu zai zama wani boyayyen ruhin kasancewar Allah a cikinmu, idan saninmu ya yi zurfi sosai.

Idan muka ratsa ta kofar ido ta ruhaniya, muna ganin a cikinmu masana'antar ayyuka masu mahimmanci, masu hankali, waɗanda aka boye a bayan dukkan sararin samaniya. Domin ba ma mayar da hankalinmu zuwa ciki, muna tsaye cikin mamaki da mamaki a gaban alamun da hatimin ruhun allahntaka a cikin yanayi. Muna ganin samfuran Allah; Sunansa mai tsarki an rubuta shi a kan furanni, a cikin sammai, da cikin komai, duk da haka ya yi shiru.

A matsayinmu na ɗan adam, muna da sa'a kwarai domin, a cikin dukkan halittun Allah, mutum ne kawai ke da baiwa da baiwa ta zahiri, ta hankali, da ta ruhaniya da ake bukata don nemanSa, nemanSa, saninSa, da kuma fahimtar harshenSa... harshen shiru

Ya fi amfani ga mutum ya karanta littattafai da labarai masu amfani maimakon bata lokaci akan ayyukan da ba su da amfani Ko da karatu ya fi girma shine tunani game da Allah, tunani game da girmansa, da kokarin fahimtar asirai marasa iyaka na rayuwa.

Manufar rayuwa ita ce mutum ya san kansa, ya ji yanayin sararin samaniya yana bugawa a cikin zuciyarsa, yana gudana a cikin jijiyyoyinsa, kuma yana cika kasancewarsa da kwanciyar hankali, kauna, farin ciki, da natsuwa kuma wannan shine babban nasara!

A matsayinmu na ɗan adam, muna samun babban ci gaba ta hanyar ikon tunani

Ya kamata a ware wasu lokaci kowace rana don haɓaka kwarewar tunani Karatu mai amfani ya fi muhimmanci fiye da ci gaba da shiga cikin ayyukan da ba su da amfani. Ya kamata a kuma kafa jadawalin yau da kullun mai ma'ana don tabbatar da tsari da tsari. Duk da haka, sarrafa lokaci fiye da kima wani nau'i ne na tauri kuma ya kamata a guji shi.

Daidaito yana da mahimmanci a kowane fanni na rayuwa. Ana ba da shawarar a ajiye kayan karatu masu amfani a shirye kuma a karanta su a lokacin hutu. Mafi mahimmancin waɗannan kayan sune littattafan ruhaniya, sai kuma ayyukan kimiyya, wasu tarihi, falsafa, adabi mai mahimmanci, tarihin rayuwar manyan mutane, tarihin tafiya, da duk wani abu da zai iya faɗaɗa fahimtar mutum da kuma samar da wahayi mai zurfi.

Littattafai na iya zama abokan aminci, kuma zaɓar zaɓi mai inganci zai samar da karin fa'idodi Da farko, fahimtar ainihin koyarwar ruhaniya da ra'ayoyin manyan masu tunani na iya zama da wahala, amma bayan ɗan lokaci, za ku ga kuna tunani a kan rubuce-rubucensu kuma kuna shiga cikin tunaninsu. Za ku ji kun sami wani abu mai mahimmanci, domin duk waɗannan mutane masu hikima sun jawo hikimarsu da iliminsu daga taskar hikimar Allah marar iyaka —ra'ayoyin da kila ba ku taɓa la'akari da su ba a rayuwarku.

Duk da haka, akwai mutane da yawa waɗanda ke karatu akai-akai amma ba za su iya ba ku wani abu mai amfani ba. Hanya mafi kyau ta karanta littafi ita ce yin tunani a kan abubuwan da ke ciki da kuma ganin yadda za su iya amfani da su a rayuwarku. Da hankali, bai kamata ku yarda da duk abin da kuka karanta ba tare da makanta ba. Abin da kuka karanta ya kamata ya ciyar da hankalinku kuma ya gamsar da tunaninku. Don ku cancanci karantawa, littattafai ya

kamata su motsa tunaninku, sannan za ku ji tunaninku yana girma da faɗaɗawa.

ilimi kai tsaye

Wadanda ba sa karatu ko yin bimbini, amma suna rayuwa a saman duniya ba tare da manufa da ma'ana ba, ba sa koyon zurfin fahimta kuma ba sa samun takamaiman ilimi. Haɗin kai yana kawo mu cikin daidaito da ikon allahntaka wanda ke wahaza tunaninmu kuma yana haskaka zukatanmu da hasken wahayi mafi girma. Bimbini shine hanyar isa ga mafi girman kai. Mutane suna zaluntar kansu idan ba su yi karatu ba, amma bimbini ya fi karatu kyau.

Ina son karatu, amma da kyar nake iya karanta shafuka biyu kafin a kira ni in kula da wani abu daban. Saboda haka, na maye gurbin karatu da tunani. Yayin da nake zurfafa cikin zurfin raina, haske mai haske ya bayyana, kuma babban farin ciki ya bayyana - farin ciki da ke tare da ni a duk tsawon yini. Wannan shine abin da na fuskanta a rayuwata, kuma abin da duk wadanda ke magana da Ubangiji Mai Albarka suke fuskanta a cikin raɗawar rai da sha'awar zuciya.

Lokaci yana da matuƙar muhimmanci da ba za a bata ba. Allah yana so mu daidaita. Duk wanda ya bar rayuwarsa ta yi rashin daidaito, za a hukunta shi da dokar duniya. Idan kana rayuwa cikin sauƙi, kana motsa jiki kowace rana, kana karanta littattafai masu amfani da amfani, kuma kana gina dabi'ar yin tunani game da Allah kowace rana, hankalinka zai yi rawa da farin ciki, kwararar ruwa mai mahimmanci za ta ratsa jininka, kuma kwayoyin jikinka za su cika da sauƙi da kuzari da ba ka taɓa gani ba. Kuma za ka sami duk ilimin da kake nema daga ruhun da ke cikinka.

Wannan shine rayuwata koyaushe Ban karanta littattafai ashirin ba cikin shekaru ashirin ba. Ba na alfahari da shi,

kuma ba don sanin ruhi na allahntaka da na samu ta hanyar bimbini ba, da na zama jahilai gaba daya. Lokacin da na duba littafi, sai na ga cewa gaskiyar da ke cikinsa ta riga ta bayyana mini daga Allah. Duk ra'ayoyi da gaskiya masu daya kaka sun fito ne daga Allah, Mai Duka. Idan ka yi bimbini a kansu, za ka sami hikimarsa kai tsaye. Saboda haka, karanta littattafai masu kyau ya fi bata lokaci akan abubuwan da ba su da amfani, kuma har ma fiye da karatu, bimbini da haɓaka wayar da kan jama'a game da Gaskiya Mai Tsarki, wanda shine Allah.

Dokar Duniya da Juyin Halittar Sani

A zamani da wurare daban-daban, ɗan adam ya samo ra'ayoyi da yawa game da rayuwa da rai ta hanyar dalili. Misali, lokacin da wani ɗan kabilar da ba ta da hankali ya kamu da ciwon kai, iyalinsa sun yi imanin cewa ransa ya tsere daga jikinsa, don haka suka kira likitan sihiri don ya dawo masa da rai. Likitan ya je daji yana neman rai, ya same shi, ya dawo da shi tare da shi a cikin akwati, ya mayar da shi cikin kan majiyyaci, kuma ciwon kai ya bace bisa ga imani da ya mamaye.

A wata al'ada, ana yin "atishawar" mara lafiya ta hanyar sanya kugiya (karfe masu lankwasa masu kaifi) a jikinsa don kada ransa ya fita lokacin da ya yi atishawa, amma kugiya ta kama shi!

Kamar yadda wasu mutane suka cimma matsaya mara kyau game da tunanin ɗan adam saboda rashin tunani, wasu kuma - ta hanyar fahimta ta gaskiya - sun sami fahimta daban, mai zurfi, kuma mai kyau. Mun san cewa rai ba numfashi ba ne saboda wasu mutane sun kasance cikin suma na tsawon lokaci ba tare da numfashi ba, yana nuna cewa rai ba za a iya iyakance shi ga numfashi ba. Rai yana wuce numfashi da kowace irin yanayi ta zahiri.

Ko mutum ya yarda cewa shi ruhi ne ko a'a, dokar duniya har yanzu tana tilasta masa bayyana yanayin ruhaniyarsa Ko da kuwa aikinsu ko matsayinsu a rayuwa, saninsu yana girma kuma yana faɗaɗa duk lokacin da suka yi amfani da basirarsu ta hanyar kirkira da fa'ida. Kowane aiki mai ginawa yana ba da gudummawa ga ci gaban ɗan adam kuma yana faɗaɗa fahimtarsu.

Amma mutane sau da yawa suna tunanin wani abu daban yayin da suke yin wani abu, kuma ba su san hanyar da ta dace ta mai da hankali kan abin da suke yi ba. Dole ne mu koyi yin tunani game da abu ɗaya a lokaci guda da karfin tunaninmu. Dole ne cikakken hankalinmu ya kasance kan wannan abu ɗaya kawai. Bai kamata mutum ya zama mai kasala, mara sha'awa, ko kuma mai amsawa ba. Yin abubuwa cikin kasala da rashin kulawa yana haifar da asarar kuzari, sakamakon haka, ga gazawa da rashin farin ciki.

Bai kamata mutum ya zama kawai injin tunani mai ci gaba da rayuwa ba, kamar dabba da ke aiki bisa ga ilhami. Babban kuskure ne rashin farkawa da kunna tunanin mutum. Allah ya ba mu waɗannan ikon kuma yana so mu yi amfani da su da hikima kuma mu kasance masu cikakken sani da sanin duk abin da muke yi.

Dole ne kuma mu yi tunani sosai kafin mu ɗauki kowane mataki mu kuma yi amfani da hankalinmu ta hanyoyin da za su taimaka mana mu girma da kuma fahimtar haɗin kanmu mai mahimmanci da Mahalicci Maɗaukaki Duk abin da za mu yi ya kamata ya dogara ne akan tunani mai kyau da tsari mai kyau

Wajibi ne ɗan adam ya yi kofari don cimma manufofi masu kyau. Hankali ga abubuwa marasa amfani da marasa amfani shine zubar da kuzarin tunani mara amfani. Dole ne a cire ciyayi a cikin lambun tunani a kawata su da furannin kaunar Allah, don ya jawo hankalin Allah mai kyau wanda ke

son kyau. Idan kuna son wannan lambun ilimi ya ci gaba da fure da bunkasa a cikin kasan hikima, dole ne ku saukafa rayuwa kuma ku 'yantar da ita daga rikitarwa. Ta hanyar cimma komai da hankali da tunani mai mai da hankali, ba tare da bata lokaci ba, za ku iya bincika ayyukanku, zaɓar abin da yake da mahimmanci da mahimmanci da kuma watsi da abin da yake na waje da ba dole ba. Da zarar an kammala aiki, za a iya janye hankali daga gare shi a yi amfani da shi don bin wasu burin kirƙira.

Dole ne ɗan adam ya koyi yadda zai gina fahimtarsa game da allahntaka, domin a wannan dalili ne aka halicce su. An halicce su bisa ga dokokin juyin halitta domin su yi amfani da ikonsu na tsarki don su sami Allah. Dabbobi ba su da wannan ikon. Malami Lahiri Mahasaya yana aiki a kan kimiyya don taimaka wa dabbobi su bunkasa cikin sauri, amma bai rayu don kammala shi ba. Ni ma ina da ilimin wasu hanyoyi don hanzarta juyin halittar kananan halittu. Amma fa game da miliyoyin mutane da ke rayuwa da kuma yin abubuwa kamar dabbobi? Suna rayuwa a wannan duniyar sannan su tafi ba tare da sun cika manufarsu ba. Za su iya cimma wannan manufar yanzu idan suka mai da hankali kan ikon tunaninsu kuma suka yi amfani da su daidai.

Ma'anar rayuwa kawai ita ce a sami Allah mai kauna da kirki. Dole ne mu same shi. Mutane suna nemansa koyaushe ba tare da gajiya ba.

"Wani abu" da suke fatan zai kawo musu cikakkiyar farin ciki mai ɗorewa

Amma waɗanda suka nemi Allah suka same shi, binciken ya ƙare domin Allah shine babban abu!

Yanayi yana boye kasancewar allahntaka

Me ya sa aka bai wa ɗan adam jaraba? Watakila domin su yi marmarin wannan babban halitta, mafi kyau da ban sha'awa fiye da kowace jaraba ta duniya. Tarkunan duniya da tarkuna da ke kewaye da ɗan adam a kowane gefe ba a yi su don su kama su ba, sai dai don karfafa su da kuma karfafa su su nemi abin da ke bayan haka, da kuma sa su yi tambaya: "Wa ya halicci duk waɗannan abubuwa? Wa ya halicce ni? Wanene ni? Ina kake, Ubangijina? Me ya sa ka boye mini? Ka yi magana da ni!"

Idan ka juya kai tsaye ga Allah da waɗannan tambayoyin, Yana amsa Yawancin mutane ba sa zurfafa cikin addu'o'insu a gare Shi, saboda haka ba sa samunSa ko kuma su same Shi

Dole ne mu yi magana da Allah daga zuciyar, a cikin haikalin rai. Almajirin da ke sha'awar ya kira shi, yana cewa:

"Ya Allahna, ba zan iya jure ganin kyawun da ka halitta kuma ka siffanta shi a cikin yanayi kawai ba, amma ina son ganin fuskarka, wadda ta fi dukkan furannin yanayi laushi kuma ta fi dukkan fuskokin duniya kyau. Ina so in fahimci abin da ke bayan yanayi."

Idan wani zai rufe fuskarsa da abin rufe fuska, za ka iya sanin cewa ɗan adam yana nan. Haka nan, yanayi kamar babban mayafi ne, wanda ya kumbura da kasancewar Allah. Allah yana nan a bayan mayafin yanayi da abin rufe fuska, amma ɗan adam yana kallon wani abu mai sauƙi, kuma bai fahimci kasancewar abin da ke boye a bayan labulen yanayi ba.

Idan na zauna cikin shiru, shiru, da tunani mai zurfi, ina jin rawar jiki a cikin rayuwata kuma ina jin Allah yana raɗa mini, "Ina nan"

Hankali da Allah ya ba mu shine kofar zuwa sama: kofar waje ta mulkinsa Amma mutane ba sa amfani da ita kamar yadda ya kamata Ba sai mun jira har sai mun bar wannan duniyar don amfani da hankalinmu don neman Allah ba. Lokaci ya yi, kuma wurin yana nan. Waɗanda ba sa amfani da hankalinsu don neman asirin rayuwa da sirrin rayuwa yayin da suke cikin wannan duniyar ba za su taɓa samun su a ko'ina ba.

Gano Kai Mai Ikon Allah

Akwai hanyoyi da dama na gano ruhun sararin samaniya ko kuma ikon allahntaka Shiru ɗaya ne daga cikinsu Lura da shiru yana nufin rufe duk wani sha'awa da ke kofarin shiga sani daga waje, wanda ke taimaka wa mai nema ya zurfafa cikin zuciyarsa ya kuma taɓa ainihin ruhinsa.

Wata hanya kuma ita ce ta hanyar kaunar Allah, ko kuma yin magana da Allah daga zuciya da sha'awa da gaskiya. Yin magana a takaice sannan a manta ba shi da amfani kuma ba ya kawo amsa ta Allah. Yana da wuya a sami Allah domin yawancin mutane ba su da sha'awar ruhaniya sosai, kuma har ma hanyoyin addu'a galibi ba su da tasiri saboda ba su da isasshen zurfi da gaskiya. Dole ne a maimaita addu'o'i da zurfi da himma har sai sun kai ga wani babban sani. Addu'ar da rai ke konewa da sha'awar Allah ita ce addu'ar nasara da tasiri. Dole ne ka yi addu'a ta wannan hanyar sau ɗaya, watakila lokacin da kake son wani abu da gaske, ko kuma kana cikin matsananciyar buƙatar kuɗi kuma ka kunna iska da sha'awarka. Wannan shine yadda ya kamata mu ji game da Allah. Dole ne mu yi magana da shi, sannan za mu same shi yana sauraronmu yana amsawa, domin Shi ne Mai Ji, Mai amsawa.

Yoga tana ɗaya daga cikin hanyoyin da suka fi tasiri don isa ga Allah da kuma haɗuwa da shi. Ya kunshi ayyuka da yawa na tunani waɗanda suka shafi kimiyya da tasiri.

Manyan masana na Indiya sun fahimci cewa dabaru suna nuna cewa akwai dokoki daidai da kuma takamaiman hanyoyin kusanci ga Allah, kamar yadda akwai dokoki daidai waɗanda Allah ke mulki da kuma kula da al'amuran duniya.

Malaman Indiya sun gano dokokin kimiyya na yoga ta hanyar juriyarsu da kuma amfani da karfin tunaninsu mai karfi Yoga zai zama ɗaya daga cikin mahimman kimiyyar gwaji a fannin binciken ruhaniya

Ya kamata kowa ya yi aiki da jituwa mai tsarki da Allah. Wannan shine abin da manyan mutane suka yi da almajiransu tsawon shekaru. Ba wai ina nan ne kawai don yin magana game da daɗin kasancewar allahntaka ba; babban burina shine in tabbatar da cewa wasu sun dandana shi. Ba na bata lokaci na. Duk abin da nake yi don Allah ne kawai kuma don girmama shi, ina nutsewa cikin tunaninsa har na manta da wucewar lokaci da gajiyyar ayyukana na yau da kullun. Ko da lokacin da nake aiki, ina jin kasancewarsa.

Ban rabu da Allah ba, ko da dakika ɗaya ma ban rabu da shi ba

Wannan shine yanayin da nake so kuma na yi aiki tukuru a kansa

Salam alaikum barka da warhaka

A Cikin Da'irar Ilimin Kai

Haikalin da Allah ya fi so shi ne haikalin kwanciyar hankali da natsuwa na ciki ga masu bauta masa, inda suke shiga don yin bimbini da tattaunawa, suna barin duniya da abubuwan da ke raba hankali marasa iyaka Lokacin da mutum ya kafa haikalin kyau da kwanciyar hankali na ruhaniya a cikinkansa, za su iya jin kasancewar Allah kuma

su ji kusancinsa In ba haka ba, ruɗani na duniya suna da yawa kuma koyaushe suna nan, kuma damuwarta tana cika zuciya.

Wani lokaci mutum yana jin karaya, yana tunanin cewa lokaci ya yi da za a nemi Allah. Amma littattafai suna gaya mana cewa idan mutum ya fahimci cewa wannan duniyar yaudara ce kuma mai ruɗi ce, kuma rai ne kawai madawwami kuma madawwami, to zai shiga duniya mafi kyau bayan tafiyarsa ta ƙarshe daga wannan duniyar, koda kuwa wannan fahimtar ta zo ne kawai da ɗan lokaci kafin mutuwa.

Kowannenmu zai iya fita daga wannan duniyar nan ba da jimawa ba, saboda haka dole ne mu fahimci manufar rayuwa. Babban manufar kwarewar ɗan adam a wannan duniyar ita ce a ƙarfafa mu mu nemi ma'anar rayuwa. Bai kamata mu yi mamakin wannan tafiya mai canzawa da ci gaba ta ɗan adam ba. Yayin da ayarin lokaci ke ci gaba da tafiyarsa, a ƙarshe za ku fahimci cewa ku ɓangare ne na Ɗaya, Maɗaukaki, Ku sanya sanin Allah ya zama burinku, kuma ku sani cewa bincike mai zurfi da gaskiya game da sirrin rayuwa zai cece ku matsaloli da yawa kuma ya cece ku daga tsoro daban-daban. Tsoron mutuwa, gazawa, matsaloli, da baƙin ciki yana tayar da babban firgici a cikin mutum. Lokacin da mutum ba zai iya taimakon kansa ba, kuma iyalinsa da abokansa ba za su iya ba su komai ba, yanke ƙauna ta mamaye shi, kuma duniya ta yi duhu a idanunsu. Amma babu buƙatar isa ga wannan yanayin. Idan suka yi tunanin Allah a duk rayuwarsu kuma suka ci gaba da hulɗa da Shi, za su same Shi kusa a lokutan wahala da kwanaki masu wahala.

Kafin wani ɗan adam ya kasance tare da mu, wa yake tare da mu? Allah Kuma idan muka bar wannan duniyar, wa zai kasance tare da mu? Allah ba wani ba Amma zai yi wuya

a gane shi to idan ba mu yi kokarin gane shi yanzu ba Idan ka nemi Allah da gaske da zurfi, za ka same shi, kuma tabbacinka cewa yana tare da kai koyaushe zai karfafa. Damuwa da rudu za su bar ka, kuma ba za a sake rufe ka ba.

Duk abin da ke wanzuwa jaraba ce ta jawo hankalin ɗan adam daga Allah Amma Allah ya fi kowace jaraba ta duniya kyau Idan za ka hango Shi, za ka fahimci wannan gaskiyar kuma ka sami damar samunsa ta hanyar addu'a, tunani na ruhaniya, da kuduri mai karfi. Dole ne kudurin neman Allah ya kasance mai karfi. Yana da wuya mutum ya san Allah matukar tunaninsa yana juyawa daga abu ɗaya zuwa wani kamar gashin fuka-fukai a cikin iska. Allah yana son ya zo gare mu, amma ba mu ba shi haɗin kai ba kuma ba mu yarda da Shi ba. Ɗan adam yana ganin yana da sauki ya nemi jin daɗi na ɗan lokaci da bata lokaci a kan nishaɗi, bukukuwa, da tarurrukan zamantakewa. Hakika, "Rayuwar wannan duniya ba komai ba ce, nishaɗi ne kawai, ado da alfahari, da gasa a cikin karuwar dukiya da yara."

Idan Allah ya roki abu ɗaya, kaunar ɗan adam ce Yana buga kofofin zukanmu a hankali, yana kiran mu zuwa gare Shi, amma yawancin mutane ba sa son dawowa Duk da haka, lokacin da duniya ta yi duhu a gaban idanunsu, kuma suka kama su cikin tarkon matsaloli ko kuma suka faɗa cikin rashin lafiya, suna gaggawar yin addu'a gare Shi da neman taimakonSa Duk wanda ya karfafa alakar jituwa da jituwa tsakanin su da Allah a lokutan farin ciki da wadata zai sami Allah a gefensa lokacin da suke buƙatarSa. Amma duk wanda ya jinkirta wajen karfafa wannan dangantaka ya la'anci kansa don fuskantar wahalhalunsa da kuma gwagwarmaya da jarabawarsu kaɗai har sai sun sami damar —da hikima da cikakkiyar miƙa wuya—su juya ga abokinsu na har abada su kuma buga kofarsa mai kyau.

Daga cikin tarin mutane, kaɗan ne kawai ke neman Allah da gaske. Ina waɗanda suka yi tunanin wannan duniya tasu ce shekaru ɗari biyu da suka wuce? Duk sun tafi, kuma wataƙila kaɗan ne kawai, waɗanda suka juya ga Allah suka san kansu, suka fahimci gaskiyar rayuwa. Duk da haka kowace tsara mai zuwa tana ɗaukar wannan rayuwar a matsayin gaskiya!

Amma an ruɗe su da ruɗi kamar su

(Kuma tsara bayan tsara ta ke faɗa!)

A lokacin zamanmu na ɗan lokaci a nan, ɗan adam yana ba da muhimmanci sosai ga wannan abin kallo Duk da haka, bai kamata mu shagaltu da shi da abubuwan da ba su da iyaka ba, domin idan muka yi haka, za mu nisanta kanmu daga Allah, wanda koyaushe yake ƙoƙari, ta hanyoyi da hanyoyi marasa iyaka, don ya jawo mu zuwa gare Shi daga tsananin damuwarsa gare mu da kuma ƙaunarsa mai girma a gare mu. Yana gabatar da mu da dukkan mu'ujizai da muke sha'awar gani: abubuwan al'ajabi na girma da kuma tsari mai kyau na yanayi. Yana bayan furanni da wardi, kuma duk wanda yake nemanSa da gaske zai same Shi. Masana kimiyyar halitta ba su isa ga abubuwan da suka gano ta hanyar addu'a ba, sai dai ta hanyar bin dokokin kimiyyar gwaji. Haka nan, duk wanda ya yi amfani da dokokin ruhaniya na kimiyya da gaske zai sami Allah a gefensa ta atomatik. Lokaci ya yi da ɗan adam zai buɗe idanunsa na ruhaniya ya fahimci cewa neman Allah yana buƙatar himma mara misaltuwa da kuma kiyaye dokokinsa da kyau.

Kasashe daban-daban sun ƙware a fannoni daban-daban na fasaha da kimiyya. Indiya ta ƙware a fannin kimiyya na sanin Allah, amma duk da wannan gaskiyar, akwai masu yaudara da yawa har ma a Indiya, don haka ya zama dole a bambance tsakanin jabun da na gaske.

Dole ne a daidaita tsakanin ilimin ruhaniya da kimiyyar halitta Ba tare da wannan daidaito ba, mutane da al'ummomi za su yi tuntube a cikin wahala da halaka Idan shugabannin duniyar zamani suka sami wayewar ruhaniya kuma suka yi aiki tare, za su iya kawar da yaƙi da talauci daga duniya cikin 'yan shekaru Sanin ruhaniya yana nufin gane kasancewar allahntaka a cikin kai da kuma a cikin duk sauran halittu masu rai Wannan sani kawai zai iya ceton duniya, kuma ba tare da shi ba, ban ga wani bege na zaman lafiya Bari ɗan adam ya fara da kansa Lokaci yana da tamani da ba za a bata ba Aiki yana tilasta mana mu yi rawar da za mu taka wajen kawo mulkin Allah zuwa duniya

Mutane da yawa suna jinkirin neman Allah, suna tsoron cewa rayuwa za ta zama duhu da baƙin ciki, ba tare da kyau da farin ciki ba. Amma akasin haka gaskiya ne! Farin cikin da waɗanda suka san Allah da gaske suke samu cikin cikakkiyar jituwa da Shi ya fi karfin magana. Ina cikin farin ciki na ruhaniya dare da rana. Wannan farin ciki shine Allah, kuma saninSa yana nufin boye dukkan baƙin ciki da binne su ba tare da nadama ba.

Allah bai roki mutum ya yi baƙin ciki, ya yi baƙin ciki, ya zama barawo, ko ya yi fushi ba. Wannan ba shine fahimtar Allah daidai ba, kuma ba ita ce hanya madaidaiciya ta samun tagomashinSa ba. Yawan zaman lafiya da mutum ke samu, yawan jin kasancewar Allah. Yawan farin cikin mutum, yawan zaman lafiya da Allah. Waɗanda suka san Allah suna farin ciki domin Allah shine tushen babban farin ciki.

Mutane suna ƙoƙarin samun farin ciki a cikin barasa, jima'i, da kuɗi, amma shafukan tarihi cike suke da labaran begensu da suka ruguje da kuma mafarkan da ba su cika ba

Lokacin da na yi a cikin bimbini ya sa rayuwata ta zama mai albarka. Kwalaben giya dubu ba za su iya haifar da farin cikin da na samu ta hanyar bimbini ba. A cikin wannan farin

ciki akwai jagora da hikima ta Allah. Lokacin da mutum ya yi daidai da Allah, ko da ya yi kuskure ba da gangan ba, zai san yadda zai gyara kuskurensa, kuma idan ya bayyana ra'ayi mara kyau, Allah zai shirya da shi cikin kauna kuma ya gyara shi.

Jira ya isa! Duk wanda ya ji ko ya karanta waƙannan kalmomin ya san ina faɗin gaskiya. Idan na nuna dukkan ikon da Allah ya ba ni, mutane za su yi tururuwa zuwa gare ni ba don kaunar Allah ba, sai don mu'ujizai. Amma ba ni da sha'awar irin wannan almajiri na waje. Ya kamata a jawo su ba ta hanyar iko ba, sai dai ta hanyar kaunar Allah, kuma wannan shine manufar rayuwata.

Da ban san Allah ba, da ban yi magana ta wannan hanyar ba. Kowa zai iya saninSa idan suna so. Ba na koƙarin jawo hankalin mutane ta hanyar jan hankalin motsin zuciyarsu, amma ina magana da tunaninsu, ina magance tunaninsu da fahimtarsu. Makaho imani ba shi da amfani. Dole ne mutum ya kunna ikon fahimtar da Allah ya ba shi kuma kada ya karɓi abubuwa a zahiri. Madadin haka, dole ne su fahimci dalilai, tasirinsu, da kuma tunanin da ke bayan sha'awarsu ta ruhaniya da ayyukansu. Da ina da baki dubu, da zan yi amfani da su duka don yin magana game da Allah da mahimmancin komawa gare Shi da kuma saninSa.

Mutum bai san abin da ya rasa ba ta hanyar rasa sanin Allah, domin bai taɓa saninsa da gaske ba! Kuma da zarar ya haɗu da Shi, babu wani iko na duniya da zai iya juya shi baya. Burina kawai shi ne in bai wa masu neman gaskiya hangen nesa game da Allah, domin ganin haskensa da kuma jin daɗinsa ya fi duk taskokin duniya da ɗaukakarsa. Sanin Allah ya fi duk wani jin daɗin duniya. Kuma idan mutum ya sami taskar taskar, duk muradun zuciyarsa za su cika. Hakika, Allah ya cika dukkan buri na, mafarkina, da buri na.

Ba na kofarin neman abubuwa yanzu domin suna zuwa mini koyaushe. Lokacin da Allah ya ba ka kansa, zai cika duk bukatunka. Ba za ka bukaci ka roki wani abu ba a lokacin domin duk abin da kake so zai kasance a hannunka. Amma da farko, dole ne mu tabbatar wa Allah cewa muna son Shi fiye da duk baiwar da Ya ba mu.

Allah yana kira gare mu kuma yana son mu koma gare Shi Manyan malamai su ne majagaba wadanda idan aka bi su, za su ba mu damar amfana daga iliminsu da gogewarsu, wanda hakan zai saukaka mana mu fayyace manufarmu da kuma isa ga aminci Kamar yadda mutum zai iya zama babban malami ta hanyar koyo daga babban malami, haka nan ma mai nema zai iya zama dafa daga cikin manyan halittun ruhaniya ta hanyar samun ilimi da hikima daga malami wanda ke da ilimin Allah.

Gawayi ba ya karɓar ko nuna hasken rana, amma lu'u-lu'u yana yi. Haka nan, zukan da suka taurare saboda shakku, rashin tausayi, da rashin son rai na ruhaniya ba za su iya karɓar hasken allahntaka ba. Zuciyar da ke kama da lu'u-lu'u, duk da haka, cike da gaskiya, imani, juriya, da kuduri na gaske, za su iya karɓar hasken sanin allahntaka kuma su nuna hikima mai tsarki.

Ga yawancin mutane, addini al'ada ce ta iyali, fa'ida ta zamantakewa, ko kuma al'ada da ke da alaƙa da dabi'a da dabi'a. Ba su da fahimtar ainihin ma'anar addini da mahimmancinsa.

Wadanda ba sa neman Allah a matsayin babban abin da ake bukata a rayuwa ba su fahimci ma'anar addini ba Me yasa dukkan mutane ke kofarin neman kuɗi? Domin suna dafarsa da muhimmanci don jin dafinsu da walwalarsu Ba sa buƙatar wani ya koya musu wannan gaskiyar da ke bayyana kanta domin sun san ta sosai Me yasa, to, yawancin mutane ba sa fahimtar wajibcin sanin Allah? Domin ba su da

cikakkiyar fahimta da na gani a farkon rayuwata cewa amsoshin tauhidi ga wasu tambayoyi ba za su iya kawo cikakkiyar gamsuwa ga rai ba sai an gwada gaskiyarsu ta hanyar ilimi kai tsaye da gogewa

Misali, lokacin da na rasa mahaifiyata tun ina karama kuma sauran kaunatatuna suka rasu daya bayan daya, an haifi tawaye a boye game da rayuwa a cikina, kuma babu wanda zai iya ta'azantar da ni ko ya bayyana gaskiyar rayuwa da mutuwa A karshe, na yanke shawarar cewa zan sami amsar da kaina ta hanyar kokarina Kuma na yi wa kaina alkawarin: "Ba zan karɓi komai ba a makance, amma zan sami amsar daga Mahalicci kuma Ubangijin wannan duniya"

Kai tsaye na roki Allah ya bayyana mini asirin rayuwa wanda babu wanda zai iya yi mini bayani akai.

Na yi mamakin dalilin da yasa ake haihuwar wasu mutane matalauta wasu kuma masu arziki, wasu makafi wasu kuma lafiyayyu, yayin da wasu ba za su iya warware wannan sirrin da ya yi kama da ya saba wa adalci da rahamar Allah ba. A karshe, Allah ya shirya da ni zuwa ga wasu malamai masu haske na ruhaniya waɗanda suka sami yanayin haɗin kai na Allah kuma suka sami amsoshi masu gamsarwa ga asirin rayuwa ta hanyar iliminsu na ciki. A can, na sami amsoshi masu gamsarwa ga duk tambayoyina da kuma bayanai masu gamsarwa ga duk tambayoyina.

Akwai masu tsattsauran ra'ayi na addini da yawa a wannan duniyar. Wasu suna da fahimtar addini ne kawai, kuma idan aka sarrafa motsin zuciyarsu, sai su zama masu ban tsoro na addini. Amma sha'awar motsin rai tana yanke alaƙar mutum da Allah kuma tana boye fahimtar ruhaniyarsa.

Mutane masu motsin rai koyaushe suna buƙatar wani abu da zai motsa musu ji da kuma kunna sha'awarsu ta ruhaniya. Idan ka yi magana da hankali da hankali, za su rasa sha'awar ci gaba da tattaunawar kuma su ga kalmominka suna da ban sha'awa da ban haushi. Amma sarrafa motsin zuciyar wasu nau'i ne na yaudara, cin mutuncin hankali ga mutane, da boye gaskiya ta ruhaniya daga gare su.

A lokaci guda kuma, akwai kuma masu tsattsauran ra'ayi na addini waɗanda ke da sha'awar ilimi waɗanda ke jin daɗin zurfafa bincike a kan ilimin tauhidi ko falsafa daban-daban, suna yaudarar kansu da yarda cewa suna da ilimi mai tsarki fiye da na motsin rai amma na ilimi wani nau'i ne na "raunana," ko kuma wani nau'in yaudarar tunani wanda ba ya ba mai nema abin da yake so, amma kawai yana cin nasara wajen kunna motsin zuciyarsa da kuma motsa ji.

Masu kishin addini ba su da zurfin fahimtar addini; sau da yawa suna yin akuya a kan abubuwan da ba su fahimta ba da kuma tasirin da ba su taɓa fuskanta a rayuwarsu ba. Idan ka yi musu tambaya ta ruhaniya, suna gaggawar faɗin karin magana ko nassosi, suna tsammanin za ka tsaya a nan saboda ba su da ikon yin tattaunawa mai natsuwa, mai ma'ana, da ma'ana. Ba kari ba ne a ce su kawai masu magana ne na ruhaniya marasa komai, kuma yin mu'amala da su banza ne domin sun gamsu cewa sun san komai daga farko zuwa karshe, daga A zuwa Z.

Masu tsattsauran ra'ayi na addini sun tabbata cewa sai dai idan ka yi imani da wata hanya, makomarka halaka ce.

Malami mai ilimi ba ya koyarwa ta wannan hanyar. Yana gabatar da ra'ayinsa kuma yana goyon bayan hujjojinsa da shaida. Addini ya kamata ya biya bukatunmu na ruhaniya kuma ya cika sha'awarmu ba da kalmomi ba, amma da

hujjar da ba za a iya musantawa ba. Ban taba son in yi taurin kai har ba zan iya amfani da hankalina in kunna fahimtata ba. Lokacin da na haɗu da malamina, Sri Yukteswar, ya gaya mini:

"Akwai malamai da yawa da za su roke ka ka yi imani bayan sun makantar da hankalinka kuma suka umarce ka da ka bi tunaninsu ba tare da wani abu ba, amma ina so ka ci gaba da idanun zuciyarka a buɗe, ban da haka, zan buɗe maka wani ido, idon hikima."

Sri Yuktsuwar ya ba ni koyarwa wadda zan iya gane gaskiyarta da kaina. Shi ya sa na hau wannan hanyar, wadda babu wanda zai iya motsa ni ko ya batar da ni.

Wani kuma mai tsauri shi ne mai sassaucin ra'ayi wanda ke bin komai kuma ba ya bin komai!

Domin yana ɗaukar kansa a matsayin mai buɗe ido da kuma mai faɗin tunani, ya ce, "Duk hanyoyin ruhaniya suna da kyau, don haka ba zan ɗaure ni da kowace daga cikinsu ba" Amma tare da girmamawa ga dukkan hanyoyin ruhaniya da imani na addini, bai kamata mutum ya zama malam buɗe ido na ruhaniya yana motsawa da tashi a kowace hanya ba.

Dole ne a guji ra'ayin sassaucin ra'ayi na karya da kuma makauniyar tsattsauran ra'ayi, kuma dole ne a rungumi hikima domin a yi nasara a ayyukan ruhaniya da kuma gano manufar rayuwa.

Duk wani kokari da mutum ya yi wa Allah zai lura da shi. Amma sai dai idan mutum ya bi hanyar zuwa ga Allah bisa ga kyakkyawan tunani, ci gaban ruhaniyarsa zai yi jinkiri. Masu neman gaskiya za su sami wasu ilimi, amma waɗanda suka yi imani da kuma yin addu'a ta hanyar makanta za su iya yin rayuwa da yawa kafin su isa ga Allah.

Bincika har sai ka sami hanyar da ta dace da motsin zuciyarka da tunaninka, kuma ka dage kan wannan hanyar. Ka bincika duk abin da ka karanta ka koya a hankali, kuma kada ka yarda da wani malami ko koyarwa ba tare da ka gwada su ba.

Mai yin kayan ado zai iya bambance tsakanin kayan ado na gaske da na jabu. Haka nan, malamin ruhaniya na gaske zai iya bambance tsakanin masu neman gaskiya da kuma mutane masu son sani kawai. Wasu suna karɓar koyarwar ruhaniya amma ba sa amfani da su a rayuwarsu. Duk da haka, ainihin fa'idar kowace koyarwa ta ruhaniya tana cikin shan ruhinsa da kuma amfani da fannoninsa na aiki a rayuwar yau da kullum. Magana game da abinci ko kuma kawai ganin sa ba ya gamsar da yunwa. Dole ne mutum mai jin yunwa ya ci har sai ya gamsu. Kamar yadda ake cewa, "Wanda ya ci da hakoransa yana amfanar kansa"

Dole ne a fara koya wa masu neman ruhaniya su san Allah. Mayar da hankali kan kuɗi ko lafiya da farko abu ne mai ɗauke hankali daga burin. Gaskiya ne cewa komai daga Allah yake, amma waɗanda suka fara bin wasu abubuwa za su ji iyakokin waɗannan abubuwan, ko da kuwa su ne mafi wadata da lafiya. Malamin ruhaniya mai kwarewa kuma mai ilimi ya san kuma yana kaunar Allah, kuma sha'awarsu ga Allah ta fi duk wasu sha'awa.

Wani mai wa'azi ya yi koƙarin shawo kaina in karɓi jagorancin ruhaniyarsa, yana yi mini alkawarin samun mabiya da yawa sakamakon haka. Amma tayinsa bai burge ni ba domin manufara ɗaya tilo ita ce Allah, ba don tara mabiya ba. Malamai na gaskiya koyaushe za su yi koƙarin cusa maka sha'awar sanin Allah; ba za su taɓa kai ka ga mutuwa ba.

Babban ginshikin addini shine jituwa da Allah. Bai kamata wuraren ibada su zama wuraren nishaɗi, rawa, nuna

fina-finai, ko tarurrukan jama'a akai-akai ba. Waɗannan ayyukan nishaɗi suna ɗauke hankalin mutane daga Allah. Ya kamata a ajiye nishaɗi a waje da wuraren ibada, wanda mutane ya kamata su ziyarta don manufa ɗaya kawai: don haɗuwa da Allah. Jin kasancewar allahntaka a wuraren ibada shine babban burin ziyartar waɗannan wurare masu tsarki da wurare masu tsarki. Wannan shine abin da na yi imani da shi da zuciya ɗaya kuma abin da na rayu da shi.

Idan da zan gaya muku game da wani 'ya'yan itace mai ban mamaki da na gano kuma in bayyana muku shi da kyau kowace rana tsawon shekara guda ba tare da kun taɓa barin ku ɗanɗana shi ba, ba za ku gamsu da kimarsa ba. Haka nan, kawai jin wa'azi da laccoci game da gaskiya ba zai iya gamsar da yunwar rai ba. Waɗanda suka gamsu da ji ba tare da koƙarin sanin Allah ba suna samun gamsuwa ta karya kawai. Dole ne mutum ya ji yunwa mai yawa ga Allah, yana nemansa da gaske da gaske. Manufar laccoci, wa'azi, da laccoci ita ce ta farfado da sha'awar ruhaniya ga Allah a cikin rai.

Lokaci zuwa lokaci, ina haɗuwa da wani wanda nake jin sha'awar Allah a cikinsa Amma sanin Allah ya fi haka girma! Mai neman Allah da gaske wani lokaci yana ganin dukkan sararin samaniya cike da haskensa—abin mamaki ne kuma abin mamaki! Amma wannan ba zai faru da dare ɗaya ba Sanin Allah yana buƙatar yin aiki na tsawon lokaci da kuma ci gaba da waɗannan hanyoyi da hanyoyin ruhaniya waɗanda ke kai ga sanin Allah.

Sha'awar farin ciki ita ce mafi karfi a cikin dukkan sha'awa. Farin ciki na gaskiya da ɗorewa ana samunsa ne kawai a cikin Allah. Lokacin da ka gano kasancewarsa, kana cike da farin ciki mai yawa, farin ciki da ba za ka iya samu a ko'ina ko a cikin wani abu ba, Malamina, Sri Yuktiswar, ya gaya mini:

Lokacin da farin cikinka a cikin tunani da jituwa ta ruhaniya ya wuce duk sauran farin ciki, ka sami Allah. Idan aka ba ka duniya gaba ɗaya, ba za ka san yadda za ka magance ta ba; za ka ji nauyi da damuwa akai-akai game da komai. Idan ka san rayuwar sarakuna, shugabanni, sarakuna, da shahararrun mutane na duniya, za ka ga cewa ba su da natsuwa da fushi, rakuman wahala suna kokawa da su kuma iskar damuwa ta mamaye su daga kowane gefe. Sun yi kwanakinsu kamar 'yan tsana a hannun kaddara. Amma wanda ya haɗu da Hasken Duniya mutum ne mai farin ciki da gaske. Ko da ba su da komai, suna da komai saboda suna da farin ciki. Wanda ya haɗu da Allah ba ya jin tsoron komai domin Allah yana zaune a cikin zuciyarsa, kuma zuciyar da Allah yake zaune a ciki ba ta da tsoro da damuwa.

Duk wuraren ibada suna da manufa, kuma shi ya sa nake kaunarsu duka Lokacin da suka zama wuraren zumunci na gaske da Allah, suna cika babban aikinsu. Waɗannan wurare ya kamata su zama kamar buhunan zuma cike da zumar ilimin Allah, kuma a nan ne muhimmancinsu da darajarsu yake. Allah yana son zukata masu gaskiya waɗanda suka sadaukar da kansu gare Shi gaba ɗaya, kuma zai ziyarci waɗannan zukatan ko da masu su suna bauta a waje a karkashin sararin samaniya. Lokacin da mutane suka taru don yin ibada, ya kamata su yi hakan saboda kaunar Allah da sha'awar jin kasancewarsa. Masu neman gaskiya ba su gamsu da akida ba, taurin kai, da girman kai na tauhidi. Abin da ke da muhimmanci a gare su shine hanya mai tasiri ta haɗi da kuma isa ga Allah.

Idan mutum ya kaunaci Allah da dukkan halittarsa, dukkan ayyukansa za su dogara ne akan gaskiya, kuma kaunarsa ga Allah ba za ta bar shi ya ci zarafin mutane ko ya yaudari su don son kansu ba.

Komai zurfin duhun, haske yana kore shi lokacin da aka kunna shi. Idan muka haskaka fitilar kaunar Allah a cikinmu, duhun jahilci zai bace. Kimiyyar yoga ta ruhaniya tana taimaka wa mai nema ya mai da hankali kan Allah da kuma mayar da kaunar zuciyarsa zuwa gare Shi. Hakanan yana ba da hanyar kimiyya da aka tabbatar don ba wa mai nema damar cimma jituwa mai tsarki da ake bukata don kaunar Allah gaba daya.

Allah ya ba mu ikon kaunar iyalinmu da abokanmu, kuma ya kamata mu yi amfani da wannan damar don kaunarsa kamar yadda muke kaunar mutanenmu mafi kauna a wannan duniyar. Ya kamata mutum ya iya cewa, "Ina son ka, Ubangiji, kamar yadda uba yake kaunar dānsa, kamar yadda masoyi yake kaunar kaunataccensa, kamar yadda aboki yake kaunar abokinsa Ina son ka domin kai ne tushen dukkan kauna da dukkan alherin da ke akwai, kuma saboda kai ne mahaifina, mahaifiyata, abokina, ubangijina, kaunataccena, da duk abin da ke wanzuwa a gare ni"

Idan mutum yana kaunar Allah da gaske daga zuciya, yana jin wannan kaunar a gare shi dare da rana.

Mutane da yawa suna kiranka "mafi soyuwata" ko "abokina na kud da kud" a yau, sai kawai su bar ka gobe saboda dalili daya ko wata. Wannan ba soyayya ba ce. Waɗanda zukaƙansu suka cika da Allah ba za su iya cutar da kowa ba. Lokacin da kake kaunar Allah ba tare da wani sharadi ba, Yana cika zuciyarka da tsantsar kaunarsa ga kowa. Wannan soyayya ta fi karfin kowace harshe na ɗan adam don bayyanawa.

Mutum ba zai iya kaunar Allah da zuciya ɗaya ba sai dai idan ya san kansa. Wannan ilimin kai wani lokaci yana faruwa ba tare da saninsa ba a lokacin barci mai zurfi lokacin da mutum ya san kansa a matsayin ruhu. Amma kuma ana iya samunsa ta hanyar tunani. Lokacin da mutum ya san

kansa a matsayin ruhu, ya gano kasancewar Allah a cikin. Hasken wata ba a bayyane yake a cikin ruwa mai duhu ko mai girgiza ba, amma lokacin da saman ruwa ya natsu kuma ya bayyana, hoton wata ya bayyana daidai. Wannan kuma gaskiya ne ga tunani: lokacin da hankali ya kasance cikin natsuwa, kuna ganin fuskar ranku kamar wata a sarari, domin rayuka suna nuna Allah. Lokacin da muka zana—ta hanyar tunani—tunanin da ke cikin tafkin tunani, muna ganin kanmu a matsayin cikakken haske na ruhun Allah, kuma mun fahimci cewa rai da Allah ɗaya ne.

Yoga kuma tana koya mana yadda ake jawo kuzari da sani daga jiki da kuma jagorantar su zuwa ga tushensu, wanda shine Allah. Hakanan yana koya mana yadda ake tsara da kuma canza ikon rayuwa daga sanin jiki zuwa sanin Allah.

Idan mutum ya yi addu'a ga Allah, hankalinsa da hankalinsa ya kamata su kasance a gare Shi gaba ɗaya, ba tare da tunanin wani abu ba a waɗannan lokutan Allah ya san tunaninmu, kuma ya kamata mu ci gaba da tunaninmu a gare Shi yayin bimbini da addu'a. Idan tunaninmu ya fara yawo—wanda shine yanayinsu—ya kamata mu mayar da su zuwa ga mai da hankali da tunani akai-akai. Lokacin da na yi addu'a ga Allah, hankalina ya kan kafe a gare Shi. Idan ka gina wannan ikon mai da hankali mai natsuwa, za ka ga cewa wata rana, komai yawan aikin da kake yi, rana da dare za su shuɗe tare da tunaninka cikin Allah.

Dole ne mu kuma kaunaci wasu da gaske. Matsakaicin mutum ba shi da ikon yin irin wannan soyayya domin an takaita shi ga karamin girman kansa, don haka ba su fahimci cewa Allah yana zaune a cikinsu ba, kuma a cikin dukkan sauran halittu, ina son mutane, kuma ina yi musu daidai domin dukkansu wahayi ne na Allah, ba zan iya ɗaukar kowa a matsayin bako a gare ni ba, domin na san cewa dukkanmu

ɓangare ne na ruhu ɗaya na Allah. Lokacin da ka fahimci ainihin ma'anar addini, wato sanin Allah, za ka fahimci cewa Shi ne mafi girman kanka, kuma yana wanzu daidai ba tare da son zuciya ba a cikin dukkan halittarsa. Sannan za ka iya kaunar kowa a matsayin mafi girman kanka.

Ba na neman jawo hankalin mabiya, domin ba shine manufar rayuwata ba. Babu wani bambanci a gare ni ko ɗaruruwa ko dubbai sun halarci laccocina ko kujerun sun kasance babu komai. A gaskiya, ina fifita yan tsirarun masu imani na gaskiya fiye da ɗaruruwan masu son sani amma marasa gaskiya. Manufara kawai ita ce in taimaka wa mutane su san kansu. Lokacin da mutane suka fahimci cewa sanin Allah aiki ne mai tsarki da kuma gata ta ruhaniya, za mu shaida sabuwar wayewar duniya. Littattafai, wa'azi, da laccoci ba za su kara isa su gamsar da mai neman wanda yake sha'awar jin kasancewar Allah ba. Amma idan suka fahimci gaskiya, za su san rayuwa da abin da take a zahiri.

Dole ne mu yi amfani da gaskiyar da muka ji da kuma karantawa domin kada su zama ra'ayoyi kawai amma su zama tabbatattun tabbatattun hujjoji. Karanta Littattafai Masu Tsarki ya kamata ya tada sha'awar sanin Allah a cikin mai neman ruhaniya. Amma babu wani madadin zurfafa tunani don cimma wannan babban burin.

Abin da ake buƙata da gaske shine kwarewar ruhaniya Jima'i na Allah ne kawai zai iya kawar da babban gundura da ke tasowa daga rashin manufa a rayuwa Kwarewa ta ruhaniya gaskiya ce kuma ana iya cimma ta ta hanyar tunani na yau da kullun. Yana yiwuwa a san Allah ta hanyar tunani. Kuma idan ka fuskanci kasancewarsa, shakku za su bace, girgijen jahilci zai bace, kuma za ka ji zaman lafiya da ba ka taɓa sani ba a da, domin zaman lafiya ta Allah ba ta misaltuwa.

Lokaci ya yi da mutane za su gano gaskiya da kansu Abin da nake gaya muku, ku ma za ku iya gano idan kuna so Waɗannan koyarwar na iya zama kamar falsafa ga wasu, amma waɗanda suka yi amfani da su sun san darajarsu kuma suna girbe ladarsu.

Malamina yakan gaya mini da kowace sabuwar koyarwar ruhaniya da na samu daga gare shi: "Dole ne ka san wannan gaskiyar" Kuma na yi!

Da na sami malamina na gano wannan hanyar, sai na tabbata daga gogewata cewa hanya ce mai kyau da ke kai ga sanin Allah da gaskiya, don haka na sadaukar da rayuwata gaba ɗaya gare shi da kuma bauta wa ɗan adam.

Aminci ya tabbata a gare ku a duk inda kuke a cikin fadin duniyar Allah

Takaitaccen bayani game da ilimin ruhaniya

Malamin ya ce wa wani almajiri da ya nemi shiriya a kan
:tafarkin ruhaniya

Kada ka yi marmarin ganin mutane sun san ka da kuma
nasarorin ruhaniyarka, sai dai ka nemi Allah kawai

Idan ka fahimci cewa akwai zaman lafiya a cikinka, za ka
fahimci cewa akwai zaman lafiya da jituwa a cikin duk abin
da ke da kyau a cikin halitta

Za ka gan shi a cikin kyawun yanayi, ka ji kasancewarsa
a cikin abota ta gaskiya, kuma ka fuskanci albarkarsa a cikin
buri mai kyau da niyya mai daraja, ba tare da manufofin son
.kai ba. Za ka ji kasancewarsa a bayan lullube na natsuwa

Kuma a cikin dukkan abubuwan ban mamaki

Kwankwasa kofar da gaske za a dage mayafin kuma za
ku ga fuskar da ta fi daukaka a cikin dukkan kyawunta da
.kyawunta

Idan kana kaunar Allah, za ka ji kaunarsa, kuma babu
wani abu da zai iya rufe ka abubuwan da suka faru na zahiri
za su jarabce ka

Domin ba ka dandani farin ciki na ruhaniya ba Idan ka
yi, za ka san bambancin

Ka kasance mai 'yancin zaɓe Kada ka bari wani abu ya
takura ka, kuma kada ka bari wani ya mallake ka ko ya
tsoma baki cikin farin cikinka

Kai wani bangare ne daban na sararin samaniya kuma
dole ne ka sami cikakkiyar cikakkiyar domin ka fuskanci farin
.ciki da kuma dandano daɗin kaunar Allah

Cire soyayya daga cikin tarkacen kiyayya da fushi

Muna rokonka, ya Ubangiji, ka haskaka haskenka ga
rayukanmu

Kuma ka yi wa masoyanka da waɗanda ke neman
taimakonka albarka mai yawa da yalwar ni'imominka

Kuma Allah Ya nisantar da mu daga kallon yaƙi, tashin
hankali, da mutuwa

Kuma mu zaburar da mu mu sanya zaman lafiya ya
zama burinmu

Kuma soyayya ita ce tanadinmu

Manufarmu ita ce 'yantar da mu daga kuntatawa masu
tsauri

Idan mutum yana kokarin tara kudi kawai da kuma cika
sha'awar jiki

Ribar da yake samu kafan ne kuma ba su da yawa
Domin kuwa ranar za ta zo da zai bar duk wani ribar
duniya a baya

Amma idan ya zama mai arziki ta hanyar Allah
Zai fi dukkan sarakuna da masu arziki na duniya arziki
Wadannan taskokin masu albarka suna hannun
wadanda suke kaunar Allah

.Wadanda ba su gamsu da komai ba sai wadatar rai
Yayin da suke aiki don haɓaka sha'awar ruhaniyarsu
Kuma don ciyar da sha'awarsu ga tushen rayuwarsu
Kuma tashin soyayya daga zurfin kiyayya da mugunta
Suna daukaka fahimtarsu fiye da kananan abubuwan da
suka shafi duniya

Zuwa ga sararin 'yanci, zaman lafiya, haske, da farin ciki

Sun fahimci faɗinsu mara iyaka

Suna fuskantar sabbin fahimta da ilimi

Kuma yayin da suke shukar irin kyawawan tunani da
ayyuka

A cikin yanayin fahimtarsu

Hankalin su ya buɗe

Kuma ikon fahimtarsu yana aiki

Philamson, ainihin asalinsu

Suna samun mulkin Allah a cikin kansu

Muna rokon Allah Maɗaukakin Sarki da Ya shirya da mu
domin mu sabunta kanmu

Kuma muna fitar da yanayinmu na ruhaniya daga cikin
kurkukun duhu

Zuwa ga wuraren 'yanci, natsuwa, da hasken ilimi

Ya'yan itatuwa da kayan lambu sabo suna da matukar'
muhimmanci ga jiki

Daga lacca kan abinci mai gina jiki

An kawo shi a Encinitas, California - Yuni 1940

Protein nama ba shine kawai tushen makamashi mai
mahimmanci ba

Wasu daga cikin gishirin ma'adinai da ake samu a cikin
kayan lambu da 'ya'yan itatuwa marasa dahuwa suma suna
.da mahimmanci

Duk da cewa babban ɓangare na nama yana samar da
kuzari mai yawa, idan nama ya mamaye abinci na tsawon
lokaci, zai daina samar da wannan kuzarin. Bugu da ƙari,
yawan shan furotin na iya haifar da guba ga furotin, tushen
gajiya da rashin lafiya. A takaice, yawan furotin yana da illa
.kamar ƙarancinsa

Idan kana son kwar da gajiya, magani ɗaya yana cikin
ingantaccen abinci mai gina jiki. Nama na iya samar da
kuzari na ɗan lokaci, amma yana shigar da gubobi da yawa
cikin jiki. Cin abinci mai ɗanye, wanda ba a dafa ba, zai rage
.jin gajiya kuma ya bar ka jin kuzari

Ruwan 'ya'yan itace yana ba da babban ƙarfin kuzari,
amma 'ya'yan itatuwa da kayan lambu gabaɗaya suna ba da
ƙimar abinci mai gina jiki mafi girma. Duk da haka, wasu

mutane ba sa son keɓe lokaci don cinye su a cikin wannan
.nau'in

Tsarin narkewar abinci yana fitar da sinadarai sannan ya
rarraba su zuwa ga nau'ikan kwayoyin halitta masu dacewa
a ko'ina cikin jiki

Jiki yana da sinadarai da yawa, kuma abinci dole ne ya
.cike gihin da ke cikin waɗannan abubuwan a kowace rana

Abincin yau da kullum ya kamata ya kunshi isasshen
furotin, bitamin, ma'adanai, wasu kitse da mai, da kuma
adadin carbohydrates na halitta, yayin da rage yawan sitaci
.mai kyau da sukari mai kyau gwargwadon iko

Babban tushen kuzari shine cakuda ruwan lemu da
almond da aka nika, domin almond yana da kyau a narke
.idan aka haɗa shi da ruwan lemu

Haka kuma yana da mahimmanci a sha ruwa mai yawa
Idan babu ruwa mai kyau, ruwan 'ya'yan itace sabo, ruwan
kwakwa, da kankana suna da kyau kuma suna maye gurbin
.ruwa mai tsarki

Nan gaba, mutane za su ci ruwan 'ya'yan itace da ruwan
kayan lambu akai-akai saboda fa'idodin kiwon lafiya da
waɗannan ruwan 'ya'yan itatuwa ke bayarwa

Duk hadaddun karancin inganci da hadaddun fifiko ba
su da kyau

Hadakar karancin daraja tana da muni kamar hadakar
fifiko domin wanda yake jin kasa ba zai iya nuna fifikon da ke
cikinsa ba

Mutum, kasancewarsa na ruhaniya, an ba shi wata irin
haske mai tsarki, kuma kuskure ne kuma kuskure ne a yi
tunanin cewa shi mai tawali'u ne ko kuma a yi tunanin cewa

yana sama da kowa kuma ya yi kamar wanda ba shi da
.mutunci ko asali

Idan mutum ya nuna girman kai, inuwar girman kai mai
kauri tana boye hasken Allah a cikin rai

Saboda haka, ya kamata a guji duk kulli tare domin
duka cikas ne ga ci gaban ruhaniya

Bari mu ji cewa Allah yana tare da mu, yana yi mana
wahayi da kuma shiryyar da mu, kuma Shi ne mafi girman
kauna a rayuwarmu

Wadanda suka san Allah suna jin cewa su bayi ne ga
.kowa kuma ba sa tunanin cewa sun fi wasu

Rashin karfin hali yana da alaƙa da wadanda ke da
ra'ayoyi marasa karfi da kuma wadanda ba su da karfin
tunani, yayin da rashin karfin hali ya samo asali ne daga
.girman kai da girman kai na karya

Duk wadannan kulli suna lalata ci gaban ruhaniya kuma
an gina su ne akan mafarki da rashin kula da gaskiya,
.maimakon akan fahimta mai kyau da hukunci mai kyau

Dole ne a gina kwarin gwiwa ta hanyar shawo kan
raunin da ɗan adam ya gada. Wadanda suke son sa ya
kamata su yi kokari su dandana dadinsa ta hanyar nasarorin
da za a iya gani a rayuwarsu, ta haka za su 'yantar da kansu
daga hadaddun karancin daraja da girman kai, tare da
.taimakon Allah

Sirri da tushen kuzari

Jiki yana buƙatar awanni da yawa don mayar da abinci
zuwa makamashi. Amma duk wani abu da ke motsa rai da
.kuma kunna nufin yana samar da kuzari nan take

Karfin zuciya yana fitar da kuzari daga kwayoyin jiki da
kuma daga ma'ajiyar makamashin kwakwalwa inda ake
.adana kuzarin da ake fitarwa daga abinci

Wasiyyar kuma tana jawo sabbin ayyuka daga tushen
sararin samaniya zuwa jiki ta hanyar kashin baya

Saboda haka, sirrin kuzari yana cikin kiyaye kuzarin da
mutum yake da shi da kuma kawo sabon kuzari cikin jiki ta
hanyar karfin zuciya

?Ta yaya ake yin hakan

Da farko, dole ne mutum ya yi aiki da son rai da kuma
son rai. Idan akwai wani abu mai amfani da za a yi, ya
.kamata a yi shi da son rai da kuma bisa ga zaɓi

Idan ka yi aiki da son rai, za ka sami karin kuzari domin
ba wai kawai kana jawo kuzari daga jijiyoyi a cikin
kwakwalwa ba ne, har ma kana jawo kwararar kuzarin
.sararin samaniya zuwa jiki

Mace da ta dafa abinci mai dadi ga masoyinta tana cike
da farin ciki da kuzari

Amma idan aka tilasta mata yin girki ba tare da son
zuciyarta ba, tana jin gajiya tun daga farko

Saboda haka, karfin hali yana kawo makamashi

:ɗan gajeren labari

Wata rana, ina magana da wani abokina game da
waliyyai Abokina dillali ne, kuma bai nuna sha'awata ba.
Madadin haka, ya ce, "Duk waɗanda kuke kira waliyyai a
zahiri mayaudara ne waɗanda ba su san Allah ba." Ban yi
jayayya da shi ba, amma na canza batun, kuma muka fara
magana game da sana'ar dillali Bayan ya gaya mini
abubuwa da yawa game da shi, na ce a hankali, "Shin kun

san cewa babu wani dillali mai aminci da duk makaryata
ne?" Ya fusata ya amsa cikin fushi, "Kuma me kuka sani
game da dillalai?" Na amsa, "Wannan shine ainihin abin da
nake nufi Kuma me kuka sani game da waliyyai?" Ya kasa
magana. Na ci gaba da nutsuwa da kirki, "Ban san komai
game da dillali ba, kuma ba ku san komai game da waliyyai
"ba

Mala'ikun makamashi

Allah ya halicce mu a matsayin mala'iku masu karfi

Kuma mun sanya a cikin jikin jiki

Mun mayar da hankalinmu ga jikin da ya raunana

Kuma mun manta da ruhin ruhaniya da aka dora masa
makamashin rayuwar sararin samaniya

Yanzu dole ne mu yi kokari sosai don mai da hankali

Don sake samun fahimtar cikakken sani

Tushen nasara yana cikin haɓaka fahimtar ruhaniya

Ta hanyarsa muke fahimtar yanayinmu mara komai

Kuma cewa siffar Allah tana cikinmu

Furen farko a cikin lambun ruhaniya shine furen imani
da bege

Duk da haka, 'ya'yan itacen ainihin ilimin da aka samu
ta hanyar gwajin kai ne

Ka kasance mai kyakkyawan fata kuma ka sani cewa
kyawawan abubuwa da albarkar rayuwa suna jiran ka

Muddin ka yi aiki da gaskiya da kuma sadaukarwa

Domin dawo da gadon allahntaka da aka rasa

Mutum mai ruhaniya da gaske mutum ne mai daidaito
Mutumin da ke jin daɗi, yana jin daɗin lafiya, kuma yana
da karin fahimta

Yana da arzikin rai da kuma taskokin hikima
Yana da yakinin cewa taimakon Allah yana zuwa
Komai irin wahalar rayuwa da kuma irin mummunan
yanayin da ke ciki

Fuskar Allah ta bayyana a gare mu a cikin kyawun
yanayi
Kuma muryarsa tana yi mana magana ta hanyar wakoki
masu laushi da aka gyara

Kuma daga muryoyin masoya masu daɗi da taushi
Kuma ta hanyar muryar da ke kara karfi ta wajibi
Abin da ke motsa mu zuwa ga alheri da zaman lafiya
Farin ciki da ilimi su ne muryar Allah

Wanda ke kiran mu mu koma gidan mai albarka
Gidan kwanciyar hankali da kwanciyar hankali
Kuma domin jin daɗin kasancewarsa mai daɗi
Kuma kyawunsa mafi girma, wanda ba a taɓa misaltuwa
ba

Duniya tana da matuƙar yaudara, kuma dole ne mu
kusance ta kamar haka Idan ba mu shawo kan yaudara da
.rudunta ba tukuna, ba za mu iya taimaka wa wani ba

Dole ne mu tuna cewa a cikin kaɗaici na tunani mai
mayar da hankali akwai masana'antar duk manyan nasarori.
Kuma a cikin wannan masana'anta mai ban mamaki, dole ne

mu ci gaba da saka tsarin nufinmu don mu shawo kan ko mu
.magance duk wani mummunan yanayi

Dole ne a ci gaba da horar da kuma aiwatar da wasiyya

Mutum yana da damammaki da yawa na yin aiki a
wannan masana'antar kasa matuƙar bai bata lokacinsa ba
kuma bai bata karfinsa a banza ba

Da dare ina janyewa daga buƙatun duniya na
kasancewa tare da kaina

Nisa, nesa da duniya

Ni kaɗai da nufina a cikin kaɗaici na na ruhaniya
Inda nake jagorantar tunanina zuwa ga hanyar da nake

so

Na yanke shawarar sosai a cikin zuciyata

Idan na karfafa niyyata ta shiga cikin ayyukan lafiya da
amfani, yana haifar mini da nasara Ta wannan hanyar, na yi
amfani da nufina yadda ya kamata sau da yawa. Duk da
haka, ana samun wannan ne kawai ta hanyar amfani da
nufin akai-akai

Abin mamaki ne za ka ji idan ka iya cewa ka kuma
tabbatar da cewa, "Wasiyyata, wadda aka ɗora mata da
"!nufin Allah, za ta cika mini abin da nake so

Idan mutum ya zama mai jin kunya ya kuma damka
komai ga nufin Allah ba tare da amfani da nufinsa da Allah
.ya ba shi ba, ba zai sami sakamakon da yake nema ba

Ikon Allah yana son ya taimake ka da kansa

Dole ne mu kawar da tunanin cewa Allah, da karfinsa da
ikonsa na ban mamaki, yana nesa da mu kuma yana boye a
cikin nesa na sammai, kuma kada mu manta cewa nufin

Allah yana bayan nufin ɗan adam, amma wannan babban
iko, kamar teku mai cike da rakuman ruwa da faɗaɗawa, ba
zai zo ba sai dai idan hankali a buɗe yake kuma zuciya tana
.karɓa

Addu'a

O Uwa ta Duniya

Domin zama kawai harshen wuta a cikin zukatanmu

Kuma domin kawar da duhun rayukanmu

Kuma cikin hawayenmu na kaunarku gare ku

A wanke mana son abubuwan duniya

Kuma muna farin cikin yarda da ku

Ka wargaza bakin cikinmu da bakin cikinmu har abada

Ka sanya kananan zukatanmu su zama babban zuciya

Yana ɗaukar dukkan kasancewarka

Kuma a cikin madubin yanayin allahntakarka

Bari mu ga kanmu a matsayin cikakku kuma

tsarkakakku

Allah Ya sa harshen kaunarmu a gare ku ya tashi sama

Sama da harshen wuta na sha'awar duniya

Miliyoyin jaraba suna boye kansu kamar ku

Kuma yana yaudarar mu koyausha

* **

!Zo, ya tsarkakakken farin ciki na allahntaka

Shiga cikin gidajen ibada na sha'awar ku

Bari duniya ta kasance cikin kwanciyar hankali
A cikin tsaunukanmu, a cikin duhun dare na jahilci
Allah Ya shirya da mu, Ya dawo da mu lafiya
!Zuwa ga mafakar ku mai aminci da aminci

Rawaya daga Madawwami

Ajin farko na Khayyam

Edward Fitzgerald ne ya fassara shi, kuma Master
.Paramahansa ya yi bayani a kai

Shaharar Omar Khayyam a Yamma ta dogara ne akan
fassarar quatrains dinsa na Fitzgerald a tsakiyar karni na sha
tara, wanda ake dauka a matsayin mafi kyawun fassarar da
.aka taɓa yi zuwa Turanci

Malam Paramhansa ya dauki Omar Khayyam a matsayin
ɗaya daga cikin manyan malaman asiri kuma mai zurfin
ilimin kai, kuma yana amfani da alamomi don bayyana
kwarewarsa ta ruhaniya da ta gogewa, kuma an yi masa
mummunar fahimta, kuma masu bincike ba su zurfafa
bincike don fahimtar falsafarsa ta ruhaniya da ya ajiye a
.cikin quatrains ba

Farka! don Safiya a cikin Kwano na Dare

Ya jefa Dutse da ya sa Taurari su tashi

Kuma ga shi! Mafaraucin Gabas ya kama

Turaren Sarkin Musulmi a Cikin Layin Haske

:Fassarar Larabci

Ku tashi, domin safiya ta jefa dutse a cikin jirgin dare

Watsa taurari gaba ɗaya

Kuma ga mafaraucin Gabas

Ya kwace hasumiyar Sultan

Da layar haske

:Bayani da fassara

:Bayanin ma'anoni

Safiya: Alfijir ne na farkawa daga rayuwar duniya ta
mafarki

Jirgin dare: duhun jahilci wanda ke ɗaure rai marar
mutuwa a cikin kunkuntar sanin ɗan adam mai iyaka

Dutse: Ingantaccen Ruhaniya

Taurari: Hasken sha'awar abin duniya mai ban sha'awa

Mafarauci na Gabas: Hikimar Gabas mai karfi wadda ke
lalata ragowar ruɗani

Layin haske: hasken hikima mai albarka, wanda ke
lalata duhun zalunci wanda ke ɗaure rai da ɗaure shi

:Fassarar

:Shiru na ciki yana raɗawa

Ku farka! Ku bar barcin jahilci, domin wayewar hikima"
ta karye. Ku jefar da tulun duhu na abin da ba a sani ba da
dutse na tsarkakewa na ruhaniya don ya farfashe shi ya
kuma wargaza taurarin duhu masu haske na sha'awar abu
".mara dafi

Duba hasken hikimar Gabas, mai farautar ruhohi kuma"
mai lalata ruhohi, domin ya kama hasumiyar ruhu mai tsayi
da hasken haske, ya kuma kawar da duhun da ke cikinta,
".yana kawar da shi gaba ɗaya

Ya ku mazauna birnin ruɗu, ku bar barci! Gama hasken"

"rana na sakon ruhaniya na hikimar ciki ya bayyana

Koyi yadda ake amfani da dutsen tsarkakewa na
ruhaniya don karya jirgin ruwa mai duhu na jahilci da kuma
korar sha'awar jin daɗin abin duniya na ɗan lokaci daga gare
shi

Ku ɗauki darasi daga mafarauci mai hikima, wanda"
koyaushe yake neman rayuka masu sha'awar haske da
neman gaskiya, don kewaye su da wani yanayi mai ɗaukaka
".na ɗaukakar 'yanci na har abada

Dawowar Ɗan Bazata

Wata rana, shekaru da yawa da suka wuce, na ga ɗaya
daga cikin ɗalibana yana tafiya a akasin hanya

Da na fahimci sakamakon ayyukansa da ba makawa, sai
na yi koƙarin shawo kansa, ta amfani da kowace hanya mai
ma'ana, ya yi watsi da aikinsa, amma na ga ba zan iya
.taimaka masa ba

Domin ya yi niyyar bin hanyar mugunta

:A karshe, na ce wa kaina

"Tunda yana son hakan, zan bar shi shi kaɗai"

Amma kaunata da damuwar da nake da ita a gare shi
sun dawo da sauri, don haka na zauna a karkashin itacen
.ɓaure na fara tunaninsa

Da sha'awa mai yawa, na ci gaba da aika masa da sako
:mai zuwa

Allah ya roke ni in roke ka ka canza ra'ayinka game da"
".abin da kake niyyar yi

Da yamma, wani karfi mai karfi da na ji a jikina da
.tunani na ya sa na yarda cewa lallai zai dawo

Ba zato ba tsammani, "ɗan banza" ya bayyana, bayan
:ya dawo gida Ya gaishe su da ruku'u ya ce

Duk tsawon yini, duk inda na je da duk abin da na yi,"
"?na ga fuskarka. Menene ma'anar hakan

Na amsa: "Allah yana kiranka ta wurina Wannan kiransa
"ne, ba nawa ba

Ba son kai ne ya motsa ni sha'awata ba, amma na
kuduri aniyar kada in tafi

Wannan wuri zai kasance a buɗe har sai kun dawo

Wannan nau'in kira na iya kawo manyan canje-canje.
!Hakika karfi ne mai ban mamaki

Idan ka shirya hanyarka kuma ka yanke shawarar ci
gaba da bin hanyarka, dole ne ka kunna nufinka ka kuma yi
koƙari na zahiri, sannan za ka ga cewa dukkan abubuwan
nasara za su zo maka daga inda ka sani da kuma inda ba ka
.sani ba

A cikin nufinka, wanda aka ɗora masa karfin allahntaka,
amsar addu'arka tana nan

Idan ka yi amfani da wannan wasiyyar, za ka buɗe taga
.inda za ka sami amsa ga addu'o'inka

Wannan shine abin da na fuskanta a baya. Na yi koƙarin
yin wasu abubuwa kawai don gwada nufina, amma yanzu
ban yi hakan ba saboda na san sakamakon a gaba: duk abin
.da nake so ana cimma shi godiya ga Allah Madaukakin Sarki

"Daga littafin "Man's Ultimate Goal

Bari mu sanya Allah makiyayin rayukanmu

Kuma hasken allahntaka shine mai binciken

A kan hanyoyin rayuwa masu duhu

Shi ne hasken jagora a cikin dare mai rikitarwa

Kuma rana ta tabbas a cikin lokutan farkawa

Kuma tauraron jagora a cikin teku na duhu na wanzuwar
duniya

Bari mu nemi taimakonsa mu kuma nemi wahayinsa

Domin duniya za ta ci gaba da samun ci gaba da kuma
ci gaba

Abubuwan da suka faru suna da ban tsoro kamar
rakuman ruwa masu karfi

?Daga ina za mu sami jagora

Ba ya cikin halayenmu masu canzawa da son zuciya

Kuma daga muhallinmu ba ya karkashin tasirin da zai
iya haifarwa

Kuma daga kasashenmu ko duniyarmu ba

A'a, muryar gaskiya ce mai shiryarwa

Tana fitowa daga zurfin ruhi

A kowane lokaci ina tunanin Allah shi kadai

Na mika masa raina

Na damka masa zuciyata

Na nufi soyayyata da sha'awata zuwa gare shi

Bai kamata mu dogara ga Allah fiye da komai ba

Kuma mu amince da wadanda za su bayyana haskensa

Wannan hasken shine jagora na
Hikimata ce kuma soyayyata ce
Karfin da ba za a iya cin nasara a kansa ba
Kuma gaskiyar da ba za a iya wuce ta ba
Yanzu da har abada

Akwai mutanen da suke da tsaurin ra'ayi har suka yi
imani cewa domin su yi nasara a rayuwa dole ne su yi aiki
.kamar injin ba tare da tsayawa ba

A gefe guda kuma, akwai mutanen da ba su kai su ba,
domin da zarar sun fara sha'awar al'amuran ruhaniya, sai su
.rasa sha'awar komai, kuma wannan ba daidai ba ne

Misali, sun yi imani cewa babu buƙatar yin wani abu da
ke buƙatar mai da hankali sosai da ƙoƙari na zahiri, kuma
suna ba da shawara ga son rai da kuma watsi da duk wani
abu na duniya. Amma wannan halin yana boye tsayawar
.hankali

A karkashin rigar ruhin karya

Na gano cewa manyan malamai suna da sha'awar
duniya amma ba tare da wani sha'awa a kanta ba. Idan aka
ba wa malamina wani abu mai kyau, zai kula da shi ya kuma
kare shi, amma idan ya karya ko ya lalace, zai yi dariya ya
ce, "Sha'awata a kanta ta kare saboda ta d'auki hankalina da
.yawa." Ya ware kansa saboda ba shi da alaƙa da ita

Ni ma ina jin daɗin abin da Allah ya ba ni, amma ba na
.rasa shi idan na rasa shi

Akwai lokacin da wani ya ba ni kyakkyawar riga mai
hula, kuma kayan sawa ne mai tsada, na yi farin cikin kula
da shi kuma na kare shi daga tsagewa da datti har sai da na
"!gaji da shi na ce: "Ya Allah, ba na buƙatar wannan matsala

Wata rana, na je wani zaure a Los Angeles don yin lacca,
kuma da na isa na fara cire rigar, sai na ji muryar Allah tana
cewa, "Ka dauki duk abin da ke cikin aljihun riga" Sai na yi
Bayan laccar, na koma dakin ajiyar kayan kwalliya na
tarar da rigar - Allah ya kare ka - ta bace

Na damu kwarai game da hakan, don haka wani ya ce,
"Kada ka damu, za mu sake siyan maka wata riga" na ce,
"Ba na damuwa saboda na rasa rigar, amma saboda
mutumin da ya dauki rigar bai ma dauki hular da ta dace da
"rigar ba

Bai kamata mu bari motsin zuciyarmu ya rinjaye mu ba
Ta yaya mutum zai iya yin farin ciki idan abin da kawai yake
?damuwa da shi shine tufafinsa da sauran kayansa

Wannan ba yana nufin rashin sanya tufafi masu tsafta
ko tsaftacewa da tsaftace gida ba, a'a, maimakon haka,
kada a cika sha'awar wadannan al'amura ko kuma a cika
.damuwa da su

Da zarar an gayyace ni zuwa wani liyafar cin abinci
kuma komai ya yi kyau sosai kuma an shirya shi sosai, na ji
daɗin liyafar, amma masu masaukinmu sun damu kwarai,
suna tsoron kada komai ya tafi kamar yadda aka tsara,
.kuma sakamakon haka, sun bata yanayin da damuwa

Wadanda suke da saurin damuwa sau da yawa sukan ji
damuwa da rashin jin daɗin wasu Me yasa tsoro da fargaba
suke? Ya kamata mu yi iya kokarinmu, sannan mu huta mu
bar wasu su huta. Ya kamata mu bar abubuwa su bi
hanyarsu ta halitta ba tare da tilasta musu ba, sannan
wadanda ke kewaye da mu ma za su sami kwanciyar
.hankali

Girbin Parmenidean

A bayan nufin ɗan adam akwai nufin Allah da kuma
manufar kwararar kuzarin sararin samaniya mara iyaka

Yana nuna duk abin da ke da kyau da amfani a rayuwa

Saboda wannan dalili, duk wanda ya tsaya tsayin daka
da kuma bin ka'idar mafi girma za a ba shi nasara da
.taimakon Allah

Karfin zuciya shine kuzari da sha'awa da aka mayar da
hankali kan cimma wani takamaiman manufa

Ba za a iya yin komai ba tare da karfin zuciya ba;
hakika, ba za a iya kirƙirar ko da motsi mai sauƙi a rayuwar
yau da kullun ba tare da amfani da karfin zuciya ba

Yawancin mutane suna yin abubuwan da ba su da
mahimmanci kuma ba sa mai da hankali kan ƙoƙarinsu ta
.hanyar da ta dace

Buri ya bambanta da nufinsa, kodayake burin zai iya
zama abin ƙarfafa nufinsa

A wajen haɓaka ƙarfin hali, dole ne mutum ya kasance
da kuduri da amfani da fahimta, fahimta, da hikima

Bayan haka, ana yin horo da kuma amfani da nufin da
.gangan don cimma burin da ake so

Dole ne a ci gaba da tafiya da ƙoƙarin har sai an cimma
burin

Idan mutum ya kuduri aniyar cimma wata manufa mai
kyau, bai dace a daina ƙoƙari ba

Ko kuma yana iya mika wuya ga yanayi mara kyau

Idan sani ya yi daidai da babban nufi da tunani da nufin
da aka mayar da hankali a kansu kan wani takamaiman

ra'ayi ba tare da katsewa ba, karfin nufin zai cika da
.ayyukan sararin samaniya marasa iyaka da marasa iyaka

Son zuciyar ɗan adam wanda jahilci da sha'awa ke
jagoranta yana kawo zafi da matsala ga mai shi

Domin a ɗanɗani farin ciki na gaske, dole ne kyawawan
sha'awa su rinjayi munanan sha'awa, kuma dole ne a mayar
da hankali kan hanya madaidaiciya zuwa ga tushen gaskiya
.da kuma asalin duk wani alheri da ke wanzuwa

Me yasa mutum zai guji yin shaidar karya? Domin karya
.tana haifar da munafunci da yaudara

Cin amana yana ɗaya daga cikin manyan zunubai a
gaban Allah Yin zargin wani da karya don amfanin kansa ko
kuma don neman ramuwa nau'i ne na rantsuwar karya. Idan
kowa ya bi wannan al'ada, hargitsi da rashin tsari za su yi
.yawa a tsakanin mutane

Sauraron shaidar karya a kan wani mutum amincewa ne
da shaidar karya da kuma shiga cikin halayensa na kunya,
kuma cewa sauraro da amincewa ba makawa za su rikide
zuwa rikici na ciki wanda ke wargaza kwanciyar hankalin rai
.kuma yana damun kwanciyar hankalin rayuwa

Ko da an yi shi na ɗan lokaci, matakin zai koma baya
sosai kuma ya haifar da damuwa da radadin tunani wanda
ke damun sani da kuma buga lamiri

Hassada kuma tana da illa da mummunan sakamako,
domin tana kawo wa mutum wahala ta kansa domin tunani
.da motsin da mutum ke fitarwa za su dawo masa

Wanda ya ba da kauna da taimako zai sami sakamako
mai kyau da kuma kyautatawa, yayin da wanda ya aika da
tunanin kwadayi, son kai da kuma hassada zai jawo wa
.kansa waɗannan abubuwa daidai gwargwado

?Me yasa mutum bai kamata ya yi sata ba

Yaya duniya za ta kasance idan kowa ya rayu ta hanyar
sata, fashi, da kwace? A irin wannan yanayin, za a aikata
manyar laifuka masu muni. Za a yi faɗa mai tsanani don
.kare dukiya da kuma kwato kayan da aka sata

Sata aiki ne da ya saba wa ka'idodin zamantakewa
kuma yana hana wasu haƙƙoƙinsu, don haka ya saba wa
dokokin wanzuwa, kuma al'ummomi ba su da ingantattun
kayan aiki da hanyoyin da suka dace don magance masu
.laifi

Idan aka daure barayi, tsoffin dabi'unsu na iya zama
daɗaɗɗu, kuma suna iya samun sabbin munanan halaye
yayin da suke hulɗa da wasu masu laifi. Idan haka ta faru, za
su fi muni idan aka sake su fiye da yadda suke kafin shiga
.gidan yari

Muna roƙonka, ya Ubangiji, ka albarkace mu domin kada
mu ji mugunta, mu ga mugunta, mu faɗi mugunta, ko mu
.hura mugunta

Ba ma taɓa mugunta, ba ma jin mugunta, ba ma
tunanin mugunta, ba ma mafarkin mugunta, ba ma kuma
.mafarkin mugunta

:Karfin da muke amfani da shi kowace rana

Fahimtar motsin zuciyarmu

da kuma yadda muke ji -

da kuma iliminmu -

Duk an aro shi ne daga Allah, kuma ba za mu iya
rayuwa ko dakika daya ba tare da Shi ba

Duk da haka, yayin da muke amfani da baiwarSa, ba ma
tunaninSa kamar yadda ya kamata, kuma ba ma ba Shi
.kulawar da ta cancanta

Maimakon haka, muna bin abubuwan sha'awa da buri
na duniya cikin cikakken daidaito da kuma cikakkiyar alaƙa
.da duniyar abin duniya

Wannan shine tushen dukkan radadinmu da wahalarmu

Allah ya halicce mu cikin kamanninsa, saboda haka ba
za mu iya sanin dandanon farin ciki na gaske ba sai mun
gano kasancewarsa a cikinmu kuma muka dandani ruwan
ni'imarSa a cikin rayukanmu

Kuma ba za mu iya samun ikon albarka da ake buƙata
don samun abin da muke buƙata kowace rana ta hanyar son
rai ba

Sai dai idan mun fahimci cewa Allah ne tushen wannan
karfin, dole ne mu dogara gare shi mu kuma juya gare shi

Da zukanmu masu godiya ga dukkan ni'imomin da Ya
zuba mana a cikin rafi mai ci gaba

Idan kun gode, zan kara muku [albarka]

Idan zukanmu suka cika da godiya ga Mai Ba da
Kyauta Mafi Karimci, sai su zama haikali masu tsarki don
kasancewarsa mai daukaka, kuma wannan ita ce babbar
nasara da mutum zai iya samu, domin manufar rayuwa ita
ce mutum ya kasance cikin jituwa da Mahaliccinsa, ya
.kusanci Shi, kuma ya san Shi

Ku fara neman mulkin Allah da adalcinsa, za a kara}
{muku duk wadannan abubuwa

Ta hanyar tunawa da Allah a koyaushe da kuma yin
tunani mai kyau game da Shi, za mu fahimci cewa Shi ne

masoyinmu, mu ne zaɓaɓɓunSa, kuma muna da rabo a cikin
.falalarSa

Mulkin ni'ima, kauna, haske, da nagarta

Idan muka yi la'akari da ni'imomin Allah masu yawa,
wanda mafi girmansu shine damar amfani da 'yancin zabi
wajen bin hanya madaidaiciya wadda ke kaiwa ga bin
ka'idodi mafi girma da kuma samun farin ciki na ruhaniya,
kowace rana tana cike da sabon farin ciki na ciki, kuma
muna jin wani ruwa mai albarka yana gudana cikin
rayuwarmu, don haka godiya tana cika zukatanmu, kuma
.rayuwa tana da dandano da ma'ana

Mutumin da, ta hanyar tunani mai zurfi, zai iya ganin
dokar Allah wadda ke aiki ta wata hanya mai ban mamaki ba
ya daina yabon kansa, godiya, da kuma kaskantar da kansa
a gaban Wanda dukkan kauna, yabo, da godiya suka wajaba
.a gare shi

Mu tuna da Allah, tushen dukkan alherin da ke akwai,
mu kuma haɗa ambatonmu da kauna ta gaskiya da ke
.fitowa daga zurfin zukatanmu

Ga Allah, wanda daga gare shi rayuwa ke gudana,
kauna ke haskakawa, kuma albarka tana kwarara ba tare da
katsewa ba

Bari mu tuna da duk waɗanda suka kunna kyandir ga
ɗan adam, ko suka shuka iri mai kyau a cikin kasa ta duniya,
ko suka yaɗa ra'ayoyi masu haske, ko suka karfafa ayyuka
.masu kyau da ɗabi'a mai kyau

Bari mu buɗe zukatanmu don kauna, mu sa hankalinmu
ya karɓi wahayi masu haske, mu kuma roki Allah taimako da
jagora

A cikin abin da muke tunani da aikatawa

Tsoro yana gubar zuciya

Hankalin ɗan adam babban rumbunan makamashi ne ko
ayyuka masu mahimmanci

Ana amfani da wannan aikin koyaushe a cikin motsin
tsoka, aikin zuciya, huhu, da diaphragm, metabolism na
kwayoyin halitta, halayen sinadarai na jini, da kuma aikin
gabobin jijiyoyi na motsa jiki (jijiyoyi)

Bugu da kari, ana kashe kuzari mai yawa akan tunani,
motsin rai, da kuma nufin

Tsoro yana raunana ayyukan da ke da muhimmanci
kuma yana ɗaya daga cikin makiyan da ke da karfin halin
aiki

Tsoro yana matsewa da hana ayyukan rayuwa waɗanda
galibi ke gudana zuwa ga jijiyoyi akai-akai, ta yadda za su yi
kama da sun shanye, kuma jiki ya yi kasala kuma kuzarinsa
yana raguwa sosai (tsoro abin toshe jijiyoyi ne!)

Tsoro baya taimakawa wajen kawar da dalilin tsoro.
Yana raunana niyya kuma yana sa kwakwalwa ta aika da
siginar hana gabobin jiki. Tsoro yana guba zuciya, yana
lalata narkewar abinci, kuma yana haifar da cututtuka da
.yawa na jiki

Idan sani ya ci gaba da mai da hankali ga Allah, ba za ka
ji tsoron komai ba kuma za ka iya shawo kan kowace
matsala da cikas

Da karfin hali da imani "Buri" sha'awa ce da ba ta da
kuzari, yayin da "niyya" ita ce kudurin yin wani abu: don cika
buri ko sha'awa. Amma "nufi" za a iya bayyana shi ta hanyar
cewa: "Ina aiki ba tare da gajiya ba har sai na cimma abin
"da nake so

Idan ka horar da karfin zuciyarka, za ka iya sakin da
kuma jagorantar karfin ayyukan da ke da matuƙar
muhimanci, maimakon yin fatan wani abu ba tare da yin
.abin da ya wajaba don samun sa ba

Bai kamata mu yanke tsammani ba, sai dai mu fahimci
cewa Allah yana ba mu dama bayan lokaci don inganta
yanayinmu, ɗaukaka ra'ayoyinmu, da kuma kirƙirar sabbin
abubuwa masu amfani ga kanmu da sauran mutane a
.rayuwa

Idan ba mu gamsu da salon rayuwarmu ba, ya kamata
mu binciko sabbin hanyoyi da hanyoyin da za su ba mu ɗan
gamsuwa da jin daɗin tunani

Ya kamata mu yi tunani game da yin wani abu da zai
inganta yanayinmu da kuma sa rayuwarmu ta zama mai
.ma'ana da daraja, sannan mu aiwatar da hakan a aikace

Abin da ake bukata cikin gaggawa shine canji a cikin
sani ko gyara hanyarsa

Dole ne mu kudurta cewa ba za mu bari matsaloli su
shafe mu ba kuma su jefa mu cikin matsala, kuma ba za mu
bari damuwa ta bata rayuwarmu ba, ta mamaye yadda
.muke ji, da kuma lalata yanayinmu ba

Kuma ba za mu zama waɗanda ke fuskantar munanan
halaye da halaye masu cutarwa ba, kuma za mu kasance
cikin 'yanci da rashin kamewa kamar tsuntsaye a sararin
.sama

Babu bukatar mutane su ci gaba da zama marasa
canzawa. Dole ne a cire mayafin ruhi daga ainihin ruhin
domin ya haskaka da tsarkinsa da karfinsa, yana bayyana
.ɗaukakar da Allah ya bai wa ɗan adam

Allah ya albarkaci kyawawan kokari, buri na halal, da
kuma kudurin samun nasara

A bayan rayuwarmu akwai ikon Ruhu Mafi Girma, kuma
a bayan nufinmu akwai teku na sararin samaniya na Nufin
Allahntaka

Mu muhimmin bangare ne na wannan teku mara iyaka
Idan muka isa gare ta muka yi iyo a ciki, hankalinmu ya
.fadada kuma muna jin fadinmu

Tunaninsa yana kusantar da mu gare shi, kuma
tunaninsa yana kai mu gare shi

Ci gaba da kokarin daidaita shi yana ba mu ilimi, kuduri,
da kuzari

Shiri na yau da kullun na sani yana kawo kaunar Allah
da albarkar sama

Yana gudana zuwa gare mu ba tare da katsewa ba
kuma yana ba mu kaso mai yawa na taskokin teku

Akwai wata saniyar allahntaka da ke boye a cikin
kowane dan adam, wata saniyar tana jiran damar bayyana
.kanta

Kuma don fita daga cikin kunkuntar da kuma takurawar
girman kai na

Kamar yadda mutum ya farka daga mafarki mai ban
tsoro ya fahimci cewa abin da ya gani ba komai ba ne illa
mafarki, haka nan kuma sanin Allah yana karfafa mutum ya
farka daga mafarkin barci da ruhani zuwa sabuwar wayewa
.da fahimtar ma'anar rayuwa da manufarta

Idan muna son mu fuskanci wayewar wayewar ruhaniya
da kuma shaida hasken tabbas, dole ne mu saurari muryar
ciki

Mu amsa wa wahayinsa Dole ne mu cire duwatsun
mafarki da duwatsun jahilci daga hanya wadanda ke hana ci
gaban rai da kuma hana motsinsa

Kuma bari mu buga kofar farkawa daga barcin rashin
kulawa da hannu, domin mu shaka iskar farin ciki da kuma
kawo wutar lantarki ta sama ga kowane tunaninmu da
.kowane irin ji namu

Kuma kowanne daga cikinmu yana aiki

Muna rokon Allah Madaukakin Sarki da Ya buɗe tagogi
na wayewa a cikin saninmu, Ya cika mu da hasken hikima,
Ya kewaye mu da kaunarSa, Ya kuma kewaye mu da
.tausayinSa na har abada

Daga cikin wadanda suka zo wurina, akwai mutanen da
na gaya musu tun farko, a gaskiya, cewa manufarsu ba ta da
.kyau, kuma na roke su su canza wadannan dalilan

Wasu daga cikinsu ba su ji daɗin abin da na faɗa ba,
amma wasu sun amsa kuma suka canza zuwa mafi kyau

Munafunci ba ya haifar da sakamako mai kyau, kuma ko
da mafi hikimar masu hikima ba za su iya boye abin da
.idanunsu suka bayyana ba

Tarihin mutum gaba ɗaya yana rubuce a idanunsa

Idan kana son sanin ainihin halin wani, ka roki Allah ya
bayyana maka ainihin halin mutumin

Domin ba ka son a yaudare ka, za ka ji a zuciyarka cewa
ainihin yanayinka ne kuma fahimtarka ba za ta yi kuskure
.ba

Idan muka yi magana da abokin zamanmu, ya kamata
mu kalli idanunsa kai tsaye mu yi magana da tabbaci, da
.kuma gaskiya

Idan muka yi musabaha da wani, ya kamata mu nuna
masa yadda muke kaunarsa da kuma gaskiyarsa, sannan mu
.yi kokarin taimaka masa gwargwadon iyawarmu

Mai neman ilimi dole ne ya kasance mai kyawawan
halaye kuma ya yi aiki don haɓaka karfinsa na ruhaniya; to
Allah zai ba shi ikon taimaka wa wasu da kuma isar musu da
.motsin rai mai albarka

Zan iya tafiya fiye da duniyoyi da taurari mafi nisa,
amma zan kasance naka koyaushe. Mabiyanaka na iya zuwa
su tafi, amma zan raka ka kuma in zama naka har abada.
Zan iya juyawa ta cikin rakuman halittu marasa adadi kuma
in ji kafaici da kafaici, duk da haka zan kasance naka
.koyaushe

Duniya, wacce ta shagaltu da wasanninka, za ta iya
mantawa da kai, amma koyaushe zan tuna da kai Muryata
na iya shudewa kuma na iya kasawa

Amma a cikin kalmomin raina zan yi rada: "Zan kasance
"naka koyaushe

Gwaji, cututtuka, da mutuwa na iya wargaza ni su kona
jiki, amma matuƙar akwai ɗan karamin bege a cikin
tunanina

Ka kalli idanuna masu mutuwa domin ta cikinsu zan
gaya maka: "Zan kaunace ka har abada kuma zan ci gaba da
"!kasancewa da aminci a gare ka

Gaskiya nake gaya muku cewa na sami amsoshin duk
tambayoyina ba daga mutane ba, amma daga Allah, tushen
dukan karimci

Kuma tushen dukkan ilimi a duniya

Shi ne kafai abin da ya ba ni kwarin gwiwa a rayuwa,
kuma idan na yi magana, ina rokonsa ya ɗora mini karfinsa,

gaskiyarsa, kaunarsa, da haskensa. Ina jin rakuman farin ciki
suna lullube ni domin babban kaunarsa tana zuba cikin rai
kamar iska mai laushi a ranakun zafi, kuma ruwanta yana ci
gaba da karfi dare da rana, mako bayan mako, shekara
.bayan shekara, don haka ba ka san inda karshen yake ba

Mutane suna tunanin suna buƙatar soyayya da arziki
daga tushen ɗan adam, amma a bayan kowace kauna da
kuma bayan kowace wadata

Kaunar Allah wadda ba ta canzawa da kuma arzikin
ruhaniya wanda ba za a iya aunawa da dukiya duniya ba
Duk wanda ya fahimci cewa Allah ne tushen dukkan kauna,
ni'ima, da alheri zai same ta kuma ya yi matuƙar farin ciki da
.ita

Allah yana bayarwa ga waɗanda suka dogara gare Shi,
.da kuma waɗanda suka yi imani da Shi

Yana kallonSa, ba ga halittar ba

Yana yaye masa bala'o'i da wahalhalu

Kuma yana nisantar da mugunta daga hanya

A cikin zuciyarsa muna rayuwa cikin kwanciyar hankali

Kuma rayuka masu natsuwa suna jin sa

Kuma idan muna buƙatarsa, yana taimakonmu

Da taɓawa da ke kawo ta'aziyya da farin ciki

Kuma alheri yana zuwa mana kamar ruwan sama mai
zuba

Samarwarsa ba ta karewa a tsawon rayuwa

!Albarka ta tabbata ga Mai rahama, girmanSa

Shi ne namu koyaushe, kamar yadda mu ma nasa ne

Manyan wahayi

Ya Mahaliccin Allah

Ya Ubangijin Duniya

Ya Kai mai sarrafawa da kuma kafa duniyoyi, taurari, da
taurari

Dokar adalcinka ta tanadar da 'yancin zaɓe da 'yancin
zaɓe ga 'yan kasarka, wanda zai taimaka musu su haɓaka
kansu da kuma kusantar ka'idodinka da manufofinka masu
.tsarki

Ka ba mu 'yanci na har abada kuma ka dasa mana
tsaban sanin duniya. Amma abin takaici, mun ɗaure
saninmu na duniya a bayan sandunan son kai, kiyayya,
.kunci, da kuma tsattsauran ra'ayi

Ya Ubangiji, ka taimake mu mu narke - da kaunarmu
mai ɗumi da fahimtar 'yan'uwa - duk shingen wucin gadi da
kankara da ke tsakaninmu da wasu

Ka taimake mu mu yi amfani da lamiri mai natsuwa da
kuma kyakkyawan tunani wajen kame kanmu da kuma tafiya
.daidai a kan hanyoyin rayuwa

Kuma ka albarkace mu don kara wadatar ruhaniyarmu
da tausayinmu ta hanyar faɗaɗa da'irar kaunar kasa ta haɗa
da dukkan mazauna duniya, ba tare da la'akari da launin
.fata, matsayi, jinsi, da imani ba

Ya Ubangijin Duniya, bari mu girmama kuma mu daraja
'yancin dukkan bil'adama da aka haifa 'yantacce

Kuma ka albarkace mu domin mu gina duniya mai haɗin
kai mu kuma zaɓe ka a matsayin shugaban ruhaniya na
rayuwa

Daga zurfin ruhi

Ya Ubangiji, bari garwashin bege na ya haskaka
Kasancewarka mai tsarki tana nan koyaushe
Na gina haikali don abubuwan da nake sha'awa
A cikin dukkan ra'ayoyina
?Don Allah za ku ziyarce ni
!Kuma ka zauna a kan karagar soyayyata a gare ka
Bari tunanina ya bi jagorarka mai hikima
Allah Ya sa ka zama babban farin ciki a rayuwata
Daga kofar tunani game da Allah da tunani a kansa
Zan shiga Haikalin Zaman Lafiya Mai Dorewa
A yau zan kunna sanduna don wakiltar damuwa da tsoro
Don haskaka haikalin Allah a cikin raina
Zan nemi Allah a cikin kafaici na raina
Kuma zan yi addu'a sosai har sai zuciyata ta buga da
kauna a gare shi
Kuma ina jin amsarsa ga addu'o'ina
Kai, da ace hasken rayuwata zai iya gauraya da rana ta
Allah
Kuma yana walkiya a cikin dukkan idanu masu son
alheri
Zan wargaza duniya da yake-yake suka wargaza
Da tunanin zaman lafiya da soyayya
Zan shiga wurin tsarki na Allah
Kuma ina taɓa sanin sararin samaniya

Ta hanyar farin cikin tunani da kaunar allahntaka
Kariyar Allah tana kewaye da ni koyaushe har abada

Kuma hasken Allah yana tare da ni yana kuma kore
duhun da ke kewaye da ni

Muddin ina tafiya cikin haskensa mai shiryyarwa, ba zan
yi tuntube ba

Ba zan kauce hanya madaidaiciya ba

Rayayyun motsin rai

Ruhin Rayuwa kuma Jagorar Talikai

Ke ce a bayan idona, ta inda nake ganin kyawunki a
bayyane

Kuma a bayan kunnena, wanda nake sauraron cakuda
sautunan duniya da shi

Kai ne a bayan taɓawa ta, wanda nake jin abubuwa a
.duniyarka ta duniya da shi

Kuma bayan labulen yanayi wanda ke boye kyakkyawar
fuskarka

Ina ganinki a cikin kallon furanni masu daɗi

Kuma ina dandana ku a cikin dandanon abinci mai gina
jiki

Ina jin ainihin halittarka ta allahntaka da kuma zakinka
na har abada

A cikin dukkan kyawawan abubuwa da abubuwan
al'ajabi da ke wanzuwa

Ina addu'a a gare ka, ya Ubangiji, kuma kai ne a bayan
muryata mai rawar jiki

Kuma a bayan tunani na, wanda nake addu'a da shi

Kin wuce zurfin ji na

Bayan tunani da burina masu tsarki da kuma sha'awar
da nake da ita a gare ku

Kin wuce tunanina kuma kin wuce kaunar da nake yi
!miki

Kai, da ace da ka fito daga bayan rufin motsin zuciyar
ɗan adam

Kuma kyawawan dabi'un halitta

Buɗe idanuna na ruhaniya domin in gan ka daidai yadda
!kake

Rayuwa ba tare da Allah ba ta cika ba

Idan muka yi mu'amala da Allah, fahimtar da ke cikin
zuciyarmu za ta zaburar da mu kuma ta shirya da mu a
.cikin duk abin da muke yi

Dole ne mu sane da wannan ikon mai albarka Wannan
ikon yana cikinmu; kawai muna buƙatar gano shi

Za ka ga cewa wannan ikon yana aiki a cikin komai don
inganta yanayinka da kuma saukaƙa maka abubuwa.

Lokacin da ka haɗu da wannan ikon, lafiyarka za ta yi karfi
da kuzarin sararin samaniya, kuma tunaninka zai kara kyau,
mai da hankali, kaifi, da kuma ratsawa. Za ka fahimci cewa
rayukanka tasoshin gaskiya ne mai rai ta Allah da kuma
.hikimarsa marar karewa

Allah shine tushen lafiya, wadata, hikima, da farin ciki
na har abada Idan muka haɗu da Shi, rayuwarmu za ta zama
cikakke kuma mai gamsarwa

Rayuwa ba tare da Allah ba ba ta cika ba Dole ne mu yi
tunani game da wannan iko mafi girma da ke ba mu rai,
kuzari, da hikima

Dole ne mu yi addu'a cewa wannan gaskiya ta kwarara
cikin zukatanmu, wannan karfi ya shiga cikin jikinmu, da
kuma wannan farin ciki marar iyaka a cikin rayukanmu

A bayan duhun idanu masu rufewa akwai manyan
rundunonin duniya masu ban mamaki, da dukkan kyawawan
rayuka da ruhohi masu daraja

Kuma faɗin da ba shi da iyaka na sassan rai

Idan ka yi tunani, za ka fahimci gaskiyar da ta dace
kuma za ka ga ayyukanta masu ban mamaki a rayuwarka da
kuma duk abin da ke da ban mamaki da ɗaukaka a cikin
halitta

A kan hanyoyin bege

Allah yana kirana

Ta hanyar bude rayuka

Kuma zukatan kirki suna bugawa da soyayya

Kuma yana cike da imani

Duk wani aikin alheri da almajiri ya yi

Sanin sa yana da matakai ɗaya kusa

Daga bakin kololuwar sanin sararin samaniya

Bari in shiga ciki, ya Ubangiji

Don ganin kyawunka na allahntaka

Kuma ina farin cikin ganin haskenku masu haske

Idan rayuwata tana karkashin jagorancin hikimarka ta
Allah

Saboda haka, kokarina tabbas zai zama abin alfahari da
nasara

Ba zan bata ba

Ya Ubangiji, ka albarkace ni, domin ganina ya bayyana
sarai

Raina ya tsarkaka

Sai ya ga rana ta tabbas

Kuma ina jin dadin sanin hakikanin

A yau zan manta da wahalhalun da na sha a baya

Zan fuskanci halin yanzu da kuma nan gaba

Da karfin hali da kwarin gwiwa, tare da taimakon Mai Iko
Dukka

Zan caji jikina da makamashin sararin samaniya

Kuma ina wanke jikina da hasken warkarwa na sanin
Allah

Kamar wani jirgin sama mai siffar cosmic

Aminci ya cika sanina

Kuma ya ji kasancewar Allah mara iyaka

Ya Ubangiji, ka haskaka min fahimtarka

Cika jijiyata ta kwakwalwa

Da fahimta da kuma fahimtar

Allah ya haskaka hasken kaunarka

A kan hanyoyin rayuwata

A cikin tsibiran Blue Islands

Daga baranda ta, na kalli yamma, na yi tsalle a kan
fikafikan tunani zuwa gaƙar sararin samaniya mai nisa. A
dama da hagu na, na ga tsaunuka biyu waƙanda ba da
.daƙewa ba suka zama launin shuƙi mai ban mamaki

Da na sake dubawa, wani hannu da ba a gani ya lulluƙe
su da wani mayafi mai launin shuƙi mai zurfi A bayana birnin
Guadalajara ne, ya yi wanka da duhu. Saman gabas yanzu
ya yi launin ruwan hoda mai laushi. Ina kallon gaba, idanuna
sun ga wani birni mai ban mamaki na tsibiran shuƙi yana
.shawagi a cikin tafkin zinare

A cikin wannan tsibiri mai cike da tsibiran shuƙi masu
ban mamaki, wani babban tudu na dutse mai launin shuƙi ya
tashi, kewaye da gajimare masu launin toka-fari waƙanda ke
fitar da geysers na lava mai launin ja-zinariya mai wuta,
suna juyawa kamar bakan gizo zuwa ga tafkin mai natsuwa.
Harshen wuta mai ƙarfi na zinariya ya lulluƙe tsibiran shuƙi a
.cikin hasken haske mai haske

Kololuwar shuƙi da rawanin wuta sun yi kama da
tagwaye a saman wannan tafkin zinare mai shiru. A gefen
dama, wani ƙaramin tafki mai natsuwa yana walƙiya, a kan
ƙirjin ƙaya daga cikin tsibiran shuƙi kamar cikakken wata
yana iyo a tsakiyar rakuman gajimare

Na daƙe ina yawo a cikin birnin faɗuwar rana da
gajimare masu kama da aljanu, ina shawagi a saman tafkin
da hasken sa mai laushi na zinariya. Kuma yadda waƙannan
ruwan zinare masu ƙauke da jajayen ƙanƙara suka yi kyau a
.kowace hanya zuwa ƙarshen har abada

Na yi tunanin cewa halittun haske rayuka ne nagari a
wannan duniyar, kuma bayan sun yi nasarar cin dukkan

gwaje-gwajen rayuwa, an ba su damar yin nishadi da kuma
.bayyana mafarkansu kamar yadda suke so

Kowace rana da faduwar rana, wadannan halittun za su
kara karfafa mafarkansu na sama a cikin biranen da ba su da
.tabbas wadanda ke kewaye da tekuna da tafkunan zinare

A can da kuma bayan kamawar bakin ciki da kuma
bayan tarkon wannan duniyar ta duniya tare da dukkan
bala'o'i da radadinta

A can, bayan abubuwan da suka bata wa rai, wadannan
halittun sun sha jajayen fitilu, sun sha ruwan lemu, suka
kaura, suka kusanto, suka yi yawo, suka yi iyo a tsakiyar
.fitilu masu launuka daban-daban

A nan, wadannan halittu za su fahimci mafarkansu nan
take su kuma bayyana mafarkansu kamar yadda suke so,
.sannan su wargaje su bace bisa ga nufinsu

A nan ta ji daɗin taskokin gamsuwa da gamsuwa, kuma
ta ba wa duk wadanda suka ziyarta a cikin duniyarta mai
.ban mamaki da sihiri karimci

A nan, ba dole ba ne ta jira da fata kamar mutane domin
burinta ya cika kuma burinta ya cika, amma ta yi mafarkin
yadda take so kuma ta cimma duk wadannan mafarkin da
.buri da nufinta

Wannan birnin faduwar rana a Tsibirin Mafarkai yana
ɗaya daga cikin mafarkai na da suka daɗe a cikin rukunonin
!tunanin ɗan adam, kuma a yau ya cika ta kowace hanya

Hakika, na ga boyayyun taskoki da taskokin raina, kuma
!haskensu ya mamaye ni kuma haskensu ya ba ni mamaki

Paramehansiat: Bambance-bambancen Farin Ciki na
Allahntaka

Tawali'u, Ya Ubangiji, ita ce hanya mafi aminci
Domin karɓar ruwan sama na rahamarKa ta Allah
Zan dogara ga adalcinka na Allah da kuma ka'idodin
gaskiya
Ganin cewa kana amsa kiran soyayya da kuma sha'awar
zuciya
Tare da haɗin gwiwa da nufinka gaba ɗaya
Kuma da cikakken imanina a gare ku
Zan sami taimakonku kuma in ji kusanci da ku
A yau zan yi muku aikina
Kamar yadda nake cika wajibcin da ke kaina ga duniya
Ya Mafi Soyayyen
Kai ne muryar ethereal da ke ratsawa a cikin wurare
masu tsarki na zukata
Kuma kai ne muryar ji da kunne ba zai iya ɗauka ba
Samun albarka da kaunarka ya fi girma sosai
Daga dukkan abubuwan da suka shafi duniya
Kuma duk ɗaukakar duniya
Da cikakken imani na a gare ka
Ina ganin inuwar rashin lafiyar tana shuɗewa tana tafiya
ba tare da dawowa ba
Zan gan ka, ya Ubangiji, daga tagogi na yanayi da
kofofin salama
Ka bamu albarkacinka ka kuma bamu albarkacinka

Kuma ka nutsar da mu cikin rakuman kuzarin sararin
samaniyarka

A nisantar da mu son kai

Wanda ke hana rayuka kusantowa

Kuma taronsu ya dogara ne akan kaunar alheri da haske

Bari in shayar da furannin addu'ata

Da ruwan tunani game da kai da kuma yin bimbini a
kanka, ya Allahna

Domin sabbin furanni masu haske su iya tsirowa

Daga wahayi, zaman lafiya, da farin ciki

Hanya daya tilo da za a guji aikata laifi ita ce a samar da
kyakkyawan tunani don gane laifin da kuma kudurin kin yin
.sa

Fada da wani ba daidai ba ba ya haifar da wani abu mai
kyau. Jahilci shine babban abokin gaba na bil'adama kuma
dole ne a kore shi daga wannan duniyar. Muna da duk abin
da muke bukata a wannan duniyar don kawo zamanin
.wadata, farin ciki, da adalci mai kyau

Abin da kawai ke kawo cikas shi ne son kai na dan
adam, wanda hakan ke sa wannan ba zai yiwu ba.

Mummunan wahala da rashin adalci yana faruwa ne
sakamakon son kai na dan adam da kuma neman abin da zai
.amfane shi ba tare da la'akari da wasu ba

Ana amfani da kuɗin da za a iya amfani da su wajen
ciyar da mabukata da kuma tufatar da su don halaka da
kuma lalata. Wannan son kai, wanda aka haifa daga jahilci,
.shine tushen matsalolin duniya

Kowa yana tunanin yana yin abin da ya dace, amma
idan ya bi manufofinsa kawai, sai ya fara aiwatar da dokar
karmic ta dalili da sakamako, wadda ba makawa za ta lalata
.farin cikinsa da kuma farin cikin wasu

Da zarar na ga bala'o'in duniya da jahilcin dan adam ya
haifar, sai na fahimci cewa farin ciki ba zai dade ba ko da an
.yi wa tituna ado da zinare

Farin ciki yana cikin faranta wa wasu rai, kuma idan
kowa ya yi haka, kowa zai yi farin ciki

Kuma kowa zai sami rabonsa na ni'imar duniya

Tunda mun zo wannan duniyar daga inda ba mu sani ba,
abu ne na halitta mu yi mamakin asalin rayuwa da kuma
.manufarta

Muna ji kuma muna karantawa game da mahaliccin
wannan duniyar, amma ba mu san yadda za mu isa gare shi
ba Abin da muka sani shi ne cewa dukkan duniya tana shelar
.wanzuwar tunaninsa na allahntaka

Kamar yadda kananan sassa da na'urori na karamin
agogo ke sa mu yaba wa mai yin agogon, kuma kamar
yadda manyan injunan masana'anta masu rikitarwa ke ba
mu mamaki da burgewa game da wanda ya kirƙira su, haka
nan idan muka ga abubuwan al'ajabi na yanayi, muna
mamakin basirar da ke boye a bayansu, kuma muna
tambaya: "Wa ya ba furen siffar haske yana fuskantar rana?
Daga ina kamshi da kyawunsa suka fito? Kuma ta yaya aka
samar da furanninta da irin wannan daidaito kuma aka rina
"?su da launuka masu ban mamaki da farin ciki

Da dare, taurari da wata, suna watsa hasken azurfarsu a
kewaye da mu, suna zaburar da mu mu yi tunani game da
sanin da ke jagorantar waɗannan halittun sama a cikin
sararin samaniya. Hasken wata mai laushi bai isa ga

ayyukan yau da kullun ba, don haka hankali mai hikima da taushi yana ba da shawarar hutawa da dare. Sannan rana tana fitowa, haskenta mai haske yana ba mu damar ganin duniyar da ke kewaye da mu cikin haske da natsuwa, kuma .muna daukar nauyin kanmu don biyan bukatunmu

Akwai hanyoyi guda biyu don biyan bukatunmu: hanyar jiki da hanyar ruhaniya Idan lafiyarmu ta tabarbare, misali, za mu iya zuwa wurin likita don neman magani. Amma akwai lokacin da likita ko wani ba zai iya taimakawa ba, kuma muka juya zuwa hanya ta biyu; zuwa ga ikon ruhaniya .wanda ya halicci jikinmu, hankalinmu, da ruhinmu

Ikon abu yana da iyaka, kuma idan muka gaza, muna komawa ga ikon Allah mara iyaka Wannan kuma ya shafi bukatunmu na kudi Idan muka yi iya kokarinmu amma har yanzu ba mu sami isasshen kudi ba, muna komawa ga wannan ikon

Kowa yana tunanin matsalolinsa sune mafi muni Wasu mutane suna jin matsin lamba fiye da wasu saboda juriyarsu tana da rauni Saboda bambance-bambancen karfin tunanin mutane, suna kashe kuzari daban-daban Idan wani ya fuskanci matsala mai girma kuma hankalinsa yana da rauni, ba zai iya shawo kanta ba Wadanda ke da hankali masu karfi za su iya shawo kan matsalolinsu ta hanyar rushe shinge da girgiza tushensu Duk da haka, har ma da mutane mafi karfi wani lokacin suna fuskantar gazawa Lokacin da muka haɗu da matsaloli da wahalhalu na zahiri, na hankali, da na ruhaniya masu yawa, mun fahimci yadda karfin rayuwa ke .da iyaka a cikin wannan duniyar abin duniya

Ya kamata kokarinmu ya kasance ba wai kawai don cimma lafiya mai kyau da tsaron kayan duniya ba, har ma .don neman ma'anar rayuwa

Menene manufar rayuwa? Lokacin da matsaloli suka
mamaye mu, da farko mukan juya zuwa ga kewayenmu,
muna kokarin yin duk wani gyara na zahiri da muka yi imani
zai samar da sauƙi. Amma idan muka kai ga karshen rayuwa
muka ce, "Duk kokarina ya gaza, me kuma zan iya yi?"
mukan fara la'akari da neman mafita mai tasiri ga
matsalarmu. Kuma lokacin da tunaninmu ya yi zurfi sosai, sai
mu sami amsar a cikin kanmu. Wannan nau'i ne na addu'ar
.da aka amsa

Cikin nutsuwar raina

!Bari in haɗu da kai, Ubangiji

Mallake ni, kuma ka bar ni in ji kasancewarka ta har
abada

A cikina da kuma kewaye da ni

A cikin kadaici na tunani, ina sha'awar jin muryarka

A nisantar da hayaniyar kasa daga gare ni

A boye a cikin kwakwalwar ajiyata

Ina so in saurari muryarka mai natsuwa da sanyaya rai

Kuma mawaƙin koyaushe yana cikin nutsuwar raina

Ya Allahna, inda kake da komai

Dole ne ka kasance a wurin

Zurfi a cikin raina da lamirina

Taimaka min in nuna ko da karamin ɓangare ne

Daga boyayyun taskokin da ke cikin ma'adinan ruhaniya

!na

Ya haske mai haske

Zuciyata ta farka
Lafiyata ta kwakwalwa
Cika haikali na ruhaniya da ɗaukakarka
!Ya Tauraron Arewa Mai Dadi
Duk inda na yi tafiya kuma duk inda na juya
Allurar maganadisu ta zuciyata tana ci gaba da nuna
maka
Ko iskar rashin sa'a ta same ka
Ko kuma ruwan sama da iska da bala'i suka jike
,Duk da haka, hankalina ya shirya da ni
Don koyaushe juya zuwa gare ku
Tsuntsuna kaunatacce, yana bugun fikafikansa
A tsakiyar gajimare na rudani
da kuma guguwar rudani
Tabbas zai sami hanyarsa zuwa gare ku
A zamanin da
A cikin zuciyar ether
Lokacin da muka wanzu a matsayin ruhohi
Duk mun yi barci
A karkashin bargon kaunar Allah
Kuma lokacin da Allah ya tashe mu
Mun yi tafiyarmu daga gare shi
Kamar yadda yake a cikin labarin ɗan bataccen

Mun manta da alaƙar Allah ta zumunci tsakaninmu

Mun zama baƙi ga junanmu

Kuma tun lokacin da muka yi watsi da gidanmu na sama

Mun zama a cikin wannan duniyar

Matafiya da ke ratsa kusurwoyin duniya

Muna tafiya a kan hanyoyin ƙaddara

Mun yi nisa sosai

Mun ƙaura nesa da gidanmu na asali

Duk da haka lokaci zuwa lokaci

Wasu wurare, abubuwan da suka faru, da fuskoki suna
tashe mu

Tunawa da aka binne da kuma zurfin ji na ciki

Ta yi mana rada tana cewa

Muna jin kamar muna fuskantar komai sabo

Abubuwan da muka riga muka sani

Muna haɗuwa da kuma haɗuwa da ƙaunatatunmu

Mun kasance kusa da su

A cikin abubuwan da suka gabata

Ya Mahaliccin halittu

Haskenka yana haskakawa a cikin manyan

Allah ya bamu ikon fahimtar su ta hanyar da ta dace

Bari mu fahimci cewa kai ne babban burin

Abin da muke ƙoƙarin cimmawa

Babban buri

Wanda muke fatan cimmawa

Ka wartsake mu da iska mai kamshi ta kasancewarka

Ka cika mu da sha'awar kasancewarka mai daukaka

Bari rayuwarmu ta kasance cike da hikimarka ta Allah

Bari mu ji haskenka mai tsarki

Yana ratsa dukkan fannoni na rayuwarmu

Kuma yana karfafa kudurinmu

Kuma yana kore duhunmu

Kuma Allah ya bamu zaman lafiya

da kuma kyakkyawan fata

Da kuma sha'awar yin ayyukan alheri

Tsakanin Yarima da Bahaushe Mai Wayewa

Wata rana, wani azzalumi ya yi tafiyar farauta tare da

bayinsa da masu yi masa hidima, sanye da kayan aiki da
makamai. Sun shiga cikin daji, suna busa kaho suna buga
.ganguna

Bayan farautar wasu tsuntsaye, barewa, da damisa
masu ban tsoro, yarima da tawagarsa sun fahimci cewa sun
.rasa hanyarsu

Suna da isasshen abinci amma babu ruwa Duk da rashin
gajiyar neman ruwa a dajin, ba su sami ko daya ba. Ba su da
mafaka daga hare-haren dabbobin dare masu ban tsoro,
.yayin da duhu ke gabatowa da sauri

Rana ta bace daga gani, kuma yarima, wanda ke
jagorantar ayarin, ya zo ga wata tsohuwar rumfa da ta lalace

Bayan ya sauka daga kan karagar mulki, ya tura kofar da ba a buɗe ba ya shiga cikin rumfa Duk abin da ke ciki duhu ne sai dai ɗan haske a ɗaya daga cikin kusurwoyinta, sai ya yi "tunani cikin rashin bege, "Har ma rumfa ta bace

Amma da bege ya motsa shi, sai ya yi kira, "Lafiya
"?Akwai wani a nan

Abin mamaki, sai ya ji wata murya mai natsuwa tana amsa masa cikin nutsuwa, tana cewa: "Eh, ina nan Kana
"?neman ruwa

Yarima ya kalli duhun na ɗan lokaci har sai da ya hango fatalwar wani mutum, kuma ya yi mamakin cewa mutumin .ya san tunaninsa tun kafin ya haɗu da shi ko ya gane shi

Yarima ya tambayi mai masaukinsa, "Wane ne kai?" Mai masaukin ya amsa, "Matsakaicin mai son Allah mai son
"?zaman lafiya

Bahaushen ya kunna fitila, yarima ya kira tawagarsa, suka kuma ji daɗi sosai da samun ruwa da 'ya'yan itace a .cikin wannan daji mai nisa

Yarima ya tambayi mai sihirin, "Ba ka jin tsoron damisa
"?da macizai

Shaihin malamin ya amsa: "Ba shakka a'a, damisa su ne kyanwata, kuma macizai suna da aminci a gare ni. Mu abokai ne waɗanda koyaushe muke jin daɗin hasken kaunar ".Allah wanda ke haskaka komai a cikin wannan rayuwa

Yayin da yarima ya kalli mai sihirin sosai, tsoro ya kama shi lokacin da ya ga macizai biyu suna rataye a wuyan mai sihirin. Lokacin da ya matso kusa don tabbatar da abin da ya gani, macizai suka yi ta ihu suna rawa, suna shafa kawunansu, domin sun ji girgizar tsoro da kuma ramuwar .gayya da ke buya a zuciyar yarima

Bugu da kari, a wannan lokacin ɗaya daga cikin damisar daji ta shiga cikin gidan ta kwanta a hankali a kafafun mai sihirin. Bayan mutumin Allah ya kwantar da hankalinsa ya kuma shafa kansa, damisar ta tafi a hankali, ta nufi tsakiyar .dajin

Yarima mai girman kai ya yi tunani a ransa, "Wannan dattijo dole ne ya kasance mai adalci da kirki, domin ya kare mu daga namun daji da kishirwa mai kisa. A matsayin lada ga aikinsa, zan mai da shi mai arziki." Sai ya yi wa mai sihirin :magana, yana cewa

Ya Sheikh, fuskarka tana haskakawa da kirki da" gaskiya, kuma ina godiya da duk abin da ka yi mini da kuma tawagara. Saboda haka, ina so in ba ka wani sirri wanda zai sa ka zama mai arziki da wadata. Wannan sirrin da nake ".bayyanawa a karon farko, kuma gare ka kawai

Da zarar ya furta waɗannan kalmomin, sai yariman ya ɗauki dutse daga karkashin mayafinsa ya ci gaba da :magana, yana cewa

Ina so in ba ka amanar wannan taska ta iyali Ita ce" Dutse na Falsafa, kuma watakila za ka yi arziki ta hanyar amfani da ita. Wannan dutse yana yin zinare, kuma ɗaya daga cikin manyan masana ilmin sunadarai ne ya ba mahaifina. Yana da ikon mayar da duk abin da ya taɓa zuwa zinare tsantsa. Za ka iya amfani da wannan dutse na tsawon shekara guda ka mayar da duwatsu zuwa zinare, sannan ka sayar da su don siyan gidan sarauta na zinariya. Zan dawo gare ka bayan shekara guda in ziyarce ka in dawo da ".dutsena, wanda na ɗauke shi da daraja fiye da rayuwata

Mai bautar gumaka bai so ya karɓi wannan alhakin ba, amma a martanin da yariman ya yi masa na ci gaba da yi masa, ya amince ya ajiye dutsen masanin falsafar. Yarima ya ga mai bautar gumakan yana sanya dutsen a karkashin

belinsa ba tare da kulawa ba (inda mutane ke saka kudinsu .saboda tsoron aljihu!), sannan yariman ya tafi abinsa

Bayan shekara guda, yariman ya dawo tare da tawagarsa, suna tsammanin ganin wani kyakkyawan fada maimakon rumfa da ta lalace. Amma ya ji takaici lokacin da ya ga rumfa tana tsaye kuma tana cikin mawuyacin hali fiye da da. Don haka ya sauko daga kan dokinsa ya tura kofar, yana kira da babbar murya: "Har yanzu kana da rai, mai"?sihiri

Malamin ya amsa da murya mai karfi da zurfi: "Eh, godiya ta tabbata ga Allah, Ya Yarima Barka da zuwa gidana "mai tawali'u

Nan take kuma ba tare da an gabatar da jawabi ba, yariman ya yi ihu: "Me ke damunka, kai mutum? Me ka yi da dutsen masanin falsafa da na bar maka? Me ya sa ba ka yi"?amfani da shi don zama mai arziki ba

Bahaushen ya yi tunani na ɗan lokaci sannan ya amsa: "Menene dutsen wannan masanin falsafar da kake magana a kai, kuma me kake nufi da cewa ya kamata in zama mai ".arziki? A gaskiya, ba na son in fi ni arziki

Firgita ta kama yarima, yana tunanin cewa tsohon mai sihiri ya rasa dutsensa saboda rashin kulawarsa ga hakan, sai ya ce da murya mai kama da roko: "Ina nufin dutsen masanin falsafa mai daraja da ka sanya a karkashin bel ɗinka shekara guda da ta wuce? [Eddie, da bel ɗinka], gaya"?min me ka yi da shi

Bahaushen ya amsa: "Haka ne, yanzu haka nake tuna dutsenka mai daraja Wata rana ina cikin tunani mai zurfi game da Allah lokacin da na je yin wanka a cikin kogi, kuma ina tsammanin dutsen ya zame daga tufafina ya haɗiye shi. ".Allah ya kiyaye ka lafiya

Yarima ya yi ihu da karfi, "Kai, rashin da ba za a iya maye gurbinsa ba! Na rasa komai!" kuma kusan ya suma saboda mamaki. Mai sihirin ya yayyafa ruwan sanyi a fuskarsa ya farfado da shi, yayin da masu taimaka wa yarima suka kusanci shehin, idanunsu suna cike da mugunta, suna kokarin cutar da shi. Amma mai sihirin ya yi dariya ya ce, "Kai, Mai Martaba, irin wannan matsayi mai girma, ban san za ka tayar da hayaniya a kan dutse ba. Ka zo tare da ni zuwa kogi, zan nemi dutsenka in yi kokarin ".nemo shi

Yarima ya amsa, "Shin ka rasa hankalinka? Kana son neman dutse da ya fado daga gare ka yanzu, wanda ruwan "?sama ya kwashe shi shekara guda da ta wuce

Amma mai sihirin bai kula da maganarsa ba, sai ya yi masa ihu, yana cewa: "Yarima, babu buƙatar wannan hayaniya. Jira har sai mun nemi dutsen da ke cikin kogin. Ku ".zo tare da ni, ku duka

Kamar dai an yi masa sihiri, yarima da tawagarsa sun amsa ga sihirin malamar kuma suka bi shi a hankali zuwa kogin. A can, malamar ta roki yariman ya cire mayafin hannunsa daga aljihunsa, ya riƙe shi a kusurwoyinsa huɗu, :ya tsoma shi cikin kogin, yana addu'a kamar haka

Ya Sarkin Sarakuna, Sarkin Sarakuna, kuma Mai Duk"
"Duwatsun Masu Falsafa, ka mayar mini da dutsena

Da zarar yarima ya yi haka ya daga mayafinsa daga cikin ruwa, sai ya yi mamakin ganin duwatsu sama da ashirin na masanin falsafa da idanunsa marasa imani, iri dƙaya da na asali da ya rasa. Bayan ya gwada kowannensu, sai ya ga cewa kowanne zai iya canza duwatsun bakin teku na yau da kullun zuwa zinare. Sai yarima ya dƙaure duwatsun a cikin .mayafin ya jefar da kunshin a cikin kogin

Shehi da tawagarsa suka yi masa ihu, "Me ya sa ka yi haka?" Amma yariman ya kalli mutumin Allah, ya sunkuyar :da kansa a gabansa cikin girmamawa, ya ce

Ina so, yallaɓai, in sami abin da kake da shi wanda ke"
ɗaukar duwatsun da ke sa zinariya ta zama duwatsu marasa
".amfani

Don haka yariman ya yi watsi da mulkinsa na duniya
domin ya koya daga tsohon mai hikima yadda ake samun
mulkin ruhu, wanda ba shi da sarari kuma ba shi da ikon
halakawa

Darasin labarin shine cewa dukiyar duniya, komai
darajarta, tana dawwama kuma dole ne a bar ta a baya a
cikin wannan duniya mai kaskanci lokacin da jiki ya zama
.gawa mara rai, mai sanyi

Maimakon amfani da dutsen masanin falsafa, wanda a
nan yake nuna ikon tara dukiya mai wucewa kawai, ya
kamata mu zama kamar mai son zuciya wanda ya sadaukar
da lokacinsa da ikonsa don samun dukiyar Allah wadda ba ta
.karewa kuma ba ta lalacewa

Duk wanda ya san Allah zai mallaki dukiya fiye da
mafarki, kuma idan ya zama dole, zai bar dukiya kamar
duwatsu, da fatan samun wadata ta ruhaniya da kuma jin
.daɗin wadata ta gaskiya

A cikin mu'amalarmu da wasu

Yana da matuƙar muhimmanci a gane kuma a yaba

Halaye na musamman da halaye masu kyau

Abin da suka koya daga abubuwan da suka faru

Kuma sun tsara shi daga halittarsu

Idan muka yi nazarin mutanen da ke da buɗaɗɗen
tunani

Za mu iya fahimtar su kuma mu magance su cikin
kwanciyar hankali

Za mu iya kuma nan take

Sanin yanayin mutumin da muke mu'amala da shi

Kada ka yi magana da wani masanin falsafa game da
tseren dawaki

Kada ka yi jayayya da wani masanin kimiyya game da
tsarin gida

Na san abin da ke jan hankalin mutumin da kuma abin
da ke jan hankalinsa

Kuma ya yi masa bayani game da wannan batu

Ba lallai ba ne game da abubuwan da ke sha'awar ku

Idan muna son fahimtar wasu

Ya kamata mu guji suka da Allah wadai da su

Madadin haka, ya kamata mu kalli madubin fahimtarmu
ta fuskar fahimta

?Don gano abin da ya kamata a gyara kuma a inganta

Wannan madubin tunani ya bambanta sosai

Game da madubin da muka saba kallo kowace safiya

Kowace rana ina duba cikin wannan madubin kai

Idan na sami wani abu da ban so ba

Ina zargin kaina kuma ina aiki tukuru don gyara shi

Ta wannan hanyar, mutum yana ganin hotonsa

An nuna shi a cikin ainihin siffarsa a cikin madubin ransa

Kuma yana ci gaba kowace rana

A kan hanyar zuwa ga farin ciki da kwanciyar hankali

Allah ya saka muku da alheri, kuma amin ya tabbata a
gare ku

Cibiyar Sadarwa ta Longings

Ga ni nan, ina jefa tarkon sha'awata

A cikin babban teku na tunanina

Sau da yawa ka kan tsere mini, ya kai abin farauta mai
!daraja ta allahntaka

Duk da haka, ina ci gaba da zurfafa bincike cikin zurfin
zaman lafiya

Kuma ba tare da gushewa ba, ina jefa tarkunan
soyayyata a gare ki daya bayan daya

Dole ne wata rana in kama ka cikin tarkon sha'awar da
.nake da ita a gare ka

Ina jefa wannan tarkon soyayya ta ko'ina

Sama da rakuman ruwa masu rikitarwa na rayuwa

Kuma game da taurari masu walkeya

Kuma a cikin zurfin kyawawan ruhohi

Abin da kawai na sani shi ne ni mafarauci ne

Kuma zan ci gaba da kokarin kama ku

Ya kai babban buri da kuma babbar taska da ke
!wanzuwa

Ina rokonsa ya rushe labulen jahilci ya kuma kawar da
duhun rufani, kuma ya zama babban buri a rayuwarka kuma
mafi karfi a kan kursiyin sha'awarka, kuma ya taimake ka ka
canza kasala da jinkiri zuwa aikin ruhaniya wanda ke
motsawa da farin ciki, sabuntawa, da sha'awa. Ina rokonsa
ya ba ka ruwan inabin kaunar Allah har sai ka bugu, kuma ya
ziyarce ka da ziyara mai tsarki wadda akwai ta'aziyya, kuma
ya wanke zuciyarka da ruwan kauna da godiya, kuma ya
haskaka a cikin kasancewarka fitilun tabbas, kuma ya narke
mafarkinka a cikin gaskiyar teku mai albarka, kuma ka sami
gamsuwa da gamsuwa a cikinsa, domin natsuwa ta zauna a
.cikin ranka kuma albarkar sama ta sauko a kanka

Natsuwa tana nufin tunani mai kwantar da hankali

Kwantar da hankali ga jiki da kuma kula da bukatunsa

Duk wanda zai iya yin hakan zai sami kwanciyar hankali
mai wartsakewa

Zai ji rakuman ruwa masu ban mamaki da ra'ayoyi daga
duniyoyi masu kyau

Kuma duk wanda ya zurfafa cikin natsuwa, to

Zai gano mulkin Allah a cikin kansa

Muddin mutum yana tafiya a kan hanya

Kowace lokaci na lokacinsa tana da matukar daraja

Muna nan a wannan kasar (gidan wucewa) na dan lokaci
kaɗan

Komai na dan lokaci ne, amma jin daɗin Allah yana
dawwama

Babu wani abu da zai iya goge shi daga zuciya da ruhi

Bai kamata mu bari jarabawar wannan duniyar ta
rinjaye mu ba

Ta hanyar karkatar da mu daga babban manufarmu da
kuma babban burinmu: Allah

Sanin Allah yana yiwuwa

Dole ne mu sami ubangijin halittu

Daga haskensa taurari ke haskakawa

Kuma da ikonsa zukata ke bugawa

Dole ne mu neme shi a Haikalin Shiru

Idan muka kira Allah da sha'awa da bege

Kuma idan muka yi tunaninsa da sha'awa mai zafi

Za mu same shi

Ba ina magana ne game da allahn da ba a sani ba

A'a, yana game da Ubangijin da na sani ne

Kuma gaskiya ne a gare ni

Ya fi dukkan abubuwan zahiri gaskiya ne

Teku ne mai tsarki wanda ke riƙe da kuma riƙe rakuman
rayuwar ɗan adam

Za mu iya yi ba tare da komai ba

Sai dai Allah

{Allah, Mamallaki, Gaskiya Ya ɗaukaka}

Masu albarka ne masu tsarkin zuciya, domin za su ga)

(Allah

Abu ne na halitta mutum ya ji buƙatar ƙauna da a
ƙaunace shi, amma wannan sha'awar zuciya a ƙarshe tana
.zuwa ga tushen wannan ƙaunar, wadda ita ce Allah

Soyayyar ɗan adam ta dogara ne akan tsammanin da
yawa, lissafi, da kuma la'akari da ra'ayin mutum, don haka
.babu tabbacin dorewarta domin tana da alaƙa da yanayi

Duk da haka, ƙaunar Allah ba ta da wani sharaɗi, ba ta
canzawa, kuma tana dawwama. Idan ta taɓa zuciyarka, za
.ka same ta tare da kai koyaushe

A cikin dukkan yanayi, za ku ji shi a matsayin tushen
kariya da kwanciyar hankali, koda kuwa a tsakiyar wahala da
.wahala

A tsakiyar wahala da jarabawa masu wahala

Kowa zai iya barinka, amma wannan ƙaunar mai tsarki
ba za ta bar ka ba, ba za ta ba ka kunya ba, kuma ba za ta
bar ka ga abin tsoro da ruɗani ba, domin ƙarfin kariya ne
kuma haske ne mai jagora daga sama a tsakanin sauye-
.sauyen rayuwa

Idan aka ɗora wa ƙaunar ɗan adam ƙaunar Allah, za ta
zama tsarkakiya da bayyananne. Amma idan aka raba rafin,
wato ƙaunar ɗan adam, da mabuɓɓugar ruwa, wato ƙaunar
Allah, za ta daina gudana ta rasa kanta a cikin yashi na
.duniya

Muddin ƙaunar ɗan adam tana da alaƙa da ƙaunar Allah,
tana tausasa zuciya, tana wartsake lamiri, kuma tana shayar
da lambunan rai da ruwan rai

Soyayya: Abin ƙarfafa zuciya

Duk abin da nake yi, ina yi ne da dukkan soyayyar da ke
cikin zuciyata

.Idan ka gwada, za ka ga ba ka jin gajiya kwata-kwata

Domin soyayya ita ce babbar abin da ke motsa sha'awa,
kuma wasiyya a karkashin rinjayar soyayya tana da iko na
.musamman na yin abubuwan da wasu ba za su iya yi ba

Fahimtar Ruhaniya

Daga koyarwar Jagora Paramhansa Yogananda

Son kai wanda ke neman farin ciki da kansa ba tare da la'akari da farin cikin wasu ba, ko kuma wanda ke taka tare da lalata hakokin wasu don cimma burinsa na son kai, yana ninka rashin farin ciki kuma yana haifar da wahala da wahala.

Ya Ubangiji, Kai ne tushen karimci mara iyaka kuma mabuɓɓugar albarka da alheri mai yawa Bari mu kuma san farin cikin bayarwa, mu kuma bari mu bayar da yardar rai don biyan bukatun wasu kamar su namu ne.

Idan mutum bai yi Allah wadai da wasu ba amma ya yi kokarin taimaka musu da fahimta da kauna, to dokokin Allah—a matsayin waɗanda suka san kansu—za su yi wa wannan mutumin tausayi kamar yadda suke yi

Duk wanda ya ba wa wasu taimako na tunani da na kayan aiki da zuciya mai cike da kirki da karimci zai ga abin da ya bayar yana dawowa gare shi, kuma wannan ita ce dokar aiki da ta shafi zukata

Abin da mutum yake ji game da wasu yana haifar da girgiza a cikin iska, yana jawo tausayi da kirki iri ɗaya. Wanda ya gafarta wa waɗanda suka yi masa laifi zai jawo masa gafara da hakuri.

Yin tarayya da mutane nagari masu hankali da hankali, karanta littattafai masu kyau, bincika zuciyar mutum, shiga cikin ayyukan fasaha masu kirƙira, kimiyya, adabi, da ayyukan da suka haifar da amfani

**duk suna taimakawa wajen habaka da karfafa hankali,
yana sa ya fi karɓar ilimi mai girma. Bugu da kari, yin
bimbini a kullum yana sake cika rai da hikimar Allah.**

**Babu kwatanci tsakanin masu arzikin duniya da
masu arzikin ruhu, domin masu arzikin ruhu su ne
mafi wadata a wurin Allah.**

**Ka wartsake mu da iska mai kamshi ta
kasancewarka**

**Ka cika mu da sha'awar kasancewarka mai
ɗaukaka**

**Bari rayuwarmu ta kasance cike da hikimarka ta
Allah**

Bari mu ji haskenka mai tsarki

Yana ratsa dukkan fannoni na rayuwarmu

Kuma yana karfafa kudurinmu

Kuma yana kore duhunmu

Kuma Allah ya bamu zaman lafiya

da kuma kyakkyawan fata

Yana bamu kwarin gwiwa don yin ayyukan alheri

**Tushen matsalolin duniya shine son kai, wanda ya
samo asali ne daga jahilci**

**Kowa yana tunanin yana yin abin da ya dace,
amma idan ya bi manufofinsa kawai, sai ya fara
aiwatar da dokar karmic ta dalili da sakamako, wadda
ba makawa za ta lalata farin cikinsa da kuma farin
cikin wasu.**

**Da zarar na ga bala'o'in duniya da jahilcin ɗan
adam ya haifar, sai na fahimci cewa farin ciki ba zai
dace ba ko da an yi wa tituna ado da zinare.**

**Farin ciki yana cikin faranta wa wasu rai Idan
kowa ya yi haka, kowa zai yi farin ciki kuma kowa zai
sami rabonsa na ni'imar duniya.**

**Dole ne mutum ya iya sarrafa rayuwarsa ta
hanyar kawar da tsaba da tushen gazawa ta hanyar
horar da nufinsa a kan hanya madaidaiciya ta yadda
zai iya canzawa da girgiza rudu na ɗan adam.**

**Wannan wasiyya a zahiri ba ta karyewa domin
tana nuna nufin Allah ne, kuma tana wanzuwa a cikin
mutum, kuma abin da kawai zai yi shi ne ya bayyana
ta a cikin zurfinsa.**

**Lokacin da mabiyanka suke addu'a
Ina tattara hasken farin ciki mai tsarki daga
idanunsu**

**Kuma ina haɗa shi da sha'awar ruhaniya ta
Don bayar da shi a matsayin abin sha mai
wartsakewa ga tunanina mai kishirwa**

**Tana sha har sai ta gamsu, kuma radadinta da
fargabarta sun bace**

**Ga masu neman ta'aziyya da tausayawa
Ina gabatar muku da wannan hadaddiyar giyar
sihiri**

**A cikin kokon gaskiya na zuciya mai tsarki da
kyakkyawar niyya**

**Allah ya sa duk wanda ya sha wannan maganin
mai albarka ya yi amfani**

**Yana fuskantar yanayi na farin ciki na dindindin
kuma yana manta da matsalolinsa da radadinsa!**

**Ka bamu ruwan fahimta
Miliyoyin mutane sun gaji kuma sun gaji da
kishirwa ta ruhaniya**

**Don haka suka fara yin tsere a cikin taron jama'ar
jahilci mai girma**

**Mutane da yawa sun girgiza saboda girgizar kasa
mai karfi**

**Suna faɗuwa a kan hanya
Jahilci yana murkushe su da kafafuwan sa
Ya Ubangiji, muna son ruwan salama
da abin shan hikima
Kuma maganin fahimta
Don kashe kishirwarmu mai zafi
Domin ba tare da ruwan fahimta ya kashe shi ba
Muna jayayya, muna jayayya, kuma muna faɗa
Muna kashe junanmu
Maimakon kokarin nemowa
A cikin kwarin tsaunuka masu tsayi
A Tafkin Fahimta
Wanda ruwansa ke kashe kishirwar rai
Yana ba da labarin fannonin motsin rai**

**Duk lokacin da na aika da motsin tausayi da fatan
alheri ga wasu, sai na buɗe hanyar zuwa ga kaunar
Allah**

**Don ku zo gare ni
Soyayyar Allah ita ce maganadisun da ke jawo mafi
kyawun alheri**

**Ya Ubangiji, shiga wurin mafakar raina ta taga
sha'awa a cikin zuciyata, da kuma ta hanyar
addu'o'ina masu karfi**

**Zan kone duk raunin tunani da ɗabi'a na a cikin
wutar kuduri, domin sai dai idan ban kawar da
wadannan raunin ba, ba zan iya ganin harshen wuta
mai albarka da Allah ya hura ba**

**Ya Ubangiji,
A yau zan yi alkawarin cimma wasu takamaiman
abubuwa sannan zan yi abin da na tsara**

**Da farko zan tabbatar da cewa niyyata ta yi
daidai, sannan zan ji karfinka, kuma da taimakonka
da albarkarka, zan cika abin da nake niyyar yi.**

Rashin lafiya iri uku ne: na jiki, na tunani, da na ruhaniya

Rashin lafiya ta jiki yana faruwa ne sakamakon guba iri-iri, cututtuka masu yaduwa, da haɗurra

Rashin lafiyar kwakwalwa yana faruwa ne sakamakon tsoro, damuwa, fushi, da sauran matsalolin motsin rai.

Amma rashin lafiya ta ruhaniya, tana tasowa ne daga rashin sanin dangantakar mutum da Allah

Jahilci shine babbar cuta Idan mutum ya kawar da jahilci, yana kuma kawar da abubuwan da ke haifar da duk cututtukan jiki, na hankali, da na ruhaniya.

Malamina, Sri Yuktsuwar, yakan ce: Hikima ita ce maganin kowace cuta

Yayin da hasken rana ke yaduwa, zan sanya hasken bege a cikin zukatan talakawa da masu bakin ciki, sannan in kunna fitilun kuduri da amincewa da kai a cikin zukatan waɗanda suke tunanin sun gaza.

Idan muka fahimci cewa rayuwa makaranta ce ta koyo da yin ayyuka, kuma a lokaci guda mafarki ne mai wucewa, to za mu san cewa Allah yana tare da mu

Dole ne rayuwa ta dogara ne akan hidima, domin idan ba tare da wannan kyakkyawan manufa ba, tunanin da Allah ya bai wa mutum ba zai cimma manufar da aka halicce shi don ita ba.

Wata rana da dare na je yin wanka a cikin teku cikin hasken wata. Ruwan yana da sanyi sosai, amma na tunatar da kaina cewa komai an yi shi ne da wutar lantarki, cewa wutar lantarki ɗaya da ke haifar da sanyi ita ma tana haifar da zafi, kuma cewa ruwa kanta ba komai ba ne illa bayyanar kuzarin wutar lantarki.

A tsakiyar wannan tunanin, hasken Allah ya lullube ni, kuma jin sanyi ya bar ni saboda na ki yarda da shi Madadin haka, na tabbatar da gaskiyar cewa komai an yi shi ne da wutar lantarki ta Allah.

Shekaru da suka wuce, yanayin yana da zafi sosai, kuma kowa yana haki. Ta hanyar haɗin kai na tunani, rashin jin dadinsu ya koma gare ni, yana hana ni mai da hankali da rubuta labarai. Sai na yi wa kaina tsawa, ina cewa, "Me yasa duk wannan?" na yi addu'a ga Allah.

"Ya Ubangiji, wutar lantarki ɗaya ce ke haifar da zafi a cikin tanda da kankara a cikin firiji. Yanayi yana da sauki!" Nan da nan yanayin ya yi mini daɗi kamar wani yanki na dusar kankara ya kewaye jikina, sai na fara jin kwarin gwiwa sosai kuma na rubuta ba tare da wata matsala ba.

Wata rana, ina tafiya a fadin jihohin cikin wata mota a bude tare da wasu matasa daliban da suka gano kansu [bayani sun nuna cewa daya daga cikinsu mai suna Rashid] Daya daga cikinsu shine sakatare na. Ni da shi mun kwana a cikin motar mun raba karamin bargo.

Daren yana da sanyi sosai. Lokacin da na yi barci mai zurfi, sai ya cire bargon daga kaina, kuma lokacin da na farka a tsakiyar dare, sai na cire bargon daga jikinsa ba tare da sanin komai ba! Wannan ya ci gaba na ɗan lokaci. Sai hankalina ya ce, "Me yasa kake yin haka? Komai lafiya. Kana da dumi!"

Sai na jefar da bargon, na zauna, na fara tunani har sai da jikina ya ji kamar burodi mai zafi. Lokacin da almajiran suka farka bayan sa'o'i biyu, suna rawar jiki saboda sanyi, suka same ni babu motsi. Na nutse cikin farin ciki mai tsarki, kuma suka yi tunanin na mutu. Sun tashe ni daga farin ciki na ruhaniya da ihunsu, amma na yi murmushi na ce, "Me yasa

wannan hayaniya ta yi yawa, samari? Mu ci gaba da tafiyarmu."

Sun yi zanga-zanga, suna cewa, "Ina zaune a cikin sanyi mai sanyi ba tare da riga ko bargo ba! Duk da haka ban kamu da mura ba, ni kadai ne na zauna cikin dumi!"

Lura: Ba mu ba da shawarar fallasa jiki ga yanayi mai tsauri na yanayi ba. Mai hikima Paramahansa ya ambaci waɗannan abubuwan don nuna karfin ɗan adam da iyawar da ke tattare da shi, duk da haka ya ba da shawarar yin taka tsantsan da daidaitawa wajen magance irin waɗannan yanayi.

Na fahimci cewa tunanina zai kawo min ko dai gazawa ko nasara, ya danganta da wace ra'ayi ce ta fi karfi a rayuwata. Saboda haka, zan yi kokarin tunawa cewa Kai, Ya Ubangiji, kana mika hannun taimakonka kuma ka shirya hanya don nasarata.

Zan rungumi gaskiya da gaskiya a cikin mu'amalata da mu'amalata da kowa, kuma zan yada tunani mai kyau da fatan alheri, sannan Allah zai tallafa mini da karfinsa da hikimarsa.

Idan hankali ya yi daidai da Allah, tushen dukkan alheri da kuma tushen dukkan ikoki masu albarka, zai fahimci kasancewar Allah kuma ya mallaki dukkan abubuwan nasara

Waɗannan abubuwan suna da alaƙa da babban ikon Allah, wanda ke iya kirƙirar sabbin dalilai da damammaki na nasara a kowane fanni.

Ya kamata mu nemi al'ummar mutanen da ke ci gaba waɗanda za su gaya mana gaskiya kuma su taimaka mana mu inganta kanmu

Abokai na kud da kud sune wadanda ke ba da shawara ta hanyar da za mu iya amfani da ita da kuma abubuwan da ya kamata mu yi don canza rayuwarmu zuwa mafi kyau.

Suka mai tsanani, wadda aka bayar da mugunta da taurin zuciya, kamar bugun mutum a kai ne da guduma, yayin da soyayya ta fi karfi da amfani.

Shawarwari masu kyau da aka bayar da kauna da fahimta suna da ikon kirkirar abubuwan al'ajabi, yayin da sukar da aka yi wa wasu ba ta da wani amfani.

Ko da bakin cikin da ya fi zurfi ana warkar da shi ta hanyar lokaci, don haka babu amfanin kawo bakin ciki kowace rana ta rayuwarmu.

Bakin ciki mai tsawo game da wanda aka kaunata ba ya taimaka masa ko mu, kuma ba ya canza komai a zahiri

Kirkirar hadaddun rashin karfin hali ko hukunta kanka saboda kurakurai ko gazawar da suka gabata ba shi da amfani; maimakon haka, yana sa rayuwa ta zama abin bakin ciki kuma yana gurgunta iyawar tunani.

Bai kamata mu bari mu fada cikin ramin al'ada mai ban sha'awa ba, domin wannan yanayi ne na tunani wanda ba shi da dadi, domin yana damun hankali kuma yana kone iyawar boye a cikin wutar rashin kulawa.

Nufin dan adam babban mai samar da makamashi ne Ta hanyar amfani da karfin zuciya da sha'awar samun damar samun tushen makamashi na gaske, mutum zai iya haɗuwa da mai rarraba karfin ciki mara iyaka cikin sauri

Kowace kalma, ko mai kyau ko mara kyau, tana barin girgizarta (watau tasirinta) a cikin jiki ko kwakwalwa, da kuma kuzarin rayuwa da tunani a cikin nau'in sha'awa da sha'awa. Saboda haka, girgizar dukkan magana tana barin halaye masu kyau ko marasa kyau a cikin tunani.

Wanda ya kawar da dalilan da ke sa a karkatar da gaskiya yana kafa babban karfi a cikin kansa don kada ya yi shaidar karya kuma duk kalmominsa gaskiya ne

Ya Ubangiji, ka ba ni karfin yin amfani da muryata don bauta wa gaskiya ta hanyar faɗin kalmomi masu daɗi, masu amfani, da kuma wartsakewa. Yi wakokinka marasa mutuwa a kan sarewa ta rayuwata domin in sami albarka ta hanyar rawar wakokinka masu tsarki.

Mu muhimmin bangare ne na teku mai faɗi mara iyaka Idan muka isa gare ta muka yi iyo a ciki, hankalinmu yana faɗaɗa kuma muna jin faɗinmu.

Tunaninsa yana kusantar da mu gare shi, tunaninsa yana kai mu gare shi, kuma ci gaba da kokari don daidaitawa da shi yana ba mu ilimi, kuduri, da kuzari

Abin da ya zama kamar wahala a zahiri gayyata ce ta sakin ikon da ke cikinmu, kuma tare da kowace fitowar kuzarin da ke boye na alheri a cikinmu, muna kara karfi da hikima

Allah yana miƙa hannu wajen taimako ta hanyoyi boyayyun hanyoyi. Kwanciyar hankali da ke saukowa ga mai nema yayin bimbini shaida ce ta kasancewarsa, kuma farin cikin ruhaniya da mai

bimbini ke ji shine amsarsa ga sha'awarsa da kaunarsa.

Mutum yana buƙatar samun isasshen lokaci don jin daɗin kyawun yanayi, don yin nazarin rayuwarsa, da kuma bincika abubuwan da yake ganin suna da mahimmanci ko waɗanda yake ganin suna da mahimmanci kuma ba zai iya yi ba tare da su ba, don ya iya jin daɗin abin da yake da shi kuma ya yi lokacin da ya dace tare da danginsa da abokansa don ya san su sosai, kuma mafi mahimmanci, don sanin kansa.

Waɗanda suka san Allah sun fahimci cewa rai na ciki yana ɗauke da ni'ima ta har abada a cikinsa. Kuma duk wanda ya ɗandani wannan ni'ima kuma ya gamsu da ita yana da hikima mai ɗorewa.

Me yasa rashin lafiya yake kama da abin tsoro? Domin yana kawo ciwo da mutuwa

Dole ne a kawar da cutar daga jiki da kuma daga tunani da rai da ke cikin jahilci

Ba a iyakance zafi ga jiki na zahiri ba; akwai kuma wahalar tunani, ta hankali, da ta ruhaniya. Muna fama da baƙin ciki, daga wasu halaye marasa kyau da yanayin tunani, kuma daga tsoro waɗanda galibi ake tunanin su. A ruhaniya, muna fama da rashin sanin yanayin da ba ya mutuwa na rayukanmu.

Ikon Allah yana aiki da cikakken daidaito, don haka dole ne mutum ya kasance cikin jituwa kuma ya bi shi

Dole ne mu bar rawar da Allah ke yi ta gudana zuwa gare mu da kuma ta wurinmu

Kuma domin ya kawo kasancewarsa mai rai a cikin rayuwarmu ya kuma ɗora wa jikinmu alhakin kuzarinsa mai albarka da warkarwa

Ta hanyar maye gurbin fa'idodi marasa kyau da nagari, ruɗani yana baɗewa kuma kwanciyar hankali yana dawowa.

Idan almajiri ya yanke shawara mai karfi don ci gaba a kan hanya, babu abin da zai hana shi kuma babu wani cikas da zai hana shi

Jiki yana da tarin tiriliyan kwayoyin halitta, kuma kowace kwayar halitta kamar halitta ce mai hankali. Dole ne a farka da kuma horar da hankali a cikin kowace kwayar halitta don sanin duk abin da za a iya sani, amma mutum bai horar da waɗannan kwayoyin ba, saboda haka yana rayuwa cikin yanayi na bakin ciki, fahimtar hankali na ɗan lokaci, kuma yana fama da rashin ilimi.

Lura: An yi wannan bayanin a sama a lokacin lacca daga Master Paramahansa a shekarar 1927 Shekaru da dama bayan haka, masana ilmin halitta sun sami damar gano DNA da ke cikin kwayar halitta ta kowace kwayar halitta Gwaje-gwaje sun tabbatar da cewa DNA da ke cikin kowace kwayar halitta ya kunshi bayanai da hankali masu matuƙar daidaito.

Gaskiya da gaskiya suna daga cikin manyan halaye da nake matuƙar daraja a cikin mutum

Abota tana girma da gaskiya da bunkasa da bunkasa a cikin kasa ta gaskiya

Komai kusancinmu da wani, dole ne mu kara kyautata wannan dangantaka da girmamawa da ɗabi'a mai kyau, to abotar za ta yi kyau kuma ta dawwama.

Duk da haka, saba da ke haifar da sakaci da rashin kula da yadda wasu ke ji yana lalata abota

Mutum yana buƙatar abokai na gaske waɗanda suka hau kan matakin rayuwa don taimaka masa ya ci gaba da ingantawa. Ya kamata kuma ya taimaki wasu su tashi tsaye su raba musu albarkar Allah da yake jin dadinsa.

Abota ta gaskiya ita ce jan hankalin ruhaniya ta duniya da ke kusantar da rayuka tare kuma tana dāure su da haɗin kaunar Allah

Wannan soyayya ko abota na iya faruwa tsakanin mutane biyu ko fiye

Idan abota ta ruhaniya ta zauna a cikin zuciya, rai yana shawagi a cikin teku mai cike da ruhun sararin samaniya, yana barin kuntatawa da iyakokin da suka raba ta da halittar Allah.

Ina jin alaƙa da dukkan bil'adama, kamar yadda mutum yake jin kusanci da iyalinsa. Wannan jin ba za a iya misaltawa ba, kuma idan ya zo, yana kawo fahimta mai zurfi game da ma'anar da kyawun rayuwa.

Yana da hikima a yi kokari mu yi nufin Allah a cikin duk abin da muke yi, domin wannan ita ce hanyar zuwa ga kwanciyar hankali da farin ciki na ciki. Wannan sararin samaniya mai faɗi da ba shi da iyaka, tare da karfin halittu daban-daban, ana tafiyar da shi ta hanyar nufin Allah. Komai yana aiki daidai da tsarin Allah, kuma mu ɓangare ne na wannan shirin sararin samaniya.

Dole ne mu yi aikinmu, kuma dole ne mu taka rawar da Allah ya ba mu, ba rawar da za ta faranta mana rai ba

Daga taskar bayanai: Shin mun taɓa haɗuwa a baya?

A zamanin da, a cikin zuciyar ether, lokacin da muka wanzu a matsayin ruhohi, duk mun yi barci

A karkashin bargon kaunar Allah Kuma lokacin da Allah ya tashe mu, muka yi nisa da Shi, kamar yadda yake a cikin labarin ɗan bataccen, kuma muka manta da alaƙar Allah da ke tsakaninmu muka zama baki ga junanmu

Bayan mun bar gidanmu na sama, mun zama matafiya a wannan duniyar, muna ratsa kusurwoyin duniya muna tafiya kan hanyoyin kaddara

Mun yi tafiya mai nisa da nesa, nesa da gidanmu na asali Duk da haka, lokaci zuwa lokaci, wasu wurare, abubuwan da suka faru, da fuskoki suna farkar da tunanin da aka boye da kuma zurfafaƙan ji na ciki da ke raɗa mana rada.

Muna jin cewa muna sake fuskantar abubuwan da muka sani a baya, kuma muna haɗuwa da kuma sadarwa da kaunatatun waɗanda muke kusa da su a baya.

Ya Ubangiji, ka albarkace mu da alherin kaunar Allah

**Bari zukanmu su narke da sha'awar ku
Kuma wutar sha'awa tana ci a cikinta
Watakila rayukanmu suna cikin kurkuku a cikin keji na zahiri**

**Tana 'yantar da kanta daga takuranta
Kuma ta tafi, tana kokarin bin sha'awar Allah
Zuwa gaɓar teku na har abada
Ya masoyinmu na har abada**

**Muna rokonka, Ya Ubangiji
Bari kaunarka ta haskaka a kan rayukanmu
Kuma Allah ya haskaka mana darajar ɗaukakarka**

Kuma Allah Ya sa hikimarka ta jagorance mu a dukkan mataakai na rayuwarmu

Kuma Allah Ya karbi kaunar zukatanmu da sha'awarmu

Kuma ka albarkace mu da tabawarka ta kasancewarka

Kuma don jin daɗin kasancewa kusa da ku

Lokacin da muka fara fahimtar ɗan adam gaba ɗaya, za mu fahimci cewa ba kawai wani abu ne na zahiri ba. A cikinsa akwai karfi da yawa, wanda karfinsa yake amfani da shi zuwa mataakai daban-daban don daidaitawa da yanayin wannan duniyar. Kuma karfin waɗannan karfin ya fi girma fiye da yadda mutum zai zata.

Jan hankalin soyayyar Allah yana aiki ta hanyar jan hankali mai tsarki da kuma lallashi mai laushi. Idan zuciya ta ji kiran soyayyar Allah, tana da sha'awar faɗaɗa da'irar kaunarta da aka kama don ta haɗa da wanzuwa da duk abin da ke cikinta. Don haka, kaunar da aka kama za ta 'yantu kuma ta zama marar kamun kai a wajen sandunan son kai da taurin kai.

Don haka soyayya ta sami kanta sabuwa a cikin zuciyar Allah, kuma komai ya haɗu cikin wannan haɗin kai mai albarka

Muna girma ta kowace irin gogewa da muka fuskanta, matukar mun fahimci cewa za mu iya koyon darussa masu amfani daga gare su. Kowane ciwo da wahala da muke fuskanta yana da ma'ana da manufa.

Duk da tsananin gwaje-gwajen, suna kama da wuta da ke narkar da karfe don mayar da ita karfe mai kyau, mai ɗorewa, kuma mai amfani.

Tawali'u ita ce kofa a buɗe wadda yalwar rahama, kauna, da natsuwa ke shiga cikin rayukan kirki waɗanda ke son alheri kuma suna karɓar haske da albarkar sama.

Ko mutum ɗan kasuwa ne mai nasara, ko ɗan siyasa mai wayo, ko azzalumi mai mulkin kama-karya, ko kuma babban mai kawo sauyi, ikonsa ba komai ba ne idan aka kwatanta shi da ikon Allah mara iyaka.

Girman kai yana haifar da makanta ta ruhaniya domin yana kawar da hangen nesa na fadin da ke zaune a cikin manyan rayuka daga rai

Manyan mutane sun fahimci cewa karfinsu an aro shi ne daga Allah Maɗaukaki wanda yake kaunar masu tawali'u kuma yana kara musu ilimi, shiriya, da karfi

Abota ta gaskiya ita ce hasken da ke bamu kwarin gwiwa don mu taimaki junanmu domin mu iya ganin kofar aljanna mu ratsa ta cikinta zuwa cikin duniyar kaunar Allah.

Mummunan fushi kamar ciwon daji ne, yana cin zarafin kwanciyar hankali na ciki Wannan yana bayyana dalilin da yasa wani mai halin tsauri ba zai iya shawo kan wahalhalu da matsalolinsa ba

Idan mutum ya takaita kansa da halaye masu cutarwa, ba zai iya ci gaba da gwagwarmaya da rayuwa ba, kuma da zarar ya bar mummunan yanayi ya mallaki hankalinsa, nufinsa zai gurgunta

Waɗannan halaye suna lullube kwakwalwa cikin hazo na ruɗani da ruɗani, kuma suna lalata hukunci mai kyau.

Mutum zai iya yin nasara ta hanyar tunaninsa da nufinsa, komai irin ɗacin rai da wahalar da ke tattare da shi a rayuwa.

Ruhin ɗan adam yana ɗaure da jiki ta hanyar sarkokin sha'awa, jaraba, matsaloli, damuwa, da tsoro, kuma yana kokarin 'yantar da kansa.

Idan ka ci gaba da jan wannan sarkar da ke ɗaure ka da saninka ta zahiri, wata rana hannun Allah zai shiga tsakani ya yanke sarkar, kuma za ka sami 'yanci.

Menene darajar rayuwa ba tare da abokai nagari masu aminci ba? Zuciya tana da maganadisu da ke jan hankalin abokai na gaske. Magnet ne na soyayya, rashin son kai, da kuma damuwa ta abokantaka.

Idan muka yi musabaha da wani, ya kamata mu nuna masa yadda muke kaunarsa da kuma gaskiyarsa, sannan mu yi kokarin taimaka masa gwargwadon iyawarmu.

Babu bukar mutane su ci gaba da zama marasa canzawa. Dole ne a cire mayafin ruhi daga ainihin ruhin domin ya haskaka da tsarkinsa da karfinsa, yana bayyana ɗaukakar da Allah ya bai wa ɗan adam.

Allah ya albarkaci kyawawan kokari, buri na halal, da kuma kudurin cimma nasara

Ya Ubangiji,

Ko da kuwa irin jarabawa da wahalhalun da nake fuskanta

Na san cewa yana wakiltar mataki na gaba na ci gaban ruhaniyata

Na san cewa ina da ilimi da iko sosai

Wadannan abubuwa biyu da ka ba ni

**Tabbataccen fahimta da kuma wani gagarumin
nasara**

**Aljanna yanayi ne na farin ciki mai girma inda
babu matsala ko bakin ciki**

**Ta hanyar ci gaba da kokari da ayyukan alheri,
rayuka a karshe sun kai ga yanayin farin ciki mai
forewa da sabuntawa**

**Ayyukan alheri suna nufin tunani da ayyuka masu
amfani da amfani**

**Idan ka iya mayar da jahilci zuwa hikima
Daga rauni da rauni zuwa lafiya da kuzari
Yi tafiya da karfin hali da karfin hali - ko da kai
kadai - a kan hanyoyin rayuwa**

**Da kuma farin cikin ciki na samun lamiri mai rai
da kuma natsuwa**

**Da kuma imani mara misaltuwa game da adalcin
Allah da kuma nasarar gaskiya akan karya da kuma
gaskiyar akan ruhani**

**Kuma lokacin da kuke kokarin fitar da tunaninku
kowace rana zuwa mata kai mafi girma da inganci**

**Tana da zuciya mai kauna da godiya
Kuma kyawawan niyya ga wasu
Ciyar da hankalinka yana da maganadisu
Sannan zai jawo hankalinka ga duk abin da yake
da kyau da amfani**

**Daga abubuwa, mutane, da kuma yanayi da ake
bukata**

Ci gaba da tafiya zuwa gabar tsaro da aminci

**Manne wa shiru da kwanciyar hankali mai kyau,
ko da na rabin sa'a kawai kafin a yi barci da dare da
kuma tashi da safe, zai kara jin daɗin jin daɗin
tunani, wanda ke taimakawa wajen fuskantar duk**

**mawuyacin yanayi na yakin rayuwa na yau da kullun.
Tare da wannan jin dadfin ciki, yana yiwuwa a cimma
bukatu da bukatu na yau da kullun.**

**Isa ga yanayin wayewa mafi girma yana hanzarta
ci gaban ruhaniya kuma yana taimakawa wajen
nutsewa cikin teku na ruhu cikin kwarewa**

**Mutum yana samun farin ciki bisa ga ingancin irin
tunani da ayyukan da ya shuka kuma yana ci gaba da
shukawa a cikin kasan rayuwarsa**

**Hankalin ɗan adam babban rumbunan makamashi
ne ko ayyuka masu mahimmanci**

**Ana amfani da wannan aikin koyaushe a cikin
motsin tsoka, aikin zuciya, huhu, da diaphragm,
metabolism na kwayoyin halitta, halayen sinadarai na
jini, da kuma aikin gabobin jijiyoyi na motsa jiki
(jijiyoyi)**

**Bugu da kari, ana kashe kuzari mai yawa akan
tunani, motsin rai, da kuma nufin**

**Tsoro yana raunana ayyukan da ke da
muhimmanci kuma yana ɗaya daga cikin makiyan da
ke da karfin halin aiki**

**Munafunci ba ya haifar da sakamako mai kyau.
Mafi wayo daga cikin masu wayo ba zai iya boye abin
da idanunsa suka bayyana ba, domin duk tarihin
mutum yana rubuce a idanunsa.**

**Idan kana son sanin yanayin wani, ka roki Allah ya
bayyana maka gaskiya game da wannan mutumin,
domin ba ka son a yaudare ka, kuma za ka ji ainihin
halinsa a cikin zuciyarka, kuma fahimtarka ba za ta yi
kuskure ba.**

Buri, niyya, da kuma nufin:

"Buri" sha'awa ce da ba ta da kuzari kuma "niyya" ita ce kudurin yin wani abu: don cika wata takamaiman buri ko sha'awa. Dangane da "nufi," ana iya bayyana ta ta hanyar cewa: "Zan yi aiki ba tare da gajiya ba har sai na cimma abin da nake so"

Idan ka horar da nufinka, za ka iya sakin da kuma jagorantar karfin ayyuka masu mahimmanci, maimakon yin fatan wani abu ba tare da yin abin da ya wajaba don cimma shi ba.

Bai kamata mu yanke tsammani ba, sai dai mu fahimci cewa Allah yana ba mu dama bayan lokaci don inganta yanayinmu, daukaka ra'ayoyinmu, da kuma kirƙirar sabbin abubuwa masu amfani ga kanmu da sauran mutane a rayuwa.

Idan ba mu ji daɗin salon rayuwarmu ta yanzu ba, ya kamata mu bincika sabbin hanyoyi da hanyoyin da za su kawo mana gamsuwa da kwanciyar hankali. Ya kamata mu yi la'akari da ayyukan da za su inganta yanayinmu da kuma sa rayuwarmu ta fi ma'ana da manufa, sannan mu aiwatar da waɗannan ra'ayoyin.

Ya Ubangiji, kada mu dauki wani aiki da ya fi muhimmanci fiye da aikin tsarki na saninka. Domin kowane aiki, ko menene yanayinsa, ana iya cimma shi ne kawai ta hanyar ikon cimma nasara da ka ba mu. Bari mu kaunace ka fiye da komai, domin ba tare da alherin rayuwarka da kaunarka ba, ba za mu iya rayuwa ko kauna ba kwata-kwata Mun fito daga Allah, kuma ainihin halittarsa tana zaune a cikinmu cikin dukkan tsarkinsa, daukakarsa, da kuma ni'imarsa mafi girma.

Sanin ni'ima:

Babu wani sabani game da wanzuwar cikakkiyar sani mai dadi, domin idan muka mallaki wannan sani, muna jin cewa an canza halayenmu ko karamin halayenmu, kuma mun tashi sama da biyun soyayya da kiyayya, jin dadi da zafi, kuma mun kai matakin da yanayin sanin yakamata na yau da kullun ya bayyana a sarari kuma a bayyane.

Muna kuma jin fadadawa da fadadawa cikin ciki, da kuma tausayawa ga komai gaba daya

A cikin wannan yanayi, hayaniyar duniya ta bace, sha'awar ta bace, kuma a cikinmu akwai jin dadin kasancewar daya kuma haske mai haske na sararin samaniya ya bayyana.

Duk kazanta da karkacewa suna narkewa zuwa babu komai, kuma muna jin kamar mun kaura zuwa wata duniya: zuwa ga tushen jin dadi na har abada da kuma dawwamammen farin ciki mara iyaka

Tsoro yana matsewa da hana ayyukan rayuwa wadanda galibi ke gudana zuwa ga jijiyoyi akai-akai, ta yadda za su yi kama da sun shanye, kuma jiki ya yi kasala kuma kuzarinsa yana raguwa sosai (tsoro abin toshe jijiyoyi ne!)

Tsoro baya taimakawa wajen kawar da dalilin tsoro. Yana raunana niyya kuma yana sa kwakwalwa ta aika da sigina mai rauni ga gabobin jiki. Bugu da kari, tsoro yana guba zuciya, yana lalata narkewar abinci, kuma yana haifar da cututtuka da yawa na jiki.

Idan sani ya ci gaba da mai da hankali ga Allah, ba za ka ji tsoron komai ba kuma za ka iya shawo kan kowace cikas da cikas da karfin hali da imani

Ikon cimma nasara yana cikin tunani Za ku fahimci wannan gaskiyar idan kun rike imaninku da kyau duk da shakkun duniya da kuma raunin da

wadanda ke kokarin kawo muku kasa Babu iyaka ga ikon tunani Mayar da hankali kan wannan ra'ayi kuma ku cika zuciyarku da himma don cimmawa da kuma kudurin yin aiki mai kyau don cimma burinku.

Ci gaba da tura hankalinka zuwa ga manyan nasarori Cimma arzikin ruhaniya, kuma duk wasu nau'ikan wadata da wadata za su kasance a hannunka

Sani ba shi da iyaka kuma ba shi da iyaka; yana fadada zuwa taurari mafi nisa kuma yana ratsa kowace kwayar zarra a sararin samaniya, har zuwa kananan electrons. Dole ne dan adam ya ji kamar yana da wannan teku na sanin sararin samaniya, yana wuce iyakokin iyali da na kasa don gane kansa a matsayin membobin babban dangin dan adam.

Babu wanda zai iya rinjayar mutum sai ta hanyar amfani ko rashin amfani da nufinsa. Dole ne mutum ya yi amfani da 'yancin nufin da Allah ya ba shi don nemansa, sannan tabbas za su same shi.

Ya kamata almajiri ya tuna cewa yana da matuƙar muhimmanci a yi mu'amala da mutanen kirki wadanda ke da tasiri mai kyau kuma wadanda ke taimaka masa wajen karfafa shi, karfafa nufinsa, da kuma haɓaka ikonsa na fahimta.

Malam Paramahansa ya ce wa gungun almajiransa:

Na ba ki soyayyata ba tare da wani sharafi ba, kuma ina da tabbacin cewa na sami soyayyarki a madadinki.

Wasu daga cikin mutanen da na sani a rayuwata sun mallaki duk abubuwan da na taɓa tunanin zan so,

**duk da haka ba su sami farin ciki wajen cika
wadannan sha'awar ba**

**Na fara neman Allah kuma na gano cewa farin
cikinsa mai sabuntawa koyaushe yana cika kowace
sha'awa kuma yana cika rai da farin ciki da gamsuwa,
kuma yana da kyau fiye da kowace irin farin ciki ko
jaraba da ke wanzuwa.**

**Bai kamata mutum ya yi amfani da zuciyar wani
ko ya bata masa yadda yake ji ba, domin zuciya ita ce
cibiyar ji, kuma saboda rikice-rikicen motsin rai suna
sa zuciya ta ji damuwa da damuwa.**

**Dole ne mutum ya duba cikin kansa don gano
halaye na musamman na halayensa**

**Wasu mutane suna son rubutu, wasu kuma suna
sha'awar rubuta waka ko rawa da waka, wasu kuma
suna yin aiki a fannin kuɗi da tattalin arziki, da
sauransu.**

**Abin takaici, akwai wadanda suke son yada jita-
jita da shiga cikin tsegumi, ko jayayya da fada**

**Bai kamata mutum ya yi kokarin canza kyawawan
halayensa ba, amma ya kamata ya kawar da
wadannan abubuwan da yake yi ba tare da son ransa
ba wadanda ke kawo masa bakin ciki da nadama
sakamakon haka.**

Haɗin kai na tunani mara kyau:

**Wadanda wannan cuta ta shafa suna zama masu
bin didigin farin ciki. Suna imani da cewa farin ciki
yana cikin tara dukiya, samun suna, ko mallakar lafiya
ko iko, suna sadaukar da komai—lafiya, kyakkyawan
suna, kwanciyar hankali, girmamawa, da mutunci—a
kan bagadin burinsu mai zafi. Sun makara, sun
fahimci cewa rayuwa mai daidaito ce kawai, wacce ke**

girmama dokokin yanayi da ka'idodin Allah, kuma tana daidaita ayyuka da natsuwa, za ta iya kawo farin ciki na gaske da kuma cika manufar rayuwa mai daraja.

Wadanda ke fama da rashin lafiyar alakar soyayya suna shagaltuwa da tunanin sha'awa mara iyaka, wanda ke haifar da karkatacciyar fahimta game da rayuwa. Misali, wani ɗan kasuwa ya sami babban nasara kuma ya tara dukiya, amma kafin ya ji daɗin dukiyarsa, ya fuskanci matsalar damuwa saboda damuwa da tsoro mai yawa, kuma ya mutu cikin bakin ciki [Allah ya ta'azantar da ku]

Wasu kuma sun yi imanin cewa komai ya halatta domin cimma burin. Saboda wannan rudanin, sun rasa ainihin manufarsu kuma ba sa iya cimma ko da karamin gamsuwa, koda kuwa suna da waɗannan abubuwan da suke fata, domin yanayin ɗan adam yana da faɗi kuma yana da fuskoki da yawa kuma yana buƙatar daidaiton ci gaba a kowane mataki.

sanyin hankali

Wannan rashin lafiya tana da wani suna: yanke kauna Mutum ba ya taɓa sanin lokacin da zai buge kuma yana fama da alamunsa masu ban tausayi, kamar rashin bege, rashin hakuri, damuwa, da rashin hakuri Mafi muni kuma, sau da yawa yana tsawaitawa, kuma waɗanda abin ya shafa sau da yawa suna sake dawowa cikin sauƙi, koda kuwa sun yi imanin sun warke

Ciwon kwakwalwa

Wannan rashin lafiya yana faruwa ne ta hanyar damuwa ta yau da kullun game da duniya. Waɗanda ke fama da ita galibi ba sa amfani da karfinsu don haka suna mika wuya ga tsoronsu na yau da kullun maimakon fuskantar su da karfin hali da kawar da su daga tushensu.

Babban abin da miji da mata za su iya yi wa junansu fatan alheri shi ne fahimtar ruhaniya wadda ke karfafa budewar motsin rai kuma tana fitar da halaye masu kyau kamar fahimta, la'akari da ji, da kauna.

Duk da haka, dole ne a yi la'akari da cewa ba za a iya dora wa wasu ci gaban ruhaniya ba.

Idan mutum ya ji kauna ga wasu, kirkinsu zai zaburar da wadanda yake kauna a kusa da su kuma ya yi tasiri mai kyau a kansu.

Allah yana ziyartar zukatan da hawayen sha'awa suka tsarkake kuma kyandirori na soyayya suka haskaka su

**Malama Paramhansa ta ce wa gungun dalibai:
Kada ka yi tsammanin furen ruhaniya kowace rana daga lambun rayuwarka**

Ka yi imani da cewa Allah, wanda ka damka wa al'amuranka, zai ba ka lada kuma ya cika maka burinka a kan lokaci Yanzu da ka shuka irin kaunar Allah a cikin kasan rayukanka, ka kula da ita da addu'a da ayyukan alheri, ka kuma cire ciyayi masu cutarwa da kwayoyin cuta da ke kewaye da ita: ciyayi na shakku, gundura, da kasala.

Idan fahimta mai tsarki ta tsiro, ka kula da su ka kuma shayar da su da ruwan sha'awa da imani, kuma wata safiya za ka yi farin ciki da ganin fure mai albarka na sanin kai

Ba za mu taba mantawa da babban kaunataccen da ke boye a bayan duk kaunatatunmu da abokai ba, kuma kada mu bari kaunar abubuwan duniya masu wucewa ta mamaye zukatanmu, wadanda za su bugi

tare da kaunar allahntaka ta har abada wadda ba ta da daidai kuma babu soyayya a wanzuwa ta wuce ta. Domin lokacin da kaunar allahntaka ta mallaki zuciya, natsuwa ta zauna a cikinta kuma farin cikin rai ya cika ta.

Littattafai suna ba wa ɗan adam shawara da su yi tunani a kan Allah, su nutsar da hankalinsu a cikinsa, su mika dukkan abubuwa gare Shi, kuma su bauta masa da gaske, ba tare da yin zato ko munafunci ba. Sanin Allah ya kamata ya zama babban burin rayuwa. Ba za a iya cika ayyukan duniya ba tare da taimakon ikon da Allah ya bai wa ɗan adam ba.

Babu wani abu a rayuwar mutum da ya kamata a ɗauka a matsayin mafi muhimmanci fiye da Allah. Idan mutum ya damu da Allah da gaske kuma ya cika aikinsa na ruhaniya a gare shi, yanayinsa zai inganta ta kowace hanya, kuma zai ji aminci da kwanciyar hankali duk da duk wani yanayi da ya kewaye shi.

Bai kamata mutum ya keta hakkin wasu ba, kuma kada ya kwace musu kasarsu, zaman lafiya, kauna, mutunci, ko duk wani abu na kayansu da ɗabi'unsu.

Idan ba ka jin sha'awar ɗaukar abin da ba naka ba, abin da kake bukata ko sha'awa zai zo maka. Sata tana fara zama a cikin tunani lokacin da mutum ya fara hassada wasu. Dole ne a cire zuriyar mugun sha'awa daga tunani.

Kyauta ta ruhaniya ita ce hanya, to mutum zai jawo wadata ta halitta, kuma albarka za ta kwarara zuwa gare su daga tushen da suka sani da kuma tushen da ba su sani ba. Dokar Allah ce marar kuskure. Game da barayi da mutane masu son kai, suna batar da rayuwarsu suna neman abin duniya, idanunsu koyaushe suna kan abin da wasu ke da shi, ko da kuwa asusunsu yana cike da zinariya.

**Sai dai idan an yi watsi da son kai na duniya,
duniya ba za ta iya sanin farin ciki ba**

**Bayan shekaru da dama na aure, dubban miji da
mata suna tambayar kansu:**

"Ina soyayyarmu ta tafi?"

**Amsar waɗannan mutane ita ce: Wutar sha'awa ta
wuce gona da iri ta cinye shi, kuma son kai da rashin
girmamawa suka rinjaye shi.**

**Idan waɗannan halaye marasa kyau suka shiga
zuciya, soyayya ta koma toka**

**Idan namiji da mace suka wulakanta junansu,
suna lalata farin cikinsu tare har abada**

**Ya kamata namiji ya taimaki mace ta nuna
kyawawan halaye kuma ya sa ta ji cewa ba wai kawai
tana tare da shi don biyan bukatunsa ba, amma a
matsayin abokiyar tafiya, wacce yake da girmamawa
da godiya a gare ta, kuma wanda yake ɗaukarsa a
matsayin bayyana mafi girman fannoni na rayuwa.**

Mata ya kamata su kalli maza ta wannan hanyar

**Idan ka shafa taki mara kyau a tushen itace,
'ya'yan itacen za su yi kankanta kuma su yi rauni.
Hakazalika, lokacin da mutum ya ciyar da bishiyar
abota da son kai, dalilansa marasa amfani suna batar
da 'ya'yan wannan abota kuma suna batar da 'ya'yan
wannan abota.**

**Sha'awar wani kawai saboda yana da arziki ko
tasiri kuma zai iya yi mana wani abu ba za a iya
kiransa abota ba. Haka nan, sha'awar wani saboda
kyawun fuskarsa ba abota ba ce. Idan wannan fuskar
ta rasa kyawunta na kuruciya, "abota" za ta bace ta
zama abin da ya shuɗe.**

Ayyukan alheri da mutane masu daraja ke yi don taimaka wa wasu ba ya kamata a yi su don shahara da shahara ko kuma don gamsar da girman kai ba, a'a, ya kamata a yi duk ayyukan ne saboda kaunar Allah da kuma neman yardarSa.

Wadanda ke jin dadin yin tsegumi, batanci, da kuma yin tsegumi game da wasu ba za su taba sanin farin cikin taimaka wa wasu da kalmomi masu karfafawa da shawara mai kyau ba. La'anta mai tsanani tana hana mai laifi gwiwa kuma tana haifar da fushinsa.

Yawancin mutane suna sane da raunin da ke tattare da su da raunukan da suka faru a cikin zukatansu, kuma ba za a iya warkar da su ta hanyar cin zarafi mai tsanani da kuma zagi mai zafi ba, sai dai ta hanyar amfani da man shafawa na soyayya mai kwantar da hankali da kwantar da hankali.

Ya Ubangiji, ka bar ni in yi abin da kake so in yi, kuma kada in bari burina ko sha'awata su rinjaye ni. Ka taimake ni in kammala ayyukan da za su sa wannan duniya ta zama wuri mafi kyau ta kowace hanya, domin tunani da ayyukana su yi shelar d'aukakarka su kuma tunatar da wasu game da Kai.

Barci albarka ne, domin duk abin da matsalolinka suka kasance, za ka 'yantu daga gare su idan ka kauce hanya. Amma dole ne ka koyi yadda za ka 'yantu daga matsaloli a lokacin da kake farkawa. Idan ba ka taba d'andana sukari ba, ba za ka san zakinsa ba. Haka nan, sai dai idan ka yi amfani da karfin tunani sosai, ba za ka iya fahimtar karfinsa mai ban mamaki ba.

Yayin da Mai Girma Alkali ke yanke hukunci na karshe game da wani lamari mai sarkakiya wanda ke nufin rai ko mutuwa ga wani mutum, a daidai lokacin da yake tunanin matsalolin gida da suka same shi a wannan rana kuma ya damu saboda ba a aiwatar da dokarsa a gida ba!

Idan irin wannan alkali ya yanke hukunci mara adalci wanda zai kai ga mutuwar wani marar laifi saboda rashin maida hankali, to shi ma zai tsaya a gaban Alkali Mai Girma, Alkalin dukkan zunubai: dokar duniya wadda ba ta san son kai ba kuma babu wurin nuna son kai.

Har yanzu ina tuna lokacin da na sami wata matsala da ba a zata ba; daga bayan gajimaren tunani, wayewar ni'ima ta ruhaniya ta bayyana ba zato ba tsammani kuma ta mamaye rayuwata.

Wannan kwarewa mai albarka ta wuce duk tsammanin da ake tsammani, yayin da na ji wani farin ciki mara misaltuwa, kuma hasken ni'ima ya haskaka dukkan kusurwoyin duhu na sani, yana kawar da inuwar rudani da tambayoyi.

Wannan hasken—kamar na'urar X-ray—ya ratsa cikin abubuwa masu kauri ya kuma nuna mini abubuwan da suka fi gaban hangen nesa na yau da kullun, gabas da yamma, arewa da kudu, a gabana da bayana, sama da ni da kasa da ni, a cikina da kewaye da ni, da ko'ina.

Shakku mai halakarwa yana kama da gurguwar tasirinsa. Yana hana tunani mai gina jiki kuma yana hana karfin zuciya.

Yana aiki a matsayin shinge ga ayyukan alheri na manyan iko da dokokin duniya, yana hana ni'imomin

Allah isa ga rai. Hakanan yana kawo jin damuwa da rashin taimako.

Yana kin nasara kuma yana kin ra'ayoyi saboda sha'awar jahilci, son zuciya, son zuciya mara adalci, ko motsin rai da sha'awa marasa iko

Sake haihuwa ta ruhaniya yana nufin 'yantar da kai daga kejin jahilci da kuma guje wa kuntatawa na karancin sani

Rayuwar ɗan adam wani lokacin tana da kyau sosai, amma kasancewa cikin kusanci da ita kamar sanya tsuntsun aljanna a cikin wani keji mai kunci. Idan ka buɗe kofar keji, tsuntsun zai iya jinkirin tashi sama saboda ya saba da ita.

Wannan kyakkyawar tsuntsu tana jin tsoro kuma ba ta son barin kejin ta koma ga 'yancin da ba ta da iyaka wanda ta fito, maimakon haka ta fi son ta zauna a karamin yanki mai iyaka wanda bai dace da yanayinta ba.

Saboda haka, ran ɗan adam ya saba da jiki ya zama fursuna, ba tare da sanin cewa yana cikin sararin samaniya mara iyaka ba kuma wanzuwarsa ta duniya na ɗan lokaci ne kuma dole ne ya koma gidansa na sama.

Kuma 'yantar da hikimar asali daga kuntatawa da kuntatawa na jiki shine abin da nake kira sake haihuwa ta ruhaniya

Babu iyaka ga ikon tunani Mayar da hankali kan wannan ra'ayi kuma cika zuciyarka da sha'awar cimmawa da kuma kudurin yin aiki mai kyau zuwa ga manufofinka Ci gaba da tura tunaninka zuwa ga manyan nasarori Idan ka sami wadata ta ruhaniya, duk wasu nau'ikan wadata da wadata za su kasance a hannunka.

Idan mutum ba zai iya cika burinsa ta hanyar kokarinsa ba, sai ya koma ga Allah cikin addu'a. Saboda haka, kowace addu'a da aka furta tana bayyana wani boyayyen sha'awa a cikinta. Amma ta hanyar neman Allah, dukkan sha'awa suna bacewa kuma dukkan buri suna cikawa.

Dole ne mutum ya yi iya kokarinsa kuma ya kasance mai gaskiya, mara son kai, kuma ba shi da alaƙa da abubuwan da ke hana shi

Ya kamata kuma ya kula da karatun (abubuwan da suka faru da yanayi) da rayuwa ke sanya masa a gaba domin suna ɗauke da darussan da zai koya.

Dole ne a gabatar da manyan manufofi na duniya a cikin wannan duniyar, kuma dole ne a ɗauki manufofi waɗanda za su ɗaga ɗan adam zuwa manyan matsayi, su tsaftace tunaninsa, su rage sha'awarsa, sannan su inganta baiwar da yake da ita.

Ana iya kunna waɗannan ta hanyar misali na ruhaniya da kyawawan manhajoji, ba ta hanyar karfi mai karfi da yake-yake masu barna ba. Ikon siyasa yana da haɗari ba tare da ka'idodin ruhaniya don sarrafawa da jagorantar shi ba.

Idan na koma ga ka'idodin ruhaniya, ba ina nufin takamaiman koyaswa, kungiyoyi, ko alaƙar imani ba, sai dai dokokin duniya baki ɗaya: dokokin adalci da nagarta waɗanda suka shafi kowa kuma suka kawo masa alheri, walwala, da zaman lafiya.

Kowanne mutum yana rayuwa a karkashin bishiyar burinsa, wanda ke cika dukkan burinsa. Wannan itace karfin nufinsa. Ikon nufin ɗan adam,

wanda yake nuna nufin Allah, yana da ikon cimma burin mutum da burinsa.

Amma duk wanda bai san yadda zai sarrafa burinsa, sha'awarsa, da tunaninsa ba, ya kamata ya gode wa Ubangijinsa sau dubu domin tunaninsa marasa tarbiyya ba sa cika nan take, in ba haka ba sha'awar daji za ta haifar da kamannin damisa masu farauta da masu cin nama waɗanda ke wargaza natsuwar rai, suna murkushe kashin farin ciki, kuma suna mayar da wurin zaman lafiya na ruhaniya zuwa wurin zama mara amfani.

Ya kamata mutum ya yi hattara da tunani da kuma tunani akai-akai game da tsoro, gazawa, rashin lafiya, da jahilci, kada waɗannan tunanin marasa kyau su fito kamar dodanni daga duhun da ba a sani ba su haifar da matsaloli masu tsanani waɗanda ke da wahalar magancewa ko kuma su shawo kansu, tunani mara kyau ba ya kawo komai sai cutarwa ga mutum; saboda haka, ya kamata a maye gurbinsu da tunani mai kyau idan mutum yana son alheri ga kansa da wasu.

Idan muka fahimci cewa iyawar da muke bukata don tunani, magana, ji, ko aiki duk sun fito ne daga Allah kuma yana tare da mu koyaushe, yana ba mu kwarin gwiwa da kuma shiryyar da mu, nan take za mu 'yantu daga rikici nan take.

Da wannan fahimta, akwai walkiyar farin ciki mai tsarki, kuma wani lokacin rayuwar mutum tana nutsewa cikin zurfin wayewa wanda ke kawar da tunanin tsoro nan take.

Kowace kalma, mai kyau ko mara kyau, tana barin rawar jikinta—alamominta—a cikin jiki, kwakwalwa, da kuzarin rayuwa na tunani a cikin nau'in sha'awa da

sha'awa. Saboda haka, rawar dukkan magana tana barin halaye masu kyau ko marasa kyau a cikin tunani. Wanda ya 'yantar da kansa daga sha'awar karkatar da gaskiya yana kafa babban karfi a cikin kansu, ta yadda ba za su yi shaidar karya ba kuma duk kalmominsu za su zama gaskiya.

Ya Ubangiji, ka ba ni karfin yin amfani da muryata don bauta wa gaskiya ta hanyar faɗin kalmomi masu daɗi, masu amfani, da kuma wartsakewa

Ka kunna wakokinka marasa mutuwa a kan sarewa ta rayuwata domin in sami albarka ta hanyar rawar wakokinka masu tsarki

**Ya kaunataccen duniya
Ina ganin fuskarki tana haskakawa a cikin duwatsu masu haske**

**Kuma na hango farin ku a cikin furannin fure
Kuma ina jin muryarka a cikin kururuwar tsuntsaye, kuma na yi matukar farin ciki**

Kuma ina mafarkin zan haɗu da ku a cikin kowace zuciya

**Farin ciki ya mamaye ni
Ya wuce bayanin**

'Yanci daga tsoro

Jagora Paramhansa Yogananda

Komai a sararin samaniya yana kunshe ne da kuzari ko girgiza. Girgizar magana bayyana ce ko bayyanawa mai karfi fiye da girgizar tunani. Tunanin dukkan mutane yana ratsawa ta cikin ether. Saboda tunani yana da matsayi mai girma na girgiza, ba a

bayyana su ba tukuna. Abin farin ciki, ba mu san tunanin dukkan mutane ba!

Ta hanyar latsa ko juya maballan rediyo (da kuma ta wasu hanyoyi a waɗannan kwanakin), za ku iya jin sautuka da sautuka daban-daban Idan ba don sanin da ke cikin yadudduka na ether wanda rakuman rediyo ke tafiya zuwa na'urar karɓar ku ba, da kun ji duk sautunan watsa shirye-shirye a lokaci guda.

Allah ya halicci ether kuma ya yi wahayi zuwa ga tunanin ɗan adam don kirƙirar hanyoyin watsawa da karɓar girgiza ta wannan matsakaici. Rakuman rediyo suna dogara da ether don yaɗuwarsu da kuma wutar lantarki don watsawa da karɓa. Waɗannan rakuman rediyo masu girgiza ra'ayoyi ne da ake watsawa ta sararin samaniya zuwa ga kowane mai karɓar sauti.

Idan kana kusa da wanda kake kauna, za ka ji tunaninsa, amma kila ba za ka iya fahimtar tunanin wani daga nesa ba sai dai idan kana da fahimtar ji sosai. Waɗanda suke yin amfani da dabarun natsuwa da tunani akai-akai suna samun kwanciyar hankali mai zurfi kuma tunaninsu yana kara inganta sakamakon wannan aikin, wanda ke ba su damar fahimtar tunani da manufar wasu ko da daga nesa!

Mu duka mutane ne masu watsawa da karɓa: kuna karɓar tunanin wasu ta zuciyarku, cibiyar ji, kuma kuna aika tunaninku ta idon ruhaniyarku, cibiyar mayar da hankali da kuma nufin Eriyarku tana cikin kwakwalwa, cibiyar wayewa mai zurfi, mai fahimta. Ka yi tunanin kana nesa da gida kuma kana son sanin abin da ke faruwa a can. Idan hankalinka yana da nutsuwa sosai kuma hankalinka yana shiru, za ka iya jin ji da tunanin iyalinka a gida. Idan kana da babban karfin mayar da hankali, tunaninka zai iya shiga ko'ina, kuma hankalinka zai cika da kuzari mai mahimmanci.

Nisa tana da alaka saboda kuzari yana matse sarari Nisa tana raguwa da ci gaban fasahar sadarwa Ka yi tunanin kana barci kana mafarkin tashi zuwa wata kasa, sannan ka hau jirgin kasa zuwa birni, sannan ka yi tafiya zuwa tsibiri, ka tsaya a tashoshin jiragen ruwa da dama a hanya Duk wannan yana faruwa cikin 'yan mintuna kafan a cikin mafarkin saboda babu nisa a fagen tunani

Duniya da sararin samaniya duk suna wanzuwa a matsayin ra'ayi, kuma a cikinta ne ikon tunani. Zan iya rufe idanuna in yi tunani game da abubuwa dubban mil nesa. Sarari da lokaci kawai ginannun tunani ne. Menene bambanci tsakanin kofi mai zafi da ice cream mai sanyi a mafarki? Lokacin da ka farka, ka fahimci cewa ice cream a duniyar mafarki ra'ayi ne kawai, kuma kofi mai zafi ma ra'ayi ne - duka ra'ayoyi ne daban-daban. Hankali yana da iko duka da ikon sanin komai. Hankali da nake magana a kai shine tunanin Allah. Kuma kamar yadda yake a ko'ina ta hanyar tunani, haka nan mu muke.

Idan kana kokarin sauraron rediyo, wani lokacin kana jin wani abu da ke rakiyar watsa shirye-shiryen. Haka nan, idan ka yi kokarin cimma wani abu mai ma'ana a rayuwarka, za ka fuskanci wani nau'in tsangwama wanda ke kokarin hana ci gabanka. Wannan tsangwama mummunan halaye ne.

Tsoro wani nau'in tashin hankali ne da ke shafar tunaninka Kamar kyawawan halaye ko marasa kyau, tsoro na iya zama mai gina jiki da kuma barna. Misali, lokacin da mace ta ce, "Mijina zai yi fushi idan na fita yau da dare, don haka ba zan yi ba," tsoro mai gina jiki da abokantaka ne ke motsa ta. Akwai bambanci tsakanin tsoro mai sada zumunci da tsoro mai tsoro. Ina magana a nan game da tsoro mai sada zumunci wanda ke sa mutum ya yi taka tsantsan kada ya cutar

da wasu ba tare da wata matsala ba. Tsoro mai tsoro yana gurgunta nufin. Ya kamata 'yan uwa su ji tsoro mai sada zumunci kawai kuma kada su ji tsoron gaya wa juna gaskiya. Yin aiki da jin nauyin aiki, ko sadaukar da sha'awar mutum a cikin hidima da kauna ga wani, ya fi kyau fiye da yin hakan saboda tsoro. Ko da lokacin da mutum ya guji karya dokokin Allah, ya kamata ya zama saboda kaunar Allah, ba tsoron hukunci ba.

Tsoro yana farawa daga zuciya Idan kana jin tsoro game da rashin lafiya ko haɗari, ya kamata ka yi numfashi mai zurfi, a hankali, kuma a hankali sau da yawa, kana hutawa da duk lokacin da ka fitar da numfashi. Wannan zai taimaka wa zagayawar jininka ta koma daidai. Idan zuciyarka ta natsu, ba za ka ji tsoro ko kaɗan ba.

Damuwa tana tasowa a cikin zuciya sakamakon jin zafi. Don haka, mun ga cewa tsoro ya samo asali ne daga abubuwan da suka gabata. Watakila mutum ya faɗi ya karye kafarsa a baya, don haka suna tsoron maimaita irin wannan abin. Kullum suna tunani kan irin waɗannan abubuwan masu raɗaɗi suna gurgunta niyya da jijiyoyi, wanda hakan na iya haifar da wani faɗuwa da karyewar kafa! Bugu da kari, lokacin da zuciya ta gurgunta saboda tsoro, kuzarin jiki yana raguwa zuwa mafi kaskanci, yana barin kwayoyin cuta na cuta su mamaye jiki su cutar da shi.

Da wuya mutum ya ji tsoron rashin lafiya. An bai wa mutane tsoro a matsayin kayan aikin kariya don guje wa ciwo, kada a kara girmansa ko a rika tunawa da shi akai-akai. Shagala da tsoro akai-akai yana hana kokarinmu na guje wa matsaloli da magance matsalolin da muke fuskanta. Tsoro mai kyau ya dogara ne akan hikima, kamar la'akari da cewa wani abinci ba shi da lafiya duk da sha'awar cin sa. Tsoron

rashin lafiya yana dauke da rashin lafiya. Mutane suna kawo rashin lafiya ga kansu ta hanyar tunani game da shi. Idan kana jin tsoron kamuwa da mura koyaushe, za ka fi saurin kamuwa da shi komai abin da ka yi don guje masa. Kada ka gurgunta nufinka da jijiyoyi da tsoro. Lokacin da damuwa ta manne maka ba tare da son ranka ba, kana taimakawa wajen kirkirar irin kwarewar da kake ji. Hakanan ba shi da kyau a yi tarayya - fiye da kima - da wadanda ke magana akai-akai game da cututtukansu da rauninsu. Mayar da hankali kan wadannan batutuwa na iya taimakawa wajen shuka irin tsoro a cikin zuciyarka. Wadanda ke jin tsoron tarin fuka, ciwon daji, ko cututtukan zuciya ya kamata su kawar da wannan tsoro daga tunaninsu don kada su kawo wa kansu wadannan yanayi marasa kyau. Game da marasa lafiya da tsofaffi, suna bukatar yanayi mai dadi da tallafi, kewaye da mutanen da ke da karfin hali, masu kyawawan halaye, don karfafa su da kuma daga su da kyawawan halaye. tunani da ji Tunani yana da karfi sosai Ma'aikatan asibiti ba kasafai suke yin rashin lafiya ba saboda kwarin gwiwar da suke da shi; hakika, tunaninsu mai karfi yana wartsake su kuma yana ba su tushen kuzari akai-akai

Saboda wannan dalili, ya fi kyau kada ka gaya wa wasu shekarunka yayin da kake tsufa. Da zarar ka yi haka, za su ga shekarunka suna bayyana a cikin kamanninka kuma su danganta shi da raguwar lafiya da kuzari. Ra'ayin tsufa yana haifar da damuwa kuma yana bata wa mutum rai da kuzari. Saboda haka, ka boye shekarunka a kanka. Ya kamata mu tunatar da kanmu cewa mu halittu ne marasa mutuwa, cewa muna da kyakkyawar lafiya, kuma duniya cike take da nagarta.

Saboda haka, ya kamata a yi taka-tsantsan kan tsoro. Ya kamata a dauki matakan rigakafi, kuma a yi duk mai yiwuwa don kawar da abubuwan da ke haifar da rashin lafiya da kuma 'yantar da kai daga tsoro. Kwayoyi suna da yawa a ko'ina, har idan mutane suka tsorata da su, ba za su iya jin dadin rayuwa ba. Ko da tare da duk matakan da suka dace na lafiya, idan mutum zai iya duba gidansa da na'urar hangen nesa, zai rasa sha'awarsa da sha'awar cin abinci.

Duk abin da kake tsoro, ka kawar da tunaninka daga gare shi Ka bar shi ga Allah ka karfafa amincewarka a gare Shi. Yawancin wahala yawanci tana faruwa ne saboda damuwa. Me yasa ake wahala lokacin da rashin lafiya bai ma taba faruwa ba tukuna? Tunda yawancin cututtukan mutane suna tasowa ne daga tsoro, barin tsoro zai 'yantar da su nan take, kuma warkarwa za ta kasance nan take. Kowace dare, kafin ka yi barci, ka tabbatar wa kanka: "Allah yana tare da ni, kuma duk wanda yake tare da su Allah ba shi da abin tsoro" Ka kewaye kanka da Ruhun Allah da kuzarinsa na sararin samaniya, kana da yakinin cewa duk wani kwayar cuta da ta kai maka hari za ta buge ka. Maimaita "Ya Allah, Mai Iko Dukka" ko "Ya Ubangiji, Mai Taimako" da cikakken amincewa zai kare ka, ya karfafa ka, kuma ya sa ka ji dadi da lafiya. Idan kana cikin jituwa da Allah, gaskiyarsa za ta kwarara zuwa cikinka, kuma za ka san cewa a zuciyarka, kai ruhu ne wanda wahala da rashin lalacewa ba su taba shi ba.

Duk lokacin da ka ji tsoro, ka sanya tafi hannunka a zuciyarka, ka shafa daga hagu zuwa dama yayin da kake cewa: "Ya Ubangiji, ka cire mini wannan tsoro ka 'yantar da hankalina da tunanina daga duk wani abin da ke dauke hankalina" Kamar yadda akwai hanyoyin kawar da shisshigi a rediyo, haka nan ma,

idan ka ci gaba da shafa zuciyarka daga hagu zuwa dama, kuma idan ka ci gaba da mai da hankali kan ra'ayin kawar da tsoro daga zuciyarka, tsoro zai bace da taimakon Allah, kuma za ka ji farin ciki na Allah wanda ya cika dukkan halittarka.

Tsoro yana tare da mutum koyaushe, kuma kawar da shi yana yiwuwa ta hanyar tunani game da Allah da jin kasancewarsa

Ka dogara ga Allah ka zama mai gaskiya a duk abin da kake yi Akwai masu koyi da yawa; kada ka kara sunanka a cikin jerin sunayensu masu tsawo. Ka yi abin da kake yi kuma ka yi shi ta wata hanya ta musamman da babu wanda ya taɓa yi a da. Fagen a buɗe yake don kirƙira matuƙar sha'awar gaskiya ce kuma nufin yana nan. Duk yanayi yana amsa maka idan kana cikin jituwa da Allah.

Mutane sau da yawa suna sanya kansu a gaba, amma ya kamata mu yi tunanin wasu mu taimaka musu gwargwadon iyawarmu, muna yi musu fatan alheri kamar yadda muke yi wa kanmu. Lokacin da muka yi haka da son rai da zuciya ɗaya, muna jin da'irar tausayinmu ta faɗaɗa kuma alaƙar soyayya tsakaninmu da wasu ta ƙaru kuma ta ƙaru.

A cikin muhalli mai yawan mutane 1,000, idan kowa yana da hali mai kyau, kowane mutum zai sami abokai 999. Amma idan kowa a cikin wannan muhallin ya zama abokin gaba ga wasu, kowane mutum zai sami abokan gaba 999.

Cin galaba a kan zukan mutane da ikon kauna ita ce babbar nasara da kowa zai iya samu a rayuwa Kullum ku yi ƙoƙari ku yi tunanin alherin wasu, kuma za ku sami duniya gaba ɗaya a ƙafafunku. Wannan ita ce babbar nasara ta manyan mutane waɗanda suka rayu kuma suka mutu saboda wasu. Waɗannan mutane masu ƙarfin abin duniya waɗanda ke rayuwa

don kansu kawai, ana boye su cikin mantuwa. Amma wadanda ke rayuwa don wasu za a tuna da su har abada. Annabawa ba su da kujerun zinare a lokacin zamansu na duniya, amma suna zaune a kan kursiyin kauna a zukan miliyoyin mutane. Wannan ita ce mafi kyawun kursiyin da kowane ɗan adam zai iya mallaka.

Mutum yana zuwa wannan duniyar yana kuka yayin da kowa ke farin ciki da zuwansa. Dole ne su yi aiki su yi hidima a tsawon rayuwarsu, ta yadda idan lokacin barin wannan duniyar ya yi, za su tafi suna murmushi yayin da duniya ke yi musu makoki.

Allah ya halicci wannan duniya ne domin ɗan adam ya yi amfani da hankalinsa don samun ilimin ruhaniya kuma ya fahimci cewa Tunanin Allah iko ne mai karfi, kuma ya kamata a shirya da wannan karfin ta hanyar da ta dace don amfanin kai da wasu.

Da Allah bai yi mana soyayya ta hanyar dasa kaunarsa a cikin zukanmu ba, da ba mu taɓa sanin kaunar ɗan adam ba kwata-kwata Tunda Allah mai karimci ne kuma mai kauna a gare mu, ya kamata ya zama manufarmu da kuma manufar bincikenmu. Ba ya son ya ɗora mana kansa, amma babu wani farin ciki da za a iya samu ba tare da tunaninsa da kuma haɗuwa da shi ba.

Hanyar da jiki da tunani ke aiki a boye, wadda Allah ya bambanta mu da sauran halittu

Duk wani abin mamaki da mu'ujiza a rayuwa ya kamata ya zama abin karfafa gwiwa da zai sa mu yi niyyar neman sa mu same shi

Duk wanda ya yi wannan da gaskiya da gaskiya zai yi nasara a kokarinsa kuma zai cimma burinsa

Lokacin da na hau wannan hanyar, rayuwata ta kasance cikin rudani da rashin tsari, amma ta hanyar yunkuri akai-akai da kokari mai ɗorewa, gajimare

suka fara watsewa, kuma abubuwa suka bayyana a fili ta hanya mai ban mamaki Duk abin da ya faru da ni shaida ce da ba za a iya musantawa ba game da wanzuwar Allah da kuma yiwuwar haɗawa da shi da kuma saninsa a wannan rayuwar Kai, natsuwa, kwanciyar hankali, da kwanciyar hankali na ciki da mai nema ke fuskanta bayan ya sami Allah! Duniya sai ta zama mai haske da murmushi, komai zai yi daidai, kuma babu abin da zai iya sanya tsoro a cikin zuciya.

Haka dole ne mu fuskanci kalubale mu kuma yi yakin rayuwa da karfin hali da jarumtaka da ta dace da 'ya'yan rai da haske

Gano taska

Malami: Paramhansa Yogananda

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

Shin akwai wani karfi a sararin samaniya da zai iya bayyana ma'adanai na dukiya da wadata, da kuma gano taskokin da ba a yi la'akari da su ba kuma waɗanda ba mu taɓa mafarkin su ba a da?

Akwai wani iko a sararin samaniya da za mu iya komawa gare shi kuma mu dogara da shi don neman lafiya, farin ciki, da wayewar ruhaniya?

Malamai masu ilimi sun tabbatar da wanzuwar wannan iko kuma sun nuna ingancin dokoki da ka'idodin gaskiya waɗanda za su yi aiki ga ɗan adam idan ya gwada su da zuciya ɗaya

Nasara a duniya ba ta dogara ne kawai akan horo da wadatar kai ba, har ma da kudurin yin amfani da damar da ake da ita.

Damammakin rayuwa ba sa zuwa ta hanyar kwatsam; an halicce su ne kuma an halicce su. Mutane sun kirkiri duk

damar da suka kasance kuma suke samuwa a gare su (ko a wannan rayuwar ko a baya, har da rayuwar da ta gabata ko kuma ta jiki). Tunda sun kirkiri waɗannan damammaki, dole ne su yi amfani da su kuma su amfana da su sosai kuma ta hanya mafi kyau.

Idan muka yi amfani da dukkan hanyoyin da albarkatun waje da muke da su, ban da iyawarmu ta halitta, don shawo kan duk wani cikas da zai iya kawo cikas ga hanyarmu, za mu haɓaka ikon da Allah ya ba mu: waɗannan iko marasa iyaka waɗanda ke fitowa daga zurfin rayuwarmu Muna da manyan iko guda biyu: ikon hankali da ikon nufi, kuma dole ne mu yi amfani da waɗannan baiwa biyu masu tsarki gwargwadon iyawarsu.

Nasarar mutum ko gazawarsa ya dogara ne da yanayin da tsarin tunaninsa na yau da kullun. Wanne ya fi karfi a rayuwar mutum: tunanin nasara ko tunanin gazawa? Idan tunani mara kyau ne a mafi yawan lokuta, tunani mai kyau lokaci-lokaci ba zai isa ya jawo nasara ba. Amma idan mutum ya yi tunani da gaskiya, zai sami abin da yake nema kuma ya cimma burinsa, koda kuwa yana jin duhu ya kewaye shi.

Kowanne mutum yana da alhakin kansa Babu wani kuma da zai amsa ko ya biya kuɗi a madadinsa a Ranar Karshe

Aikinmu a duniya, inda ayyukanmu na baya suka sanya mu, wani abu ne da babu wanda zai iya cimmawa kuma ana ɗaukar aikinmu a matsayin mai nasara ne kawai idan yana yi wa 'yan'uwanmu hidima ta wata hanya.

Bai kamata a yi tunani a kan wata matsala ko a sake duba ta akai-akai ba. Bari al'amura su huta na ɗan lokaci, kuma za su iya warware kansu. Duk da haka, bai kamata mutum ya daɗe yana barci ba har ya rasa ikon fahimta. Ya

kamata a yi amfani da lokutan hutu don zurfafa tunani da kuma isa ga sararin samaniya mai natsuwa a cikin rai.

Idan kana cikin jituwa da kanka, za ka iya yin tunani sosai game da duk abin da kake yi Ko da tunaninka ya watse, za ka iya tattara su ka sake mai da hankali a kansu. Ana iya samun ikon cimma wannan jituwa mai tsarki ta hanyar kokari da aiki.

Baya ga tunani mai kyau, karfin hali, aiki tukuru, da juriya suna da mahimmanci don cimma nasara Duk bayyanar da abubuwan da suka faru a waje sakamakon karfin hali ne, amma sau da yawa ba a amfani da wannan ikon da sani da hankali ba.

Akwai nufin kai tsaye kamar yadda akwai nufin sani, kuma karfin da ke bayan dukkan ayyuka shine kuduri ko karfin niyya mara misaltuwa, wanda ba tare da shi mutum ba ba zai iya tafiya, magana, aiki, tunani, ko ji ba. Saboda haka, karfin niyya shine karfin da ke bayan dukkan ayyuka, kuma rashin amfani da wannan aikin yana nufin rashin aiki da gajiya gaba daya, duka a zahiri da a tunani. Mutane suna amfani da karfin niyya har ma don motsa hannayensu, kuma ba zai yiwu a rayu ba tare da amfani da wannan ikon ba.

Ikon nufin atomatik shine amfani da ikon nufin ba tare da sani ba. Sanin cewa ikon nufin muhimmin kuzari ne tare da kuduri da kokari; shine samar da iko wanda dole ne a jagorance shi cikin hikima da tunani. Lokacin da mutum ya horar da kansa don amfani da ikon nufin hikima, maimakon ikon son sani, ta atomatik, dole ne ya kuma tabbatar da cewa ana amfani da ikon nufinsa ta hanyar da ta dace da kuma ginawa, ba don dalilai masu cutarwa ba ko don samun abubuwa marasa amfani da marasa amfani.

Domin gina kakkarfan nufi mai tasiri, dole ne mutum ya yi niyya ya kuma kuduri aniyar yin abubuwan da a da yake

ganin ba zai yiwu ba. Fara da ayyuka masu sauƙi, kuma yayin da kwarin gwiwarka, karfinka, da karfin zuciyarka ke karuwa, a hankali ka yi kokarin yin waɗanda suka fi kalubale da wahala.

Da farko, dole ne mutum ya tabbatar da cewa an kafa wata kyakkyawar manufa mai daraja, sannan ya yi kokari ya cimma ta da dukkan kuzari da iyawa, tare da kin yarda da gazawa gaba ɗaya ko yarda da gazawa, komai cikas da ke gabansa.

Dole ne mutum ya yi amfani da cikakken ikonsa don ya kware a aiki a lokaci guda kuma kada ya batar da kuzari ko ya bar abubuwa ba tare da an gama su ba kafin ya fara wani sabon kasada.

Salam alaikum barka da warhaka

Yadda ake karanta ɗabi'un wasu mutane
Nazarin ɗabi'un wasu yana sa mutum ya kara sanin abubuwan da za su iya taimaka masa ya inganta halayensa. Duk da haka, nazarin ɗabi'u mara kyau ya saba wa gaskiya da lamiri, kuma yana da sakamako mai illa.

Kowa yana guje wa "'Yan sandan ɗabi'a na boye" waɗanda manufarsu kawai ita ce fallasa da bata sunan wasu. Da yawa daga cikin waɗanda ke jin daɗin sukar wasu ba za su iya jure sukar kansu ba, duk da cewa suna iya samun kurakurai da gazawar da suke yi wa wasu, bisa ga lamirinsu "tsarkakakke".

Nazarin hali yana da matuƙar muhimmanci musamman saboda wani dalili na asali: koyaushe muna buƙatar lura da kyawawan halaye a cikin wasu kuma mu gina waɗannan kyawawan halaye a cikin kanmu Ina nazarin hali lokacin da dole ne in yi

mu'amala da wasu mutane Amma zabin da na yi ya samo asali ne daga wani ra'ayi daban-daban Wani lokaci ina barin wani da na san yana da rashin kirki ya kasance tare da ni, ina fatan zai amfana Idan suka amsa jagorar ruhaniya ta don amfanin kansu, za su canza zuwa mafi kyau; idan ba haka ba, da na yi iya kokarina.

Ni kamar likita ne wanda ke fallasa kansa ga rashin lafiya domin ya taimaki majiyyaci Duk likitoci suna daukar wannan hadarin saboda suna son yin hidima da taimako Haka ma likitan ruhaniya yake, Yana daukar nauyin bincika wasu da kuma nuna rauninsu da radadinsu domin ya taimaka musu su inganta rayuwarsu.

Yesu ya ce, "Kada ku yi hukunci, in ba haka ba za a yi muku hukunci" (kuma a cikin Alkur'ani mun karanta, "Hakika, wani zato zunubi ne") Wannan a bayyane yake yin Allah wadai da suka da aka yi ta hanyar mummunan niyya da kuma sha'awar cutar da wasu. Irin wannan hali yana da tsauri kuma yana lalata yanayin abota da kauna tsakanin mutane. Sukar ba ta da amfani kwata-kwata sai dai idan an bayar da ita da kauna ta gaske kuma lokacin da dayan mutumin ya so. Ya kamata a bayar da ita ne kawai da nufin taimaka wa wannan mutumin. Waɗanda suka koyi kame kai suna da 'yancin taimaka wa wasu. Daga wannan hangen nesa, nazarin ɗabi'a yana da tasiri kuma yana da amfani.

Wani reshe na nazarin hali ya dogara ne akan ilimin halittar jiki. Ana cewa dukkan halaye masu kyau a cikin mutum suna bayyana a fili a cikin jikinsa. Wannan magana ba za a iya fassara ta gaba daya ba domin ba duk halaye ko bayyanar ilimin halittar jiki ba ne suka yi hasashen rayuwar tunani daidai.

Aristotle ya yi nazarin ilimin halittar jiki a matsayin jagora ga fahimtar hali Masanan Indiya sun zurfafa sosai Suna cewa ra'ayoyin rayuwar ɗan adam suna bayyana a idanu. Kuma kodayake idanu suna bayyana sirrin rai mafi zurfi - ba kawai na wannan rayuwar ba har ma da abubuwan da suka faru a baya - tunanin malami mai haske ne kawai zai iya karantawa da yin nazarin waɗannan fahimta.

Wani lokaci kana tafiya a kan hanya sai ka ga wani abu a idanun mai wucewa, sai ka ce wa kanka, "Ba na jin daɗin wannan mutumin" ko "Ina son wannan mutumin," ya danganta da yanayin da ake ciki.

Idanu suna ba da labarin gaba ɗaya. Tsoro, fushi, hassada, kwadayi, karimci, soyayya, jarumtaka, ruhi, da dukkan kyawawan halaye da marasa kyau suna bayyana a idanu. Wakilai na sirri na iya sarrafa tsokoki na fuska don kada bayyanarsu ta bayyana aniyarsu. Amma ba za su iya boyewa ko cire zargi daga idanunsu ba (shi ya sa wasu ke sanya gilashin duhu!) Duk da haka, idanun yogi har yanzu suna nan saboda yana tunanin ruhin allahntaka mai natsuwa da kwanciyar hankali.

An yi nazarin kowace fuska da jiki Har ma an yi nazarin kumbura masu bayyana a kai. Amma yanayin jiki ba koyausha yake ba da cikakken labarin ba, kuma al'adu daban-daban suna yanke shawara daban-daban daga abubuwan da suka lura da kuma nazarinsu. Wasu suna cewa mutane masu kiba suna neman jin daɗi kuma suna kin yin aiki, yayin da mutane masu siriri suka fi ruhaniya.

Kaisar ya yi taka tsantsan da Cassius, wanda ya ɗauka a matsayin barazana ga ikonsa. Wasu marubuta sun yi hasashen cewa mutane masu siriri suna tunani sosai, shi ya sa ba sa da nama. Duk da

haka, tarihi ya nuna cewa mutane masu siriri da masu kiba sun kasance masu mulki nagari.

Idan kana da kiba akai-akai yanzu, ka yi kiba sau da yawa a baya (a cikin jiki da aka yi a baya) Ko kuma idan kana da siriri akai-akai, kana da haka a cikin jiki da yawa da suka gabata. Ka gaji yanayin (yin kiba ko siriri) daga baya. Kuma komai abin da ka ci, wannan tunanin ya kasance mai iko kuma yana da ikon bayyana kansa.

Physiognomy, a matsayin kimiyya da ke nufin fassara yanayin ɗan adam, kimiyya ce ta gaske idan muka yi la'akari da cewa duk tunanin da ya ratsa zuciyar mutum a cikin yawancin rayuwarsa yana bayyana a cikin jikinsa. Duk da haka, wannan yana bukatar fahimtar malami mai wayewa na ruhaniya don fahimtar halayen physiognomy a cikin wannan mutumin daidai.

Misali, Socrates ya kasance mummuna kwari. Da zarar ya haɗu da wani babban masanin taurari wanda ya ce masa: "Socrates, kai ne mafi mugunta kuma mafi mugunta da na taɓa gani" Almajiran Socrates sun yi fushi kwari da masanin taurarin, amma malaminsu ya amsa: "Ka yi gaskiya ni duk wannan ne a baya, amma duk da cewa yanzu na shawo kan waɗannan munanan halaye da hikima, abubuwan da na yi har yanzu suna nan a jikin wannan jiki, wanda hakan ya sa ya yi kama da abin ban tsoro."

(Wannan yana tunatar da mu bayyanar ɗaya daga cikin fitattun marubutan Larabawa a tsawon tarihi: Abu Bahr al-Jahiz, wanda aka ce game da shi :)

Idan aka sake canza alade a karo na biyu, ba zai yi muni kamar na Al-Jahiz ba.

Mutumin da yake maye gurbin jahannama da kansa; shi ne kurar da ke cikin kowace kusurwa (duba)

Babu fuskoki biyu da suka yi kama da juna. Kowacce fuska ta bambanta saboda halaye da halaye da suka bayyana a wannan rayuwa da kuma a rayuwar da ta gabata. Ba wai kawai batun hukunta mutane a matsayin nagari ko mummun ba ne bisa ga kamanninsu na yanzu, ko mai dadi ko mara dadi Saint Francis na Assisi bai kasance mai kyau a zahiri ba, yayin da almajirinsa, 'Dan'uwa Macedonius, mutum ne mai kyau. Amma Macedonius bai mallaki babban kyawun ruhaniya da Saint Francis ya yi ba.

Wani sashe na bincike da ya shafi ilimin halittar jiki shine ilimin halittar jiki: fassarar motsin zuciyar mutum ko yadda yake bayyana motsin zuciyarsa ta hanyar motsin jiki, yanayin fuska, da motsin jiki, da kuma nazarin martaninsa ga wasu abubuwan da suka faru.

Ji da halaye suna nuna halayen mutum na zahiri, amma yawancin mutane sun haɓaka ikon boye ainihin yadda suke ji saboda ba sa son bayyana kansu ga wasu.

Maza biyu sun ji labarin cewa matansu sun nutse tare Daya ya nuna bakin ciki mai yawa, yayin da ɗayan ya yi shiru Duk da haka, wanda ya bayyana bakin ciki a zahiri ya fi kaunar matarsa fiye da mijin da bai nuna damuwa ba kwata-kwata ta fuskar fuskarsa. Don haka, pathogenesis - fahimtar motsin rai da martani na gaske - fanni ne mai zurfi na nazari.

Ana iya yin nazarin mutane daidai kuma amintacce bisa ga motsin zuciyarsu da kamanninsu na zahiri Ina haɗa hanyoyin biyu don ingantaccen bincike mai inganci Duk waɗanda suka zo wurina don horo ana sanya su a cikin takamaiman yanayi don ganin yadda tunaninsu da motsin zuciyarsu ke amsawa Idan sun mayar da martani mara kyau, ina kokarin gyara su Amma ina yin hakan ne kawai idan mutumin ya

nemi shawarata kuma ya ba ni iko da izini don shirya da su

Wasu mutane suna shiga cikin motsin rai saboda ko kadan ne mawakan Yammacin duniya suke da motsin rai, kuma yawancin wakokin Yammacin duniya suna da motsin rai saboda suna yaɗuwa ne a kan labaran kaunar ɗan adam. A Indiya, kiɗa tana da alaƙa da ra'ayin Allah, kuma wannan shine sirrin iƙonta na kwantar da gugumar motsin rai da kuma kawo kwanciyar hankali ta ruhaniya mai zurfi.

Wannan ba yana nufin cewa duk mawakan Yammacin duniya suna da motsin rai ba ko kuma duk mawakan Indiya suna da ruhaniya, kodayake suna iya zama Kalmar Sanskrit don mawaki tana nufin "yabon Allah"

Idan ana mu'amala da mutane masu motsin rai, ba kasafai ake iya dogara da su ba ko kuma a amince da daidaiton su. A yau suna tare da kai, kuma gobe za su bar ka ko su juya maka baya. Na ga mutane suna zuwa wurin ibada kuma cikin 'yan kwanaki suna ƙoƙarin shawo kan ka game da ibadarsu mai kyau, amma bayan ɗan lokaci kadan sun tafi kuma ba za ka sake ganin su ba.

Babu abin da ya fi min zafi kamar karya abota da kuma keta alƙarmarta. Idan na ba wa wani abotata, ba zan taɓa mayar da ita ba.

Yana da sauki a bambance tsakanin nau'ikan tunani na injiniya da na mutane. Na farko suna son yin aiki, yayin da na biyun suna son yin tunani da tunani. Dukansu ana buƙatar Nau'ikan injiniya suna son yin aiki nan take don haka suna buƙatar wani ya jagorance su wajen tura kuzarinsu zuwa ayyukan da ke wadatar da ruhaniya. Don taimakawa nau'ikan biyu su cimma daidaito mai jituwa, ina ba da shawara ga nau'in injiniya da ya yi bimbini da tunani sosai, kuma

ina ba da shawara ga nau'in tunani da ya yi tunani da aiki sosai.

Ya kamata a kula da waɗanda suka kamu da munanan halaye kamar cin abinci mai yawa, shan taba, da shan giya, domin hana su cimma burinsu kawai yana haifar da fushi. Idan ka cire abinci daga mai zarin ci, zai yi fushi. Ba shi da amfani a yi kokarin taimaka wa waɗannan bayin su fahimci kansu sai dai idan sun nuna sha'awar ingantawa.

Waɗanda ke da daidaiton tunani za su gane Allah Ubangijin Duniya yana zaune a kan karagar daidaiton tunani Kuma ta wannan daidaito, ɗan adam yana jin daɗin cikakken zaman lafiya

A bisa ga falsafar Indiya, kowanne ɗan adam yana karkashin ɗaya daga cikin manyan halaye guda uku:

Satwa: Halayya ce ta mutanen ruhaniya waɗanda ke cin abinci mai kyau da hikima, suna koyon halaye masu kyau, kuma suna kaunar Allah

Rajas: Wannan siffa ce ta waɗanda ke ci gaba da aiki, waɗanda ke ci gaba da aiki har zuwa mutuwa.

Tamas: Halayya ce ta waɗanda ke cika rayuwarsu da jayayya, fushi, hassada, sha'awar jin daɗin sha'awa, rashin kuzari, da kuma haifar da rudani da rudani a tsakanin mutane.

Dole ne a shawo kan duk wata dabi'a da ke kawo cikaskas ga ci gaban ruhaniya, kuma mai neman dole ne ya zama mai iko a kan tunaninsa da ayyukansa. Kadan ne daga cikin mutane suka san inda kyawawan halayensu suke.

Ta amfani da wannan hanyar, za ku iya yanke hukunci ga kowane mutum Kashi casa'in da tara cikin ɗari na dukkan mutane sun faɗi wannan jarabawar: ku roki kowa ya yi wani abu—don amfanin kansu—kuma za su yi akasin haka Me yasa? Domin ba su da karfin tsayayya da sha'awarsu Halayensu na duniya

sunu da karfi sosai Sau da yawa, mutane ba sa yin abin da kuka ba da shawara—ko da sun san don amfanin kansu ne—don tabbatar da cewa ba za ku iya rinjayar su ba. Waɗanda ke son inganta kansu ya kamata su yi hulɗa da waɗanda ke da iko da natsuwa. Yi kokarin haɗi da waɗanda ke da matsayi na ruhaniya mai girma, kuma za ku amfana sosai. Ya kamata raunana su yi hulɗa da masu karfi, har ma da mafi karfi! Mai kokawa yana karuwa ne kawai ta hanyar kokawa da wanda ya fi shi karfi.

Wasu suna cewa mace tana da wayo kamar kyanwa Amma namiji ma yana iya zama mai wayo kamar kyanwa. Kyanwar tana cin dabbar canary sannan ta zauna kamar mai yin yogi mai tunani ko dattijo mai daraja, tana nuna kamar ba ta da laifi a cikin wannan mummunan aikin.

Wasu mutane suna jin daɗin lalata zaman lafiya da farin ciki na wasu. Manufarsu ita ce su ci zarafin wasu da kuma bata musu rai, kuma suna yin abubuwa kamar kerkeci masu farauta, suna yawo a cikin al'umma suna neman jayayya da faɗa, ba su sami zaman lafiya ba har sai sun wargaza zaman lafiya suka kuma haifar da yanayi mai tsauri.

An kwatanta wasu nau'ikan mutane da jays, suna ta hira a kowane lokaci. An ce an fara halittar mutum, sannan allahn Tuashtari ya ɗauki taushin wata, laushin kasa daga kirjin akuya, sabo na furanni, da kuma hira jays, ya haɗa waɗannan don kirkirar mace. Farin cikin mutumin ba zai iya misaltawa ba. Amma bayan wani lokaci, ya je wurin Tuashtari ya ce, "Wannan kyakkyawar halitta ce! Ina matukar godiya da ita, amma tana magana akai-akai kuma ta sa rayuwata ta kasance cikin bakin ciki. Don Allah, ya shugabana, ka mayar da ita" Bayan watanni biyu, mutumin ya koma wurin Tuashtari ya ce, "Ina cikin

bakin ciki kwarai. Don Allah ka mayar mini da matar." Bayan wani lokaci, ya sake dawowa ya ce, "Don Allah ka ɗauke ta daga gare ni." Amma a wannan karon, Tuashtari ya amsa, "Ba zan yi ba! Dole ne ka riƙe ta!"

Talaka! Bai iya zama da ita ba, amma ba zai iya rayuwa ba tare da ita ba!

Mata ma za su iya yin korafi game da maza Sai dai idan maza da mata sun fahimci yanayin junansu, za su azabtar da junansu ba tare da sani ba kuma cikin wauta. Suna daidai a gaban Allah. Babu namiji da aka haifa ba tare da mace ba, haka nan mace ba tare da namiji ba. Wajibi ne duka biyun su samar da daidaito tsakanin halayensu na waje da na ciki. Maza suna jagorantar su ta hankali fiye da motsin rai, yayin da mata ke jagorantar su ta hanyar motsin rai fiye da hankali. Dukansu dole ne su yi ƙoƙari su cimma daidaiton tunani tsakanin hankali da motsin rai domin su zama cikakkun mutane.

Wasu mutane—Allah ya gafarta mini da faɗin haka—suna yin kamar jaki Duk da wahalar da suka sha na dogon lokaci sakamakon bautar da suka yi, suna ci gaba da taurin kai da ci gaba da ciyar da munanan halayensu. Da alama suna da mummunan tunani. Suna mantawa da sakamakon sha'awarsu da sauri kuma ba sa koyon komai daga abubuwan da suka fuskanta. A wannan fanni, suna kama da shanu, ko ma mafi muni!

A yanayi, dabbobi iri-iri suna wakiltar kowace irin motsin rai da halaye Amma ɗan adam yana ɗauke da su duka a cikin kansa Mutum zai iya yin aiki kamar maciji, kerkeci, dila, ko zaki A cikinmu akwai tushen jahannama ko tushen sama. Dole ne mu koyi yadda za mu kara nuna halaye na mala'iku da halaye masu kyau a cikin tunaninmu, kalmominmu, da ayyukanmu.

Duk da cewa yana yiwuwa a yi nazarin hali ta hanyar nazarin idanu, motsin rai, da siffofi na zahiri, kamar yadda muka bayyana, hanya mafi girma, mafi d'aukaka, kuma mafi daidaito ita ce a yi nazarin hali tare da taimakon hangen nesa na ciki ko jin dadi. Idan ji da hankalinka suka kasance cikin natsuwa, za ka iya jin yanayin kowane mutum da ka haɗu da shi ko ka yi mu'amala da shi ta wata hanya, kuma jin dadinka zai kasance mai fahimta da gaskiya, kuma babu wanda zai iya yaudarar ka ko ya yaudare ka.

Aikina shine in yi maraba da dukkan nau'ikan mutane don horo da taimako. Ba daidai ba ne a takaita ikon wani a wani fanni guda ɗaya a kuma yi nazarin su daga mahangar ɗaya kawai. Amma ko wannan mutumin ya canza ko ya ci gaba da kasancewa iri ɗaya, fahimta za ta gaya maka fiye da kawai kallon idanunsa, motsin zuciyarsa, ko fuskarsa, ba tare da la'akari da yanayinsa ba. Hankali shine mafi girman ikon nazari. Kamar yadda madubi ke nuna abin da aka sanya a gabansa, haka nan ma, lokacin da hankalinka ya sami mallakar madubi, za ka ga ainihin halayen wasu da aka nuna a madubin ranka.

Idan ka yi aiki don taimaka wa wasu, ka yi tunani, ka kuma kwantar da hankalinka, ainihin halin duk wanda ya zo gare ka ko ya yi magana da kai zai bayyana sarai kuma ba tare da wata matsala ba. Aminci ya tabbata a gare ka.

Lu'u-lu'u daga teku na hikimar duniya

Dole ne a gina kwanciyar hankali na ciki don kawar da

tsoro

Mutum mai natsuwa ta halitta yana kiyaye daidaitonsa kuma yana cikin kwanciyar hankali a kowane yanayi. Haka

kuma ba sa barin motsin rai ya mamaye su ya kai su ga
.yanke shawara mara kyau

Ba ya rufe shi da maganganu masu dadi da masu
neman dama ke amfani da su don samun fa'idodi marasa
.amfani

Saboda natsuwar ta halitta, ba kasafai ake yaudararsa
ko batar da shi ba Hakika, zuciyarsa tana bayyana ainihin
yanayin wadanda yake mu'amala da su kuma tana bayyana
.manufofinsu daidai gwargwado

Ba ya guba ga kyallen jikinsa da fushi da tsoro, wanda
hakan ke da mummunan tasiri ga zagayawar jininsa
Gaskiya ce da aka tabbatar da cewa madarar uwa da
uwa mai fushi ke samarwa na iya yin illa ga danta. Akwai
shaidu da yawa da ke nuna cewa motsin rai mai tsanani
.yana da ikon lalata jiki da lalata shi

Daidaito abu ne mai kyau kuma ya kamata ya zama
tushen yadda muke ji, tunani, da ayyukanmu, da kuma
.yanayin da rayuwarmu ke juyawa a kai

* **

Tunda hankali shine kwakwalwa, ji, da kuma fahimtar
dukan kwayoyin halitta masu rai, yana iya sa jikin dan
adam ya kasance mai aiki da kuma a fadake ko kuma mai
kasala da baƙin ciki

Hankali shine sarki, kuma dukkan halittun da ke cikin
.tantanin halitta suna yin aiki daidai da yanayin mai mulki
Kamar yadda muke damuwa da muhimmancin abinci
mai gina jiki na yau da kullum, ya kamata mu kuma kula da
sinadaran gina jiki na tunani da muke samarwa a zukanmu
.kowace rana

* **

Annoba, bala'o'i, da canje-canje masu tayar da hankali
da ke faruwa a yanayi kuma suna kawo lalacewa, halaka, da
kuma cutarwa ga jama'a ba "umurnin Allah" ba ne
Wadannan bala'o'i suna faruwa ne ta hanyar tunani da
ayyukan dan adam. Duk inda daidaiton girgizar duniya na

nagarta da mugunta ya lalace ta hanyar tarin rakuman ruwa
masu cutarwa da girgiza saboda mummunan niyyar ɗan
adam da ayyukan da ba daidai ba, hargitsi yana mamaye
.kuma halaka ta yaɗu

Duniya za ta ci gaba da fama da yake-yake, bala'o'i, da
masifu har sai ɗan adam ya gyara tunaninsa da ayyukansa
marasa kyau. Yake-yake ba sa faruwa a matsayin umarnin
Allah, sai dai saboda yawan son kai na duniya. Idan mutane
za su kawar da son kai na mutum ɗaya, na masana'antu, na
siyasa, na ruhaniya, da na kasa, yake-yake za su daina
.wanzuwa

Lokacin da ruhin zahiri ya mamaye tunanin ɗan adam
kuma ya mamaye tunani, yana fitar da hasken haske mara
haske. Karfin waɗannan girgizar kasa mara kyau yana lalata
daidaiton wutar lantarki na yanayi sosai, yana haifar da
.girgizar kasa, ambaliya, da sauran bala'o'i
Allah ba shi da alhakin hakan Dole ne a sarrafa ra'ayoyin
ɗan adam kafin a iya sarrafa yanayi

* **

Tunani da kalmomi na ruhaniya lu'u-lu'u ne masu
tamani waɗanda ke haskaka hikima mara iyaka da kaunar
allahntaka

Kowace bayyananniyar ruhi tana kama da dutsen
masanin falsafa wanda ke canza karfe mai arha na sanin yau
da kullun zuwa zinare na kusanci da Allah da kuma jin
kasancewarsa

Lokaci ya yi da mutum zai farkar da hankalinsa daga
barcin mantuwa zuwa farkawar ruhi
Muna rokonka, ya Ubangiji, ka ɗaga wayar da kan mu
daga zurfin jahilci da tunani mai kunkuntar, mai iyaka zuwa
ga zaman lafiya, haske, kauna, da tausayin ɗan adam na
.duniya baki ɗaya

* **

:Domin cimma nasara

Da farko, ka fayyace manufarka ka roki Allah ya zaburar
da kai ka dauki hanyar da ta dace da za ta kai ga cimma
wannan burin, sannan ka yi tunani a kai
Sai ka yi aiki bisa ga jagorar da ka samu a ciki, za ka
.cimma burinka

Idan hankali ya natsu, abubuwa za su yi haske da santsi,
kuma za a samu nasara cikin sauri domin ana iya tabbatar
da ayyukan karfin sararin samaniya ta hanyar amfani da
.dokar da ta dace

* **

Ya kamata mutum ya yi amfani da ladabi da dabara
yayin mu'amala da mutane. Wannan ba munafunci ba ne,
.a'a, girmama yadda wasu ke ji ne
Mutum ba dutse ba ne, amma mai tunani ne da sanin
yakamata, kuma bai kamata a yi wa mutane kamar duwatsu
marasa rai ba

Mutumin da ke shagaltuwa da harkokin wasu mutane a
.koda yausha yana zama tushen matsaloli

Idan abin da za ka fada zai yi kyau, kuma idan dayan
mutumin ya yarda da shi, to ka fadi shi kai tsaye. Amma,
wani lokacin mutumin da za ka fada ba ya son jin sa kuma
.zai yi akasin abin da kake son ya yi

Idan mutum ya sami damar yin mu'amala da wasu, zai
zama kamar fure mai kamshi

Idan ka wuce ta lambun fure, wani lokacin kana jin
kamshin furannin wardi, jasmine, ko gardenia, sai ka ce,
"!Kai! Yaya kamshin wadannan yake da dadi

Haka yake ga rayuka masu kyau da zarar ka shiga
daularsu, kamshin rayuwarsu yana lullube ka. Kamshi ne da
.ke daga rai kuma yana daga matakin saninsa

Idan ka wuce kusa da wani kamshi mai kamshi, ba za ka
so ka zauna a wurin ba

Idan ka haɗu da mutumin da ba shi da hankali, mai
jayayya, mai zafin rai, kuma mai jayayya, ba za ka so ka
.zauna tare da shi ba saboda warin da yake fitarwa

* **

Yawancin mutane ba sa kokarin fahimtar rayuwa kwata-
.kwata

Suna rayuwa ta hanyar injiniya ba tare da wata manufa
ba kuma suna barin wannan duniyar ba tare da saninsu ba
lokacin da rayuwarsu ta duniya ta kare
Bai kamata mu rayu haka ba, kamar injinan da ke aiki ta
atomatik, amma ya kamata mu nemo manufar mu kuma mu
cimma burin rayuwa

Matasa da manya dole ne su yi gwagwarmaya don tsira.
Mutane da yawa suna ba da uzuri don rashin neman gaskiya
ta har abada, suna cewa, "Ba zai yiwu mu daidaita
ayyukanmu da waɗannan manufofin ba." Duk da haka ba sa
samun matsala wajen cin abinci da tunani game da
.al'amuransu na yau da kullun

Bayan bincike, mun gano cewa yanayin kowane ɗan
adam yana da mata kai uku: na jiki, na hankali, da na
ruhaniya. Mutane suna ciyar da rayuwarsu wajen tabbatar
da abubuwan da suka dace na rayuwa, ba wani abu ba,
amma jin daɗin ɗan adam yana cikin biyan bukatunsu na
.tunani da na ruhaniya

Saboda haka, dole ne mu saukaka rayuwarmu mu rayu
cikin farin ciki, kwanciyar hankali, da natsuwa, sannan mu yi
nazari da rage bukatunmu, sannan mu san hanyar da ta
dace kuma ta halalta don biyan waɗannan bukatun ba tare
da kirƙirar ƙarin sha'awa da ba dole ba, domin sha'awa da
.yawa suna haifar da matsaloli da yawa

* **

Sarkokin kamewa da mabuɗan 'yanci duk suna cikin
tarkon tunani

* **

Ya Ubangiji, zan shiga aljannar kasancewarka da zuciya
cike da soyayya da kuma cike da sha'awa

Ga sha'awata mai zafi da ke buɗe kofofin raina kuma
tana cika ni da babban farin ciki na ganin haskenka mai
haske na allahntaka

* **

A matsayina na gabaɗaya, ba na son bayar da umarni,
domin da zarar ka nemi wani kada ya yi wani abu, to
.mutumin ya dage sai ya yi hakan

Saboda haka, ina ba da shawarar cewa mutum ya
kamata ya yi umarni ko ya hana kansa kawai 'Ya'yan itace
da aka haramta suna da daɗi da farko, amma dandanonsa
yana da ɗaci a karshe. Saboda haka, dole ne mutum ya yi
taka tsantsan kada ya bar kowa ya sace 'yancinsa da farin
.cikinsa

* **

Allah yana tuna da mu ko da ba mu tuna da shi ba Idan
ya manta da halitta ko da na ɗan lokaci ne, komai zai bace
.daga rayuwa

Waye banda Allah zai iya sa wannan Duniya ta yi iyo a
sararin samaniya? Kuma wa zai iya sa bishiyoyi su yi girma
?su kuma yi furanni

Haka ne, Allah ne yake sa zukatanmu su yi bugu Shi ne
wanda ke narkar da abincinmu kuma yake sabunta kwayoyin
jikinmu kowace rana Duk da haka kaɗan ne ke tunawa da
!Shi kuma suke gode Masa kamar yadda Ya cancanta

* **

Bayan sararin sama
Bayan hasken rana da bugun kwayoyin halitta
Bayan bugun zuciya da tunani masu raɗawa
Bayan tunanin da nake yi addu'a da shi
Bayan rakuman sha'awata
Kuma a bayan riƙe kayan
Kana wanzuwa, Ya Maɗaukaki Mara iyaka
Raina yana sonki
Ba wai kawai kana cikin mafi nisa na taurari ba
Maimakon haka, yana cikin rawar jikina na ji

Tana haskakawa a cikin tunanina
Yana kara wa ni karfi da himma da kuzari
Ina jin tabawarka mai albarka
Kuma ina farin ciki da kasancewarka a cikin raina cikin
zurfin raina
* **

Zane-zanen tsaunukan da aka zana a kan labulen shufi
Tsarin jikin dan adam mai ban mamaki
Da kuma furanni masu kyau da aka samar
Da kuma kyawawan ruhohin kirki
Kuma girman ra'ayoyi masu girma
Da kuma zurfin soyayya
Dukansu suna tunatar da mu Mahalicci mai girma
Kuma yana da kyau sosai
* **

Soyayya ita ce ginin zinare
An gina shi ta Sarkin Madawwami
Ga dukkan dangin sararin samaniya
Soyayya wuta ce ta boye
An narke ta hanyar umarnin Allah
Taurin kai daga sararin samaniya
Kuma yana canzawa zuwa wani abu da ba a iya gani
Daga soyayya ta har abada
Soyayya kamar kogi ce da ke gudana ba tare da
tsayawa ko katsewa ba
A cikin kasashen masu tawali'u da gaskiya
Amma yana kewaye da duwatsun rayuka masu firgita
Da girman kai, son kai, da girman kai
Domin ba zai iya wucewa ta ciki ba
Kuma ketare ta cikinta
* **

Wadanda suka san Allah ba su da wani buri
Domin sanya kansu a cikin zukatan wasu
Ko kuma sun yi kama da manyan mutane
Domin burinsu kawai shine su farkar da sanin ruhaniya

A cikin rayukan wadanda suke so
Kuma wahayinsu shine kaunar Allah da kuma komawa
gare Shi
* **

A wani lokaci, wani bebe yana cin zuma, sai wani ya
tambaye shi game da dandanon zumar
Duk da cewa bebe bai iya magana ba, ya yi motsi
wanda ya sa mai tambayar ya fahimci cewa zumar tana da
.dadi

Hakazalika, lokacin da hankali ya shiga cikin yanayi na
wayewa mafi girma kuma ya taɓa cikakkiyar kasancewarsa,
ya san cewa yana hulɗa da Allah kuma cewa abin da ya faru
yana da dadi, amma ba zai yiwu a bayyana shi da kalmomi
.yanayin wannan haɗin da ba a iya kwatantawa ba
Ko da yake ciwon gaskiya ne ga mutumin, duk da haka
ba zai iya isar da jin zafi ga wasu ba har su ji shi daidai
.yadda yake ji

Wannan ya shafi manyan fahimta ta ruhaniya. Su wani
.abu ne da babu wanda zai iya bayyanawa a cikin kalmomi
Ana iya samun ilimin Allah ne kawai ta hanyar kwarewa
kai tsaye ta mutum
* **

Tun daga tsakiyar asuba, na tsinko furannin haske a
matsayin hadaya a gare ku
Kuma kun kunna fitilun tsaro a cikin wurin tsarki na safe
Wanda ke cike da natsuwar ruhaniya
Kuma na ga fuskarka mai albarka
Yana lekewa daga bayan inuwar
Wannan fuskar da nake kauna wadda take kallona har
yanzu tana kallona
Da alheri da tausayi a tsawon shekaru
Ba zan kara dora alhakin kaddara a kan kaddara ba
.Duhu da ya hana ka daga gare ni, ni ne na kirkira shi
Yanzu a cikin madubin farin cikinka na gaske

Ina ganin kaina kuma na san cewa ainihina farin ciki ne
mara iyaka

Ina zuba kaunata a cikin wurin tsarki na har abada naka
Kuma ina daga muku wakokin raina da ke makokinka
Kuma ina bayyana miki zurfin motsin zuciyar da ke cikin
zuciyata

Saboda babban kauna da kuma sha'awar da ake da ita
akai-akai
* **

Masu albarka ne wadanda wasu suka yi wa suka saboda
yin ayyukan alheri, domin aljannar ni'ima ta har abada tana
.jiran wadanda ke rayuwa da mutuwa da daraja da girma
Kaiton wadanda, wadanda son kai, son rai, hassada, da
kiyayya suka motsa su, suna kokarin cutar da wadanda ke
.aiki tukuru wajen aikata alheri
Ba'a, zagi, gulma, ramawa, son zuciya, da karya mashi
ne na mugunta da ke sake dawowa ga mai su kuma yana
.haifar masa da babbar illa
* **

Gabobin da ke samowa daga saninsu da kuzarin da ke
fitowa daga Allah, suna nuna mana duniya kuma suna nuna
rai a matsayin wata halitta daban daga tushenta da kuma
.daga sauran halittu

Jiki na zahiri ya dāure rai, wanda yake nuna ruhin
duniya. Idan mantuwa ta mamaye shi, rai ba ya sake tuna
ainihinsa na allahntaka amma yana dāukar jikinsa na zahiri a
matsayin ainihin kansa. Saboda haka, yana dāukar dukkan
kurakuran sa kuma yana danganta iyakokinsa da gazawarsa
ga kansa. Rai a cikin irin wannan yanayi ana kiransa "kauna"
"ko "kai

Amma idan wannan "kaunar kai" ko wannan karamin kai
mai iyaka ya fahimci cewa alakarsa da jiki na dān lokaci ne
kuma yana da wani abu mai rai, wanda ba ya mutuwa, to za
.a iya kiransa da rai

Da zarar ta fahimci muhimmancin yanayinta, kuma
yayin da hankalinta ke karuwa da faɗaɗawa, to tana jin
cewa tana da alaƙa da sanin sararin samaniya kuma dukkan
.bil'adama danginta ne na duniya

* **

Bai kamata mu manta da Mai Ba da Kyauta ba yayin da
muke jin daɗin kyautarsa
Zuciya mai godiya tana buɗe hanya a cikin sani don ci
gaben ruhaniya da kuma abubuwan alheri na rayuwa su
gudana, domin da zarar an buɗe hanyar, ikon ruhaniya yana
.gudu ta cikinta

Ya kamata mu ji godiya ga dukkan ni'imomin rayuwa
kuma mu fahimci cewa dukkan ikon tunani, magana, da aiki
daga Allah ne, kuma yana tare da mu yanzu, yana shirya da
.mu kuma yana karfafa mu

Da zarar wannan fahimta ta tabbata a cikin tunanin
.almajiri, sai hasken ya haskaka a cikinsa
Wani lokaci ikon allahntaka yana zuwa kamar guguwar
teku mai karfi wadda ke tashi gaba da babban gudu, tana
.share cikas da kuma cire tarkace daga tunani da rai
Duniya gaba ɗaya ba ta karkata ga Allah ba, amma a
nan kuma akwai rayuka masu kishirwa gare Shi kuma suna
.sha'awarSa

Ko da yake Allah yana iya zama kamar ba ya amsa
addu'o'inmu, mai neman gaskiya ba ya daina kokari amma
yana ci gaba da rokonsa daga zurfin lamirinsa har sai ya
sami amsa

Kafin mutane su sami Allah, suna damuwa da cika
sha'awar abin duniya, amma bayan sun same shi, waɗannan
sha'awar suna rasa ɗaɗaɗano da haske, ba saboda rashin
kulawa ba, amma saboda mai neman yana jin daɗin rai da
.ke cika zuciyarsa da kuma gamsar da duk abin da yake so
Mutane suna batar da rayuwarsu gaba ɗaya suna
kokarin cimma abin duniya, ba tare da sanin cewa idan suka
yi amfani da kwata na kokarin da suke yi wajen komawa ga

Baƙin cikin da ƙiyayya ke haifarwa da yaƙe-yaƙe yana
haifarwa ya taɓɓatar da cewa ruhaniya ta gaskiya, tausayi,
.da ƙirki suna da ƙarfi mafi girma kuma mafi girma
Kiyayya tana da illa, yayin da soyayya ita ce mafi
girman ƙarfin gini da ke wanzuwa
Saboda haka, abokaina ƙaunatattu, dole ne mutum ya
koyi darasi daga rashin amfani na ƙiyayya da bala'o'in yaƙe-
yaƙe da kuma ƙaunar Allah, domin ƙaunarsa tana ba da
nasara, sa'a, da cikakkiyar gamsuwa wadda babu wani abu
.da zai iya bayarwa
Soyayya ce kawai za ta kawo nasarori na gaske ga
duniya. Idan dukkan ƙasashe suna ƙaunar junansu kuma
suna sha'awar taimaka wa junansu, ba ta hanyar amfani da
ƙarfi da hanyoyin da ba su dace ba, amma ta hanyar ƙauna
da ƙirki, to alheri, nasara da wadata za su yi nasara a
.kowace kusurwa ta duniya

* **

Mutum yana rayuwa cikin mawuyacin hali
Ta yaya zai san cewa ba zai ji rauni ba a cikin ɗan lokaci
?mai zuwa, ko kuma cewa wani ba zai karya zuciyarsa ba
Tsaron gaskiya kawai shine tsaron da manyan mutane
suka samu. Samun irin wannan tsaro da kuma baiwa wasu
.shi ne kawai 'yanci na gaskiya da kuma hikima mafi girma

* **

Allah shine mafi kyawun abu a rayuwa
Duk abin da zuciyarka ke marmari, za ka samu a wurin
Allah ban bata ko dakika ɗaya ba a rayuwata, kuma na bar
duk abin da ke ɗauke min hankali daga Allah, kuma na sami
.farin ciki da ban samu a wani abu ba
Ina rayuwa cikin sanin Allah kuma ina son waɗanda
suke son su fuskanci irin yanayin da nake ciki
Ina kuma son in rama wa duk waɗanda suka ba ni
ƙaunarsu, ta hanyar raba musu ƙaunar Allah da kuma alherin
kasancewarsa

* **

Ni ne kumfar tekun ta sararin samaniya
Tana fitowa daga zurfin farin ciki
Ni rafin farin ciki ne na rawa
Sama da rakuman farin ciki mai yawa
Gwada iyawata
Domin in zama babban tekun na farin ciki
Allah Ya sa rakuman farin cikina su fadafa har zuwa
karshe

Kuma don yaduwa a kowace hanya
!A karshe a huta a cikin zuciyar ni'imar sararin samaniya
* **

Mutane suna ganin tsakiyar rayuwa ne kawai; farkon da
.karshen rayuwa a boye suke daga gare su
Ba shi da ma'ana a yi tunanin cewa mutuwa ita ce
.karshenta

Shin za a iya tunanin cewa mu, wadanda aka bai wa
baiwar hankali, hankali, da kuma cike da rai, za mu daina
!?wanzuwa da zarar mun yi barci a lokacin mutuwa
Dan Adam gaba daya tarin ra'ayoyi ne masu kirkiira da
kuma sanin ruhi, kuma mutuwa ba ta da ikon lalata wannan
.taro marar ganuwa da kuma wannan sananniya mai laushi
* **

Idan ka kaunaci Allah da tsantsar kauna mara sharadi,
zai sanya tunani a cikin zukan wasu, kuma wadannan
tunanin za su zama hanyar cika burinka, har ma wadanda ba
.ka bayyana wa kowa ba
Saboda haka, maganadisun ta ruhaniya da za ka iya jawo
hankalinka ga wani abu ita ce irin jan hankalin da kake son
habakawa

Idan kana son abubuwa masu kyau, masu daraja, da
tsabta, to za ka jawo hankalin sihirin allahntaka wanda zai
kawo maka abubuwa masu kyau da albarka daga inda ka
sani da kuma inda ba ka sani ba
* **

Idan aka tambayi barayi, masu shan muggan kwayoyi,
da masu shan giya ko suna son salon rayuwarsu, amsarsu za
"ta iya zama "Ba shakka a'a
Sun yi tunanin cewa idan suka fara ayyukan da ba su
dace ba, za su yi farin ciki. Amma ba su taɓa sanin cewa
sakamakon ayyukansu zai zama mai cutarwa da cutarwa a
.gare su ba
Shi ya sa zuciyata ke ciwo kuma ina zubar da hawaye ga
wadanda ke yin kuskure domin, Wallahi, su ne ni da gaske
kuma ba don alherin Allah a gare ni ba, da na zama kamar
su

Mugunta kanta wani nau'in opiate ne Shi ya sa dole ne
mu sami mafaka ta musamman inda masu laifi ke koyon
.yadda ake rayuwa daidai da tunani daidai
Kurkuku ba wuri ne da ya dace don gyara hali ba.
Mutane irin wadannan suna buƙatar kasancewa tare da
mutane masu tasiri da kirki wadanda za su iya taimaka
.musu

* **

Daga farin cikin tashar ku
Ina sauraron waƙoƙinku masu daɗi da daɗi kowace rana
Wanda ya zama kamar na saba kuma abin so a zuciyata
A baya, na yi ƙoƙarin sauraron tashar ku mai albarka
Amma shirinka ya yi kama da na nesa
Bayan kananan tunanina
Amma bayan wasu 'yan mintuna kaɗan na karanta
ma'anar

Na sami damar yin mu'amala da ku
Ka zo wurina a kan fikafikan ether
Kana kunna waƙoƙin alheri
Kuma kwanciyar hankali

* **

Ra'ayoyi koguna ne da ke gudana daga maɓuɓɓugan rai
Kasancewa cikin jituwa da Allah yana ɗaya daga cikin
manyar ayyuka mafi muhimmanci kuma mafi girma

Allah yana sauraron harshen zuciya da ke fitowa daga
zurfin ruhi

Mutane suna tunanin cewa Allah ba ya amsa addu'o'insu
domin ba su san cewa wani lokacin Allah yana amsa ta
hanyar da ta bambanta da tsammaninsu da kuma abin da
.suke rokonsa ba

Ba koyaushe yake amsa bisa ga bukatunsu ba har sai
sun yi daidai da nufinsa gaba daya

* **

Zan debo ruwan tsami daga zuciyar furannin
Kuma zan shimfiɗa a kan kafet ɗin siliki mai laushi
Ko kuma ku gudu bayan malam buɗe ido na zinariya
Ina so in yi yawo a tsakanin tsaunuka da lankwasa na
tsaunuka

Tare da iska mai daɗi da daɗi ta dare
A tsakiyar daisies da anemones
An yi masa rawani da ɗigon ruwa
Zan dakata na ɗan lokaci don in gaishe da kamshin mai
wayo

Kamshin da ke fitowa daga bishiyoyi masu rassan da ke
girgiza

Kuma da fikafikan tsuntsaye, raina zai tashi sama
Bayan fagen tunani ko'ina
Kuma da waƙoƙin dare masu raira waƙa, zan rera
waƙoƙina marasa sauti

Kuma zan faɗaɗa da sararin samaniya mara iyaka
Daga zaren hasken rana, zan kirkiri farin ciki na
Kuma da hasken wata zan wanke baƙin cikina
Kuma a cikin duhun dare, zan goge abubuwan da suka
shafe ni a cikin duhun dare

Kuma da wayewar gari, zan kirkiri sabuwar duniya
Na farin ciki mara iyaka

* **

Mu hanyoyi ne na musamman, domin za mu iya faɗaɗa
ko rage kanmu

An ba mu 'yancin zaɓi da ikon zaɓi Wasu mutane suna
toshe hanyar rayuwarsu da tarin laka ta jahilci kuma ba sa
.barin kwararar ilimi ta tsarkake ta
Tekun gaskiya yana kokarin gudana ta cikin waɗannan
kananan ramuka da karfi mai yawa, amma bai yi nasara ba
Kuma akwai wasu waɗanda ke ci gaba da tono, faɗaɗa
da zurfafa hanyoyin rayuwarsu ta hanyar horar da kai da
al'adun ruhaniya, ta haka ne za su bar hikimar Allah ta ratsa
.su ta kuma cika rayukansu da haske da albarka

* **

Kwanciya a bayanka a kan gadon kusa wani aiki ne da
ba kowa zai so ya yi ba, duk da haka ya kamata mu yi
sha'awar karfin tunanin da ke sa irin wannan aikin jarumtaka
.da ban sha'awa ya yiwu
Duk mun san ciwo da rashin jin daɗi na jiki da ke faruwa
sakamakon haɗurra, cututtuka, da halaye marasa kyau.
Kuma wa zai iya musanta cewa ikon kwanciya a kan
kusoshin ciwon jiki ba tare da ya shafe su ba yana ɗaya
?daga cikin albarkar rayuwa
Duk wanda ya kai ga sanin cewa ba jiki ba ne, ba zai ji
zaɓi ba

Wanda zai iya sarrafa tunaninsa ya sami 'yanci daga
ciwo kuma ya sami cikakken iko akan jiki
Hakika, wannan ba zai faru cikin dare ɗaya ba, amma
kokari mai ɗorewa yana aiki abin al'ajabi

* **

Dole ne mu yarda da rayuwa da mutuwa ba tare da
tsoro ba, kuma mu yi amfani da darussan wannan rayuwa
.sosai domin mu san rayuwa ta gaba
Bayan wannan kasa akwai sararin samaniya mara iyaka
inda za mu sake haɗuwa da kaunatatunmu waɗanda muka
.yi tunanin mun rasa har abada
Hakika, bai kamata mu roki mutuwa ko mu neme ta ba,
amma idan ta zo, dole ne mu fahimci cewa ita ce jarabawar
.karshe da ta cancanci mu sami babbar kyauta

* **

Idan mai neman Allah ya fahimci muhimmancin neman
Allah, ba zai yi jinkiri ba, sai dai ya kara himma wajen
kudurinsa kuma ya mai da hankalinsa kan manufarsa mai
.albarka

Idan sha'awar ta taso a cikinsa, yana ciyar da shi da
tunani da sha'awar ruhaniya har sai ya ji kasancewar Allah a
cikin zuciyarsa

Wannan ita ce hanya mafi aminci kuma mafi aminci don
jagorantar jirgin ruwa na rayuwa a cikin teku na rayuwa
* **

A cikinka akwai wani lambu mai ban mamaki mai ban
mamaki na tunani mai kyau, mai kamshi mai kauna, kirki,
fahimta, da zaman lafiya. Furanninsa sun fi furanni na duniya
.da ganyayyaki masu kamshi na zahiri kyau
Lokacin da ka ba da kaunarka ta gaskiya, ka dasa fure
mai kamshi, kuma kamshin wannan kaunar da kamshin
wannan fahimta sun daɗe fiye da kowace fure ta duniya
!kuma wannan shine gaskiya
* **

Tunani mai kirkire-kirkire, karatu mai kyau, da maimaita
kalmomi na gaskiya hanyoyi ne masu taimako don kawar da
munanan halaye da kuma kafa tunani mai kyau
Maimaita tabbatarwa da addu'o'i tare da zurfafa tunani
zai taimaka wajen samar da tsarin tunani mai kyau ta yadda
tunani mai kyau zai zama na halitta kamar yadda tunani
mara kyau ya kasance a da
* **

Dole ne mu adana taskar farin ciki ta ruhaniya mu kuma
sanya wannan farin cikin a cikin zukatan wasu, kuma kada
.mu bari wani abu ya kwace mana farin cikinmu na ciki
Ko da kwanaki sun yi fushi kuma zuciyarmu ta yi sanyin
gwiwa suna nuna cewa mun rasa komai, dole ne mu kawar
da hayaniya da shirun farin ciki da ba za a iya jurewa ba

Ku yi wa kanku rawani, abokan farin ciki, a kan karagar
manyar burinku da manufofinku, ayyukanku masu daraja da
tunaninku masu girma, kuma za ku ji Allah a matsayin farin
ciki a cikin tsarin kowane tunani da kowane ji
Dole ne kuma mu dasa bishiyar kaunar Allah a cikin
kasan wanda bai sani ba idan muka ji wannan kauna, tsoro
.zai bace kuma damuwa za ta bace da taimakon Allah

* **

A ce wani yana da rauni tun daga haihuwa kuma ba zai
iya zama mai karfi ba kuskure ne, domin akwai yiwuwar
wannan mutumin ya zama babba ya cimma abubuwa masu
.ban mamaki a dukkan fannoni na rayuwa

* **

Har Abada

?Shin wannan rana za ta waye, Ya Madawwami
Inda zan tambaye ka ba tare da katsewa ba
Kuma ina aiko muku da tambayoyi marasa iyaka
!?Kuma zan sami amsa daga gare ku
Yadda ake shuka ciyayi marasa karfi da siriri
Kansu suna dagawa ba tare da sunkuyar da kai ba
Kuma ba tare da guguwa mai karfi ta girgiza shi ba
Wanda ke tumbuke manyan bishiyoyi
Kuma manyan gine-ginen sun lalace
!Kuma manyan tekuna sun girgiza
?Ta yaya walkiya ta farko ta lumshe idanunta
Kuma bishiyar farko ta bayyana
Kuma kifi na farko
Kuma tsuntsun farko
?Kuma dan fari
?Yaushe ne ziyararsu ta farko
Wannan gidan kasa
!?Gidan Al'ajabi
Ina sha'awar rike hannunka yadda nake so
Wanda ya siffanta teku da kasa
!Ya Madawwami

* **

Duniya galibi duhu ce, amma idan muka ga waɗanda
fuskokinsu ke haskakawa da hasken ni'ima
Murmushinsu yana kawar da baƙin cikinmu kuma yana
wargaza damuwarmu kamar fitila mai haskakawa cikin duhu
Duhu yana shuɗewa kafin haskensa
Bari murmushin rai ya haskaka daga fuskokinmu Bari
iskar kaunar Allah ta ɗauke murmushinmu ta warwatsa su a
cikin zukata masu duhu, domin hasken waɗannan
murmushin ya kawar da duhun daga zukatan wasu

* **

Yin la'akari da yadda wasu ke ji yana ɗaya daga cikin
kyawawan halaye, kuma yana ba mutum mafi kyawun
sha'awa
Misali, idan wani yana jin kishirwa, mutumin da ke
tunanin wasu zai ji buƙatarsu kuma ya ba shi ruwa
Yin la'akari da yadda mutane ke ji yana nufin sanin wasu
da kuma tunaninsu game da su
Waɗanda ke girmama wasu kuma suke godiya da yadda
suke ji sun san abin da suke buƙata ta hanyar halitta

* **

Ɗaya daga cikin almajiran yana shakkar ikonsa na ci
gaba da tafarkinsa na ruhaniya. Domin ya karfafa shi,
:malamin Paramhansa ya ce masa
Allah ba ya da nisa, amma yana kusa, kuma ina"
"ganinsa yana nan a ko'ina
Ɗalibin ya yi zanga-zanga, yana cewa, "Amma kai
"!malami ne wanda ya san Allah, yallaɓai
:Malamin ya amsa
Dukkan rayuka daidai suke, kuma bambanci ɗaya tilo"
tsakanina da kai shine na yi ƙoƙarin da na tabbatar wa Allah
".cewa ina ƙaunarsa, don haka ya bayyana kansa gare ni

* **

Idan mutum ya shagaltu da kallon wani fim mai dadi
sosai, sai ya manta da komai, kuma hankalinsa kawai ya
.koma kan fim din

Haka kuma yake ga wanda ke sha'awar kaunar Allah,
.wanda ke mantawa da komai sai abin da Allah ya so
Matsakaicin mutum ba shi da isasshen sha'awa da
sha'awar jin kasancewar Allah domin hankali ya saba da mai
.da hankali kan abubuwan duniya maimakon na Allah
Idan fina-finai, jima'i, da jin dadin duniya za su iya jawo
hankalin mutum, to me zai faru da Allah, wanda shine
!tushen farin ciki kuma abu mafi dadi a rayuwa
Amma matsalar ita ce yawancin mutane ba sa son sanin
Allah, kuma idan ka san Shi, za ka ga cewa sa'o'i suna
wucewa yayin da kake nutsewa cikin babban farin ciki na
.ruhaniya

Ko menene zan yi, ba na jin dadi sai idan Allah yana tare
da ni

* **

Idan mutane za su guji talaucin duniya, ya kamata su
raina talaucin ruhaniya domin shi ne babban dalilin duk wata
.wahala da dan adam ke sha
Mutumin da yake da ruhaniya da kuma aiki, mutum ne
mai farin ciki, kuma mutum mai farin ciki ne kawai yake
.samun nasara

Ko da mazauna birni suna jin dadin duk wani jin dadin
rayuwa ta zahiri, wannan ba zai dakatar da kisan kai da
aikata laifuka a wannan birnin ba
Amfani da ka'idodin duniya na hidimar juna, hadin kai
ba tare da bata lokaci ba tsakanin mutane, kaunar rayuwar
ruhaniya, da kuma sarrafa sha'awar rai duk suna da
mahimmanci ga kowace al'umma don jin dadin rayuwa mai
.jituwa, lafiya, farin ciki, da wadata

* **

Kada ka yi tunanin cewa Allah ba ya amsa addu'arka.

Kowace kalma da ka yi masa rada tana rubuce a cikin

zuciyarsa ta duniya. Kuma idan ka lura da hanyoyi da yawa
da Allah ke amsawa, za ka ga cewa da gaske yana amsa
.maka koyaushe

Gwargwadon yawan sha'awarka da kuma karfin
sha'awarka, gwargwadon yadda martanin zai yi sauri da ban
.mamaki

* **

Akwai mutanen da ba su ga wani babban dalili a rayuwa
ba kamar biyan bukatun jiki da biyan bukatunsa, babu wani
abu da ya fi wannan. Wannan shine yanayin rayuwa da
.hankula suka takaita

Kuma mutanen da ke hidima ta hanyar ayyukan ilimi da
sana'o'i, noma, ciniki, saye da sayarwa, da duk abin da ya
shafi rayuwa ta zahiri gabaɗaya

Kullum suna aiki tukuru wajen yin abubuwa, kuma abin
da kawai suke damuwa da shi a rayuwa shi ne neman kuɗi,
.wanda galibi suke batar da shi don jin daɗin sha'awa

Daga cikin waɗannan akwai mutane masu hazaka

.waɗanda ke da halaye masu kirƙira

Akwai mutanen da ke da hazaka a fannin shugabanci da
shugabanci waɗanda ke aiki don fahimtar sirrin rayuwa
bayan sun fuskanci samun kuɗi da cimma nasara a rayuwar
.kwararru

Suna dogara ga kamun kai don shawo kan ka'idodin
hankali, suna ɗaukar rayuwa da muhimmanci, kuma suna
imani da yaki da halaye masu cutarwa, ikon mallaka, da
.kuma sanya tsarin rayuwa a hanya madaidaiciya

Akwai mutane masu dabi'ar tunani, waɗanda suke da
ruhaniya ta hanyar halitta kuma suna iya isar da ra'ayoyi
masu ban sha'awa ga wasu

* **

Allah kaɗai ne zai iya gyara munanan abubuwan da ke
addabar duniya da bil'adama, amma dole ne bil'adama ta yi
koƙari don gane kasancewar Allah da kuma nuna nagartar
.Allah marar iyaka a cikin kanta

:don tabbatarwa

Kowace safiya ina ba da jikina, hankalina, da kowace
baiwa da nake da ita a gare ka, Mahalicci Mara lyaka, don
amfani da ita ta kowace hanya da ka zaɓa, domin ka
bayyana kanka ta hanyara

* **

Domin mutum ya sami damar cimma yarda da kansa,
dole ne ya sarrafa tunaninsa

Dole ne ka yi tunani mai zurfi ka kuma mai da hankali

kan zuciyarka ta yadda idan ka mai da hankali kan wani
ra'ayi, hankalinka ba zai karkata ko ya yi tsalle daga wannan
.ra'ayi zuwa wancan ba

Yawancin mutane suna rayuwa ne a saman rayuwa,

amma don samun duwatsu masu daraja na ilimi yana
bukatar zurfafa cikin teku na tunani

Masu tunani masu zurfi mutane ne masu farin ciki domin

suna iya nisantar kansu daga abubuwan da ke haifar da
.damuwa a cikin muhallinsu

Talaka ba shi da hanyar tsira, domin koyaushe yana

rayuwa a saman ruwa kamar kifi da mai kamun kifi ke
.kamawa cikin sauƙi

* **

Ingancin ruhin kerawa ne mai ban mamaki wanda ke sa

mai shi ya tsaya a gaban duniya cikin haske mai haske

kamar manyan waɗanda suka kawo sabbin abubuwa masu

amfani ga duniya waɗanda babu wanda ya taɓa yi a da

Waɗannan hazikan masu hazaka suna da ruhin kirƙira

mara karewa, wanda ke samun goyon bayan wasiyya wadda

.ba za ta tsaya ba har sai an cimma burin da ake so

Shin Allah yana fifita waɗannan manyan mutane ne har

suka mallaki wannan girman na musamman? Kuma shin

nufin Allah ne ya zaɓe su su sami wannan babban ɗaukaka

?fiye da wasu

Ba shakka ba ne kawai sun yi amfani da baiwar kirƙirar

su don nuna girma da daukakar da ke cikin gadon kowane

dan adam domin an halicce shi cikin siffar Allah, tushen
.dukkan kirkire-kirkire da kirkire-kirkire

* **

Mutane suna bin farin ciki kamar Mercury, amma akwai
hanyar samun farin ciki, wato godiya ga Allah bisa
ni'imominSa da kuma jin godiya ga ni'imomin da muke samu
.a rayuwa

Godiyarmu ga Allah bisa ni'imomin da ke cikin
rayuwarmu muhimmin abu ne don saninSa, wanda shine
tushen zaman lafiya na har abada, rayuwa mai dadi, da
kuma sabon farin ciki

Idan muka ba wa Allah kaunarmu, za mu zama masu
karɓar kyaututtukansa masu albarka na zaman lafiya,
gamsuwa, da gamsuwa

Mutane mafi farin ciki a wannan duniyar su ne waɗanda
suka koyi yin tunani mai kyau, yin aiki mai ginawa, kuma
suka bayar da kyauta da alheri abin da za su iya. Su ne
.waɗanda suka yi nasara a rayuwa

Da zarar mutum ya sami kyakkyawar fahimta, zuciya
mai godiya, da kuma rai mai kauna, to, sai ya ji Allah a
.cikinsa

Kuma duk lokacin da almajirin ya yi wa Allah rada, "Ya
Ubangiji, kai mai karimci ne!", sai ya fahimci cewa kwanciyar
hankali da farin cikin da yake ji albarka ce daga Allah, kuma
yana son ya shirya da tunaninsa da ayyukansa ta hanyar da
.za ta sa shi kusa da kasancewar Allah koyaushe

Ana iya samun wannan kusanci ta hanyar tunani, tunani
mai kyau, da kuma yanke hukunci mai kyau. Waɗannan, bi
da bi, suna tasowa ne sakamakon godiya da kuma ruhun
.bayarwa

Idan muka yi tunani a kan ni'imomin da muke da su da
kuma duk kyawawan abubuwan da suka cancanci godiya da
godiya, maimakon mu yi tunani game da bala'o'i, wahalhalu,
cututtuka, cututtuka, damuwa, da tsoro da ke kewaye da mu
ko kuma ke haifar mana da damuwa, to za mu fara sanin

Allah, kuma za mu sami lada saboda hakan da sanin ruhi
.wanda muke kira zaman lafiya ko farin ciki
Zukatanmu za su buga da kauna da farin ciki, kuma
zukatanmu za su haskaka da ra'ayoyi masu haske

* **

Hankalin mutane da yawa kamar injina ne masu karfin

!dawaki daya

Duk da girman damar da ke cikin kowace tunanin dan
adam, mutane kadan ne ke amfani da waɗannan ikon da ke
.jiran a kunna su

Bukatun mutane galibi suna da iyaka kuma an takaita
su ga abubuwan da ake bukata na rayuwa kamar cin abinci,
.aiki, nishaɗi, barci, da makamantansu

Amma mutane suna da daya daga cikin mafi kyawun
halaye, wato ikon kirkira ko kirkira abubuwa
Menene wannan iko mai ban mamaki da ban mamaki?

Yamma ita ce kasar kirkire-kirkire masu amfani da
masana'antu da kuma kimiyyar da aka yi amfani da ita
.Gabas ita ce kasar wayewa da kerawa ta ruhaniya
Ruhin himma shine ikon yin kirkire-kirkire don yin wani
abu da babu wanda ya taɓa yi a da, ta hanyoyi masu kirkira
Ikon kirkira ne da aka samo daga Mahalicci

* **

Da babu yiwuwar canji na ciki, inda zuriyar abin da za
mu zama suke kwance, da ba za mu iya yin canji a bangaren
da ba a sani ba na yanayinmu ba

Amma muna da damar yin tasiri ga waɗanda za mu
zama a nan gaba Horar da kanmu da wuri yana taka
muhimmiyar rawa wajen kunna wannan bangaren da ba a
sani ba na kanmu ko kuma barin shi ya gurgunta idan aka yi
sakaci

Kamar yadda tsire-tsire ke faɗaɗa saiwoyinsu zuwa cikin

ƙasa, haka nan dole ne mu kula da kyawawan halaye a
cikinmu ta hanyar taki, ciyawa, sassauta ƙasa, ban ruwa, da
shinge shinge

Dole ne kuma mu yi wa kasan ruhi da kuma cire ciyawar
 .da ke cikinta
 Ya'yan rayuwarmu, ko babba ne, karami, matsakaici,'
 lafiyayye, ko kuma marasa lafiya, za su dogara ne akan
 .yadda muke kula da bishiyoyin gonakinmu
 Muna da 'yancin yin hakan, kuma idan muka yi amfani
 da zabinmu gwargwadon iyawarmu, sakamakon waje zai yi
 kyau, kuma sakamakon haka, sabbin iri masu kyau za su fito
 a cikin bangaren da ba a sani ba na yanayinmu, kuma
 wadannan za su tantance yadda rayuwarmu za ta kasance a
 .nan gaba
 * **

Sakamakon tunani mara kyau da mara kyau
Tunani yana da matuƙar yaudara, domin yana iya haifar
da sakamako mara kyau da kuma mai kyau
Har yanzu ina tuna lokacin da wata 'yar'uwata ke fama
da ciwon makogwaro, kuma ban taɓa ganin ciwon
makogwaro mai tsanani kamar haka ba; ba ta iya ci ko
.haɗiye komai ba
Ta kira ni ta ce, tana kuka, "Don Allah ku yi duk abin da
".zai taimake ni

Na kawo mata abinci na ce ta ci. Ba ta san cewa hannuna yana taɓa makogwaronta ba, inda na mayar da .hankalina kan tunanina

Ba zato ba tsammani ta tsinci kanta tana cin abinci ba tare da jin wani ciwo ba, kuma ta cika da farin ciki da warkar da makogwaronta

Bayan na bar ta, sai ta tashi ta kalli makogwaronta a madubi, kuma da ta ga har yanzu akwai ciwon, sai ciwon ya .dawo, ta fara ihu

Da na isa gida na gan ta tana cikin azaba, sai na "tambaye ta, "Me kika yi

"Ta amsa, "Na duba cikin makogwarona

Na ce mata: "Na ga makogwaronki yana lafiya a cikin
hasken Allah, shi ya sa yanayinki ya inganta, amma kin ga
"cutar, kuma shi ya sa kike jin zafi
"Sai na ce mata, "Sha wannan ruwan
Tunda hankalinta ya karye, ta sami damar hadiye ruwan
ta kuma warke, kuma ba ta sake kallon makogwaronta a
.madubi ba
Saboda haka, tunani yana taka muhimmiyar rawa Game
da cututtukan jijiyoyi - waɗanda galibi ake haifar da rashin
fahimta - hankali na iya haɓaka murmurewa cikin sauri idan
aka yi amfani da karfinsa daidai
Lura: Wannan labarin ba yana nufin cewa bai kamata ka
ga likita ko neman magani ba, don haka akwai buƙatar ƙarin
bayani
* **

:Ya kamata mu iya cewa
Bayan wannan jiki mai iyaka, ina jin cikakken kuma"
"mara iyaka
Ba na yin lacca sai dai idan na ji Allah yana tare da ni,
kuma ba na koyarwa sai dai idan ina cikin cikakken jituwa da
Shi. Kuma idan na yi magana daga wannan matakin, na san
cewa waɗanda suka saurare ni ba za su manta da abin da
.suka ji ba
Waɗanda suka dage za su san Allah, kuma ina fatan
waɗanda suke son ci gaba da bin sa za su taɓa
kasancewarsa mai albarka
* **

Sha'awar farin ciki ita ce mafi ƙarfi daga cikin dukkan
sha'awa
Farin ciki na gaskiya da ɗorewa yana samuwa ne kawai
a cikin Allah, kuma lokacin da ka gano kasancewarsa, za ka
cika da babban farin ciki—farin ciki da ba za a iya samu a
.cikin wani abu ba

Da ace an ba ka duniya baki d'aya, da ba ka san yadda
za ka tafiyar da ita ba, kuma za ka ji nauyi da damuwa mai
.yawa game da komai

Kalli rayuwar manyan shahararrun mutane da maza a
duniya, za ku ga cewa sun fusata, ana tursasa su ta kowace
fuska kamar 'yar tsana da ake motsawa da wasa da hannun
.kaddara

Amma wanda ya haɗu da hasken duniya mutum ne mai
farin ciki domin yana da alaƙa da Mahaliccinsa
* **

Dole ne a yi koƙari koyaushe don shawo kan munanan
halaye, domin da zarar mutum ya ji rashin bege da baƙin
.ciki, zai shuka iri mara kyau a cikin kasan ransa
Ci gaba da yin halaye masu cutarwa wani nau'i ne na
halaka kai. Duk da haka, koƙarin jin daɗin farin ciki da
kyakkyawan fata kowace rana, duk da duk gwaje-gwaje
marasa daɗi da masu wahala, alama ce ta sabuntawa da
.farkawa ta ruhaniya
* **

Wadanda suka bar hankalinsu ya taurare kuma ya
firgita su ne ainihin wadanda ke mutuwa
Wadanda ke son warware asirin rayuwa dole ne su
sabunta rayuwarsu kowace rana, su yi aiki don inganta
kansu ta wata hanya, su haɓaka tunani mai kirƙira, sannan
su shiga cikin ayyukan ginawa
Kuma sama da duka, ya kamata su roki Allah hikima,
domin da hikima duk kyawawan abubuwa masu d'aukaka
.suna zuwa
* **

Allah ya bamu iyali domin mu faɗaɗa da'irar kaunarmu
daga kanmu zuwa ga wadanda muke da alaƙa da su, sannan
mu faɗaɗa iyakokin wannan kaunar ta haɗa da kowa da
.kowa

An d'auke kaunatatunmu daga gare mu, ko ta hanyar
mutuwa ko a wasu yanayi, domin mu koyi kada mu iyakance

kaunarmu ga mutane kadai, amma mu kaunaci kauna kanta,
wadda ita ce Allah, makwabcinmu mafi kusa, wanda aka
boye a bayan duk abin rufe fuska na dan adam

* **

Duk lokacin da na sami mutanen da ke da sauƙin
fahimta, ina kokarin yin magana da hankali da kuma tunanin
wadannan mutanen, yayin da ba kasafai nake magana da
wadanda ba sa sha'awar ba saboda ba sa son su saurara
.kwata-kwata

Amma ga wadanda suke da gaskiya a cikin neman
Allah, ina kokarin yin magana da su ta hanyar zukatansu a
bude kuma in dasa irin kaunar Allah a cikin zukatansu

* **

Lokacin kallon fim ko wasan kwaikwayo, idan masu kallo
sun san labarin dalla-dalla kafin su kalli shirin, shirin zai rasa
.jin dadinsa

Hakazalika, yana da kyau a daina sanin dukkan sirrin
wannan rayuwa domin akwai wani wasan kwaikwayo na
sararin samaniya da ke ratsa babi-babi na rayuwarmu, kuma
.ba abin sha'awa ba ne a san abin da zai faru kafin ya faru
Bai kamata mu damu da sakamakon karshe ba, sai dai
mu roki Allah Ya shirya da mu mu taka rawarmu a wasan
rayuwa gwargwadon iyawarmu, ko wadannan rawar sun
hada da rauni ko karfi, rashin lafiya ko lafiya, alfahari ko
tawali'u, arziki ko talauci, kuma mu san ma'anar wannan
.labari mai sarkakiya a karshe

* **

Kowa yana son samun kuɗi fiye da ɗayan, kuma idan ya
same shi, har yanzu ba ya gamsuwa domin ya gano cewa
.akwai wadanda suka fi shi arziki

Mutane suna rayuwa cikin mawuyacin hali na rashin son
kansu ta hanyar kirkirar sha'awarsu maimakon gamsuwa da
.abin da suke da shi

Akwai mutanen da suke da abubuwa da yawa fiye da wasu, amma ba sa farin ciki, amma suna cike da sha'awar .kari kuma suna cike da damuwa da tsoro Tafarkin Allah, abokaina, ita ce hanya mafi sauƙi, kuma ya fi kyau mu fara komawa ga Allah mu roke shi ya ba mu abin da ya fi dacewa da mu, kuma za mu sami daga hannunsa mai karimci abin da muke bukata domin yana .amsa addu'o'in gaskiya kuma yana cika burin masoyansa

* **

Wauta ce a yi tsammanin farin ciki na gaske daga abubuwan da suka shafi duniya da kuma abubuwan da suka .mallaka domin ba za su iya kawo mana shi ba tun farko Duk da haka miliyoyin mutane suna mutuwa cikin bakin ciki da bakin ciki bayan ƙoƙarinsu na banza na neman farin cikin da ke wanzuwa a cikin Allah kaɗai a cikin rayuwar .duniya, tushen dukkan farin ciki da jin daɗi

* **

Yana da kyau mutane su gode wa Allah bayan sun karɓi kyaututtuka daga gare Shi, amma ba sa yawan gode masa ko kuma su yi tunanin gode masa saboda kyautar rai da Ya ba su da kuma halayen ruhaniya da Ya dasa a cikin .zukatansu

Yana da sauƙi mu ɗaga zukanmu ga Allah lokacin da muka ji kasancewarsa ko muka sami amsa daga gare Shi ga addu'o'inmu, amma abin mamaki ne mu gode Masa saboda boyayyen jagorarsa gare mu da kuma kasancewarsa mai albarka tare da mu duk da rashin sanin hakan. Wannan alama ce ta amincewa da Allah, tawali'u a gabanSa, da .gamsuwa da hikmarsa

Allah yana amsa mana ta hanyarsa ga kaunarmu da sha'awarmu, kuma masu tawali'u ne waɗanda zukatansu ke cike da godiya da godiya ga albarka da alheri mai yawa daga .tushen Allah mai ba da rai koyaushe

* **

mutum cikinsa ne (cikin mutum abokin gabansa ne)

Ciki shine mafi rauni a jiki kuma galibi ana cin zarafinsa
mafi muni. Idan tsarin narkewar abinci ya lalace ta hanyar
cin abinci mai yawa ko cin abinci mara kyau, yana iya haifar
.da kowace irin matsala ta lafiya
Idan mutum ya kalli fuskarsa a madubi, zai yi tunanin
yana lafiya, amma ba ya gane cewa yana d'auke da guba
mai yawa da aka ajiye a jikinsa. Sai dai idan ya san hanyar
da ta dace don kawar da wadannan gubar, kuma idan jiki bai
.iya kawar da su yadda ya kamata ba, cututtuka za su faru

* **

Daya daga cikin matasan almajiran ya nemi shawara,
:sai malamin Paramahansa ya ce masa
Duniya tana sanya munanan halaye da halaye marasa
kyau a cikinka, amma duniya ba za ta d'auki alhakin komai
ba, kuma ba za ta ba da amsa ko bayar da bayani game da
kurakuran da ka samu sakamakon wadannan halaye da
.halaye ba

To me zai hana ka ba wa aboki mai yaudara dukkan
lokacinka? Ka ware awa daya a rana don binciken ruhaniya
da kimiyya

Shin Allah - mai ba da rai, iyali, kudi, da sauran
abubuwa - bai cancanci kashi daya daga cikin ashirin da
?hudu na lokacinka ba

* **

:Wani dalibi ya tambaya
Yalla bai, me yasa wasu mutane ke yi wa waliyyai da"
"?mutane masu tsarki ba'a
:Malamın Paramahansa ya amsa
Masu mugunta suna kin gaskiya, kuma mutanen duniya"
suna gamsuwa da tafiya tare da na yanzu. Babu wata
kungiya da ke son canji. Saboda haka, tunanin mutanen
Allah masu adalci kawai yana damun su kuma yana bata
".musu zaman lafiya
Ana iya kwatanta wadannan mutanen da mutumin da ya
shafe shekaru da yawa yana zaune a daki mai duhu. Idan

wani ya kunna haske, hasken kwatsam yana damun wanda
ba shi da makafi kuma a gare shi ya zama wani abu mai ban
.mamaki
* **

Babban guduma mai makeri ba shi da wani zabi na
kansa Sai dai idan ya daga shi da hannunsa ya sauke shi, zai
ci gaba da kasancewa a wurinsa, ba a amfani da shi
Amma mutum yana da 'yancin zaɓe don ya zabi ya
zama hanya mai kyau da kayan aiki na adalci a hannun Allah
Allah ba ya son mutane su zama masu taurin kai,
marasa rai, sai dai su yi amfani da 'yancin zaɓe domin
.cimma manufofin Allah a wannan duniyar
* **

Kudi ba lallai bane ya zama alamar kyakkyawan
dandano ba. Mutane da yawa masu arziki suna siyan
abubuwan da ba sa bukata, waɗanda daga nan suke taruwa
a gidajensu cikin kyawawan halaye da tarin abubuwa marasa
.amfani

Ba kwa buƙatar kuɗi mai yawa don sanya gida ya zama
mai kyau; dandano shine babban abin da ke da mahimmanci
Amma ra'ayin kawata gida yana jan hankalin wasu
mutane, don haka suka shagala da shi suka takaita kansu da
.abubuwan duniya

Duk wanda dole ne ya biya kuɗin da aka tara da na
gaggawa dole ne ya nemi rayuwa mai sauki da 'yanci daga
.matsin lamba na kuɗi

Amma wannan 'yancin ba zai zo ta hanyar kasala da
rashin aiki ba, ko kuma ta hanyar barin komai ba tare da
.hujja ko dabaru ba

Akwai lokacin da wani mutum ya yi babban rashi sai ya
:ce

Kai, kaiton ni! Na rasa dukiyata kuma matata ta rabu"
da ni, don haka na yanke shawarar barin komai na zama mai
"sihiri

Wannan mutumin, abokaina, bai bar komai a baya ba,

!sai dai komai ya bar shi

Yanayin tunani da jin gamsuwa sune muhimman

abubuwa guda biyu don cimma farin ciki

Bayan an gama dukkan gwaje-gwajen kuma an gama

:su, za a iya cewa

Babu wata matsala wajen samun bukatun kayan da ake"

"bukata, kuma rashin iya mallakar su abin zargi ne

* **

:Daya daga cikin daliban ya tambaya

"?Yallabai, me zan yi don in san Allah"

:Malamin Paramahansa ya amsa

A cikin kowane lokaci na hutu, ka nutsar da kanka cikin

zurfin tunani game da shi Ka yi masa magana zuciya zuwa

zuciya, rai zuwa rai

Ya fi kusanci kuma ya fi kaunaci. Ina kaunarsa kamar

yadda mai rowa yake son kudi, kuma ina kaunarsa da

kaunar wanda yake rashin lafiya, mai sha'awar kauna ga

wanda yake kauna, kamar mutumin da ke nutsewa don

.numfashi

Idan ka bayyana babban sha'awarka da kuma tsananin

"sha'awarka, zai zo gare ka

* **

Ya kamata dukkan kokarinmu ya zama ba wai kawai don

cimma lafiya mai kyau da tsaron kayan duniya ba, har ma

.don neman ma'anar rayuwa

Idan matsaloli suka mamaye mu, mukan fara komawa

ga muhallinmu, muna kokarin yin duk wani gyara na kayan

.da muke ganin taimako yana cikinsa

Amma idan muka kai ga karshen rayuwa muka ce, "Duk

kokarina ya gaza, me kuma zan iya yi?" za mu fara tunani

.sosai game da nemo mafita mai tasiri ga matsalarmu

Idan muka zurfafa cikin tunaninmu, muna karbar amsar,

tare da taimakon Allah, daga cikinmu. Wannan, a cikin

.kansa, wani nau'i ne na addu'ar da aka amsa

* **

Malamin Paramahansa ya ce wa wasu daga cikin

:ɗaliban

Ka yi hattara da mummunan ra'ayi game da rayuwa Me"

yasa kake mai da hankali sosai kan tarin shara alhali akwai

"?kyawawan abubuwa a kusa da kai

Mutum zai iya samun kuskure game da mafi kyawun"

misalan fasaha, kiɗa, da adabi. Amma shin bai fi kyau ba

"?kuma ya fi dacewa a ji daɗin kyawunsu da kyawunsu

Rayuwa tana da gefe mai kyau da kuma gefe mai duhu"

domin duniyar dangantaka ta dogara ne akan haske da

"inuwa

Idan kun bar tunaninku ya ci gaba da mugunta, za ku"

".jawo wa kanku mummuna da barna

Ku nemi alheri kawai a cikin komai, domin ku sha ruhin"

"kyau

* **

:Malam Paramahansa ya ce wa gungun almajiransa

Allah ne ya shirya mana wannan ziyara zuwa Duniya,"

amma yawancinmu muna zama baki marasa maraba, muna

".ɗaukar wasu abubuwa a nan a matsayin namu

Ta hanyar mantawa cewa wurin zama na duniya na ɗan

lokaci ne, muna kirƙirar alaƙa da alaƙa da yawa, kamar:

".gidana," "aikina," "kuɗina," "iyalina," da sauransu

Amma idan takardar izininmu ta duniya ta ƙare, dukkan

alaƙar ɗan adam za ta shuɗe ta bace, sannan za a tilasta

mana mu bar duk abubuwan da muka yi tunanin muna da

su. Wanda yake tare da mu a kowane lokaci kuma a kowane

wuri shi ne maƙwabcinmu na har abada, Allah

Ka sani yanzu cewa kai ne ruhu, ba jiki ba Me yasa kake

jiran mutuwa ta koya maka ta hanyar mugunta da ba zato

?ba tsammani

* **

Idan mutum ya yi rashin lafiya, dole ne ya yi duk abin da

zai iya don shawo kan rashin lafiyarsa Ko da likitoci sun gaya

* **

* **

Daga tushen wahayi

Babu wani bambanci tsakanin dokokin zahiri da dokokin ruhaniya, ko mu'ujizai da ke faruwa sakamakon fahimtar hanyoyin tunanin ɗan adam Masana kimiyya suna yin

mu'ujizai ta amfani da dokokin zahiri, kuma waɗanda suka ci
gaba a ruhaniya suna yin mu'ujizai na tunani A wannan
zamanin mu'ujizai na kimiyya, wanda aka siffanta shi da
ambaliyar kirkira da sabbin abubuwa marasa misaltuwa,
masana kimiyya dole ne su zurfafa cikin nazarin dokokin
ruhaniya da waɗanda ke da fahimta ta ruhaniya ke amfani
.da su

Mu'ujizai na ruhaniya ko ni'imomin allahntaka kawai
aiwatar da dokokin sararin samaniya ne na allahntaka Ga
talakawan mutum, waɗannan ayyukan suna kama da
mu'ujizai, amma a zahiri, amfani da wasu boyayyun dokoki
.ne na sama

Na ɗaɗɗani kyawun taurari biliyoyin
A warwatse cikin faɗin sararin samaniya
Kuma daga jin daɗin da ba shi da laifi na tsotse ruwan
'ya'yan itacen nectar
Kuma na yi murhu wanda na kona dukkan baƙin cikina a
ciki

Kuma na ɗauki fitilun haske
Kuma an sanya soyayya mai tsarki a cikin kowace
zuciya

Ya haɗa kaunar uba, ta uwa, da ta 'yan'uwa
Na sha shi har sai da na bugu
An matse littattafan ruhaniya don digo na zaman lafiya
An tsara waƙoƙin ne bisa ga dabi'a
Kuma na sace zaƙin daga cikin gidan farin ciki
Na samo muhimman ma'anoni daga mahangar tunani
Kuma ina karatu
Sai na yi murmushi
Kuma na yi aiki
Kuma na shirya
Kuma na yi kuka
Na yi sha'awar
Kuma duk wannan bai isa ba

Yayin da ta fahimci cewa mafarki ne da ke bacewa sau
da yawa

Kafin a cika burin zuciyar da ke sha'awa
Amma da zarar na kawar da mafarkan daga gare ni
Kuma na zauna a cikin wurin zaman lafiya
Sha'awata ta yi karfi
Kuma na ji raina yana waka
!Allah kadai ya rage

Kowane ɗan adam yana ɗauke da iko mara iyaka, kuma
dole ne mu nuna wannan ikon a cikin duk abin da muke yi
Idan muna son kirƙirar wani abu, ba dole ba ne mu dogara
kawai da tushen waje, sai dai mu zurfafa cikin zurfin cikinmu
.mu nemi tushen mara iyaka

Duk hanyoyin aiki masu nasara, duk kirƙira, duk rawar
kida, ra'ayoyi masu ban sha'awa, da wakoki masu ban
mamaki an rubuta su a cikin bayanan Allah
Dole ne mu fara fayyace manufar, sannan mu nemi
taimakon Allah don ya shiryar da mu zuwa ga matakin da ya
dace wanda za mu iya bayyana kuzarinmu ta hanyarsa,
kuma mu yi tunani har sai hankali ya kwanta ya ga matakin
.da za a ɗauka a fili

To dole ne mu yi aiki bisa ga jagorar da muka samu,
kuma abin da muke so zai tabbata. Lokacin da hankali ya
natsu, abubuwa za su bayyana cikin sauri da sauki—abin
!mamaki ne

Za ku cimma burinku kuma nasararku a cikin komai za
ta zama taku cikin ɗan gajeren lokaci, domin rundunonin
duniya suna da ikon jagorantar doka mai dacewa da kuma
nuna ingancinta. Idan muka binciki kanmu, za mu fahimci
.gaskiyar wannan, tare da taimakon Allah

Daya daga cikin almajiran ya tambayi malamin
Paramahansa game da hanyoyin da suka fi tasiri wajen

shawo kan jarabawar shaidan da aka haramta, sai ya ce
:masa

Sai dai idan ka kafu da karfi cikin hikima, dole ne ka fara
- idan jaraba ta kama ka - ka dakatar da aikin ko karfin
motsin rai nan take ka yi tunani a kan abubuwan da za su
biyo baya

Idan ka yi kokarin yin tunani da farko, jaraba za ta
rinjaye ka ba tare da son zuciyarka ba kuma za ka ga kana
yin abin da ba ka so, domin a wannan yanayin jaraba za ta
shawo kan hankali

Abin da kawai za ku yi shi ne ku ce da karfi, "Ba zan yi
haka ba," sannan ku tashi ku tafi. Wannan ita ce hanya mafi
.aminci don kubuta daga tarkon shaidan

Da zarar ka kara gina karfin "Ba na so" a lokacin hare-
haren da ake yi wa mutum, to karfinka zai karu kuma farin
cikinka zai karu, domin farin ciki ya dogara ne da yin abin da
.lamirinka ya gaya maka ka yi

Idan ka ce "a'a" ga lalata, dole ne ka fadɓi abin da kake
nufi da kuma abin da kake nufi da abin da kake fadɓa
Kada ka yi kasa a gwiwa ka tuna cewa waɗanda ke da
rauni a zuciya koyaushe suna cewa "eh," yayin da manyan
.rayuka ke cike da "a'a" a adabi

A cikin horon ruhaniya, mun koyi yadda za mu sarrafa
motsin zuciyarmu da sha'awarmu, ba tare da barin
abubuwan da muke so su jagoranci rayuwarmu ba. Mun
zama masu godiya ga duk abin da Allah ya ba mu. Mutane
suna da abubuwa da yawa, duk da haka da yawa suna jin
rashin gamsuwa da gunaguni koyaushe, suna jin rashin
gamsuwa duk da cewa ba su da komai, kamar ba su da
.komai kwata-kwata, kuma sha'awarsu ba ta da iyaka
Da safe, bayan mijin ya aske gemunsa—da kuma gashin
baki—ya wanke fuskarsa, ya kuma yi ado, abu na gaba da
yake so shi ne karin kumallo. Da zarar ya ci yan ciye-ciye,
sai ya yi fatan matarsa ta shirya wani abu da ya fi dacewa da

ɗaɗaɗaɗaɗa, yayin da matar kuma, ita ma, take fatan ta
.sami kayan azurfa, faranti, da abinci mafi kyau
Don haka, kowace rana, suna sha'awar wannan har sai
babu abin da zai gamsar da su, kuma dangantakarsu ta rasa
kusancinsu, har ma sun rasa farin ciki da kansu Saboda
ɓacin rai da suke ji, suna juyawa ga waɗanda suka fi kusa da
su. Matar tana gunaguni da jayayya da mijinta, mijin yana yi
wa yara ihu, yara kuma suna tawaye kuma suna faɗawa
cikin matsala da mummunan aboki. Ma'anar ita ce: ba laifi
ba ne a mallaki abubuwa, amma ba daidai ba ne a bar
dukiya ta mallake mu. Waɗanda ke neman farin ciki kada su
.kasance masu yawan sha'awa ko mallake su
Aljannata tana cikina, kuma lokacin da na yi farin ciki da
kyakkyawan kallo ko kuma na haɗu da abokaina masu
kauna, aljannata ta ciki tana kara jin daɗin wannan ra'ayi ko
ganin waɗannan abokai Ba tare da wannan gamsuwa ta ciki
ba, har ma aljannar duniya ta zama jahannama mara
.misaltuwa
Fahimtar cewa dukkan ikon tunani, magana, ji, da aiki
sun fito ne daga Allah, kuma yana tare da mu koyaushe,
yana ba mu kwarin gwiwa da kuma shirya da mu, yana
kawo 'yanci nan take daga damuwa, rudani, da rudani Da
.wannan fahimta, wal'kiyar farin ciki ta allahntaka ta bayyana
Wani lokaci wani haske mai zurfi na ruhaniya yana ratsa
dukan halittu, yana korar da kuma share ra'ayin tsoro
Kamar rakuman ruwa na teku, ikon allahntaka yana
zuwa da babban gudu, yana ratsa zuciya yana wanke ta da
babban kogi mai albarka, yana kawar da dukkan cikis da
.cikis na shakku, tsoro, da tsoro daga gare ta
Idan muka taɓa kasancewar Allah, ruɗin cewa mu jiki ne
kawai na zahiri yana ɓacewa. Ana iya cimma wannan ta
hanyar zurfafa tunani na ruhaniya, yin bimbini a kan Allah,
.da kuma neman taimakonsa don buɗe zukatanmu
Sai mu fahimci cewa jiki karamin kumfa ne kawai na
makamashi a cikin tekun sararin samaniya na Allah

Idan mutum ya fuskanci mummunan yanayi na tunani
ko kuma tsoro mai karfi ya shawo kansa, ya kamata ya yi
.kokarin yin barci

Idan zai iya yin hakan, zai ga bayan ya farka cewa
damuwar tunani ta bace, kuma tsoro ya sassauta musu,
domin lokacin da rai ya shiga yanayin barci, yana tashi na
ɗan lokaci fiye da matsalolin da aka haɗa da mannawa ga
.jiki da abubuwan da ya fuskanta

Babban yanayi shine taɓa mafi girman sani ta hanyar
zurfaɓa tunani mai zurfi da sanin yakamata. Dole ne mu
yanke shawarar cewa babu abin da zai dame mu ko ya hana
mu kwanciyar hankalinmu

Idan hankali ya shiga cikin yanayin rayuwa, ba zai iya
fahimtar ainihin yanayin rai mai farin ciki na ruhaniya ba.
Amma idan muka yi aiki tare muna tunawa da kusancinmu
da Allah, cewa haskensa yana kewaye da mu kuma zaman
lafiyarsa yana zaune a cikinmu, to abubuwan da suka faru
ba za su shafe mu ba, kuma yanayi mara kyau ba zai dame
.mu ba

Dole ne mutum ya kula da sha'awarsa. Mai yawan cin
abinci yana ci, kamar yadda mai ruhaniya yake ci. Shin ya
halatta a ce cin abinci zunubi ne kawai saboda sau da yawa
?ana danganta shi da yawan cin abinci
Zunubi yana cikin tunani, a cikin dalilai. Mai cin zali yana
ci don ya gamsar da yunwarsa, kuma mai ruhaniya yana ci
don ya kiyaye lafiyar jikinsa, kuma akwai babban bambanci
.tsakanin su biyun

Domin a bambance tsakanin nagarta da mugunta, dole
ne mutum ya yi nazari a kan kansa ya tambayi kansa ko abin
da mutum zai yi daidai ne ko ba daidai ba. Dole ne mu
.kasance masu gaskiya ga kanmu gaba ɗaya
Idan mutum yana da gaskiya ga kansa, da wuya ya yi
kuskure, kuma ko da ya yi, zai iya gyara tafarkinsa cikin

sauri. Ya kamata lamirinmu ya jagorance mu a cikin abin da
.muke yi domin lamiri shine karfin fahimta a cikinmu

Komai yawan ayyuka da alkawuran da muke da su, bai
kamata mu manta da 'yantar da zukatanmu daga damuwa
.da sauran damuwa da abubuwan da ke damunmu ba

Ka yi kokarin kada ka yi tunanin munanan tunani na
minti daya a lokaci guda, ka mai da hankali kan kwanciyar
hankali na ciki, musamman idan kana cikin damuwa kuma
.kana jin damuwa ta dauke maka hankali

Sai ya tsawaita lokacin na tsawon mintuna da dama,
yana mai tuna wasu abubuwan farin ciki da kuma lokutan da
.suka faru

Ka tuna da wasu abubuwan tunawa masu daɗi waɗanda
suka bar maka kyakkyawan ra'ayi kuma ka yi kokarin sake
rayuwa da su a cikin dukkan bayanansu, kuma a hankali za
ka ga cewa ka manta da damuwarka kuma fargabarka ta
.bace

Gina muhallin ciki

Idan mutum yana son gina yanayi mai kyau na ciki, dole
ne ya yi aiki na shiru ba tare da barkwanci ba a kowane
lokaci, kuma ya kasance mai farin ciki, mai fara'a, da
murmushi

Magana mara amfani tana kawar da kyawawan ji, kuma
kamar harsashi ne da ke kara karfinta ta hanyar yin magana
game da abubuwa marasa amfani da marasa amfani, wanda
hakan ke haifar da asarar wata muhimmiyar hanya ta
.tunani

Sani kamar tukunyar madara ne; idan aka cika shi da
kwanciyar hankali na tunani, tunani mai kyau, da ji, ya
kamata a kiyaye shi cikakke. Banza da hirar aku nishaɗi ne
na karya waɗanda ke haifar da ramuka a gefunan jijiyoyin
sani, suna sa madarar kwanciyar hankali ta ciki ta zube ta
.bace

Wannan ba yana nufin cewa mutum ya kamata ya
kasance mai tsauri, mai tsanani, kuma mai kamewa ba,
amma yana nufin nisantar izgili, ba'a, da kuma maganganu
.marasa ma'ana da marasa ma'ana

Har yanzu ina tuna da kyakkyawan horon da na samu
daga manyan mutane. Lokacin da muke ta hira da hira, sai
:su ce mana

Ku koma ga kagararku ta ciki kuma kada ku kashe"
kanku da jinin sanyi, don ku rasa fahimtar ruhaniyarku kuma
zaman lafiyarku yana gudu daga gare ku ba tare da dawowa
".ba

Ba mu fahimci abu mai sauƙi ba a wancan lokacin,
amma yanzu na fahimci hanyar zaman lafiya da suka koya
mana

Ajiya ta zaman lafiya

Idan mutum ya ci gaba da rubuta ceki ba tare da ya
saka kuɗi a asusun bankinsa ba, kuɗinsa zai kare kuma
.sauran kuɗin za su bace

Hakazalika, idan mutum bai riƙa saka zaman lafiya a
cikin asusun rayuwarsa ba, karfinsa, kwanciyar hankalinsa,
da farin cikinsa za su ragu kuma daga ƙarshe su bace,
wanda zai haifar da fatara ta motsin rai, ta hankali, ta jiki, da
ta ruhaniya Yin bimbini a kan Allah da kuma fuskantar
kasancewarsa mai albarka yana sake cika ƙarfin zuciyarmu
kuma yana sake cika mu da dukkan muhimman abubuwa
.masu mahimmanci

Maimakon rayuwa a yanzu kawai, muna ƙoƙarin rayuwa
a baya da kuma nan gaba a lokaci guda, wanda ke sanya
nauyi mai yawa a kan hankali, yana gajiya da shi kuma
yana iyakance ikonsa na magance abubuwa yadda ya
kamata. Wannan shine dalilin da ya sa dole ne mu rage
nauyin tunaninmu. Abin da ya gabata ya tafi har abada, to
?me yasa muke ɗauke da shi a cikin zukanmu

Bari hankali ya magance nauyinsa daya bayan daya, ba duka a lokaci guda ba. Swan yana cin abin da ke cikin ruwan da yake tattarawa da bakinsa kawai; haka nan, ya kamata mu rike darussan da muka koya daga baya a cikin zukatanmu kawai mu manta da cikakkun bayanai marasa .amfani

Wannan zai saukaka wa hankali sosai. Jin dadin mutumin zamani yana cikin ninka abin da yake da shi da kuma samun kari, ba tare da la'akari da rashi da wahalar .wasu ba

Amma shin bai fi kyau mutum ya rayu cikin sauki ba tare da jin dadi mai yawa ba kuma ba tare da sha'awa da damuwa ba? Babu jin dadi cikin gaggawa har zuwa rashin jin .dadin abin da mutum yake da shi

Wata rana za ta zo lokacin da mutane suka farka daga barcinsu na ruhaniya suka fara tashi sama da bukatarsu ta kayan duniya. Wata rana za ta zo lokacin da suka gano cewa rayuwa mai sauki tana kawo karin tsaro, kwanciyar hankali, .da kwanciyar hankali

Samun zuciyar mutane da karfin soyayya ita ce babbar .nasara da kowa zai iya samu a rayuwa

Wadannan su ne manyan nasarorin da manyan mutane suka samu wadanda suka rayu suka mutu domin wasu. Wadanda ke da babban karfin abin duniya wadanda ke rayuwa don kansu kawai, ana boye su cikin mantuwa da sauri. Amma wadanda ke rayuwa don wasu za a tuna da su .har abada

Annabawa ba su da kujerun zinare a lokacin zamansu na duniya, amma suna zaune a kan kursiyin kauna a cikin zukatan miliyoyin mutane. Wannan shine mafi kyawun .kursiyin da kowane dan adam zai iya mallaka

Mutum yana zuwa wannan duniyar yana kuka yayin da kowa ke farin ciki da zuwansa. Dole ne su yi aiki su yi hidima a tsawon rayuwarsu, ta yadda idan lokacin barin wannan

duniyar ya yi, za su tafi suna murmushi yayin da duniya ke yi
.musu makoki

Allah ya halicci wannan duniya ne domin ɗan adam ya
yi amfani da hankalinsa don samun ilimin ruhaniya kuma ya
fahimci cewa Tunanin Allah iko ne mai karfi, kuma ya
kamata a shiryyar da wannan karfin ta hanyar da ta dace don
.amfanin kai da wasu

Da Allah bai bamu soyayya ta hanyar dasa kaunarsa a
zukanmu ba, da ba mu taɓa samun damar sanin soyayyar
ɗan adam kwata-kwata ba

Tunda Allah yana da karimci da kauna a gare mu, ya
kamata ya zama manufarmu da kuma burin bincikenmu. Ba
ya son ya ɗora mana kansa, amma babu wani farin ciki da za
.a iya samu ba tare da tunaninsa da kuma haɗuwa da shi ba

Hanyar sirri da jiki da tunani ke aiki, wadda ke
bambanta mu da sauran halittu, da kuma duk wani abin
mamaki da ban mamaki a rayuwa, ya kamata ta isa ta motsa
mu mu nemi ta mu gano ta. Waɗanda suka yi ƙoƙari da
gaske kuma da gaske za su yi nasara a ƙoƙarinsu kuma su
.cimma burinsu

Lokacin da na fara bin wannan hanyar, rayuwata ta
kasance cikin rudani da rashin tsari, amma ta hanyar yunkuri
akai-akai da ƙoƙari mai ɗorewa, gajimare sun fara bayyana
kuma abubuwa sun bayyana a fili abin mamaki Duk abin da
ya faru da ni tabbaci ne na wanzuwar Allah da kuma
yiwuwar yin magana da shi da kuma saninsa a wannan
.rayuwar

Kai, kwanciyar hankali da kwanciyar hankali da mai
nema ke samu bayan ya sami Allah! Duniya za ta yi haske
da murmushi, komai zai yi kyau, kuma babu abin da zai iya
sanya tsoro a cikin zuciya

Haka dole ne mu fuskanci kalubale mu kuma yi yaƙin
rayuwa da ƙarfin hali da jarumtaka da ta dace da 'ya'yan rai
da haske

Idan muka ji cewa dole ne mu yi abubuwa da yawa a
lokaci guda, sai mu yi takaici sosai
Maimakon damuwa game da abin da ya kamata a yi, ya
:fi kyau a ce

Wannan lokacin nawa ne ni kafai, kuma zan yi duk"
abin da zan iya a lokacin ba tare da barin matsin lamba ya
"mamaye ni ba

Agogo ba zai iya nuna sa'o'i 24 a cikin minti daya ba,
haka nan ma, ba za ka iya yin abin da ke buƙatar sa'o'i 24 a
.cikin awa daya ba

Dole ne mu yi iya kokarinmu don yin abin da muke
bukatar yi a wannan lokacin kuma mu yi shi cikin natsuwa
ba tare da damuwa ba, kuma nan gaba za ta kula da kanta
Ji daɗin wannan lokacin kuma ku yi kokarin daidaita shi
da rawar da ke cikin kwanciyar hankali

Da zarar ka yi haka, za ka ji wani iko mai albarka a
cikinka yana aiki don amfanin ka, yana wadatar da
rayuwarka kuma yana faranta maka rai
Mayar da hankali kan tsoro da damuwa
Damuwa tana tasowa a cikin zuciya sakamakon jin zafi.
Don haka, mun ga cewa tsoro ya dogara ne akan abubuwan
da suka gabata. Wataƙila mutumin ya faɗi a baya kuma ya
karye kafarsa, don haka yana jin tsoron maimaita irin
.wannan abin

Mai da hankali kan irin waɗannan gwaje-gwaje masu
raɗaɗi koyaushe yana gurgunta niyya da jijiyyoyi, wanda zai
iya haifar da faɗuwa da karyewar kafa! Bugu da ƙari, lokacin
da zuciya ta shanye saboda tsoro, kuzarin jiki yana raguwa
zuwa mafi ƙanƙantar matakinsa, yana ba da damar
.kwayoyin cuta su mamaye jiki su haifar da lalacewa
Da kyar ne mutum ya ji tsoron rashin lafiya An bai wa
mutum tsoro a matsayin abin kariya don ya cece masa ciwo,
kuma manufarsa ba ita ce a kara masa girma da kuma ci
.gaba da rayuwa a kai a kai ba

Ci gaba da damuwa da tsoro yana hana kokarinmu na
guje wa matsaloli da kuma magance matsalolin da muke
fuskanta. Tsoro mai zurfi ya dogara ne akan hikima, kamar
la'akari da cewa wani abinci ba shi da lafiya duk da son cin
sa. Tsoron rashin lafiya yana haifar da rashin lafiya. Mutane
suna kawo rashin lafiya ga kansu kawai ta hanyar tunani
game da shi. Idan kana jin tsoron kamuwa da mura akai-
akai, za ka fi saurin kamuwa da shi, komai abin da ka yi don
.guje masa

Kada ka bari tsoro ya gurgunta nufinka da jijiyoyinka
Idan damuwa ta mamaye ka ba tare da son ranka ba, za ka
taimaka wajen haifar da irin kwarewar da kake tsoro. Haka
kuma rashin hikima ne a yi lokaci mai tsawo tare da
mutanen da ke yawan magana game da rashin lafiyarsu da
rauninsu. Mayar da hankali kan waɗannan abubuwa na iya
.dasa irin tsoro a cikin zuciyarka

Waɗanda ke jin tsoron kamuwa da tarin fuka na huhu,
ciwon daji, ko cututtukan zuciya ya kamata su kawar da
wannan tsoro daga tunaninsu, domin kada ya kawo musu
.waɗannan yanayi marasa daɗi

Game da marasa lafiya da tsofaffi, suna buƙatar yanayi
mai daɗi da kwanciyar hankali gwargwadon iyawa, tsakanin
mutanen da ke da halaye masu karfi da kyau, domin karfafa
su da kuma ɗaga musu ruhinsu ta hanyar tunani da ji mai
.kyau

Tunani yana da karfi sosai Ma'aikatan asibiti ba kasafai
suke yin rashin lafiya ba saboda kwarin gwiwarsu; hakika,
tunaninsu mai karfi yana sabunta kuzarinsu kuma yana ba
.su kuzari mai ɗorewa
Waƙar Son Zuciya

Da babban sha'awa, ina ɗaga muku waƙoƙin zuciyata

Ina ajiye muku dukkan taskokin ruhaniya na

Na tattara muku zumar kauna mai girma da aminci

mara misaltuwa

A cikin kwayoyin lamirina; duk abin da ke nawa ma naka
ne
Ya Ubangiji, na ji kishirwa a cikin jejin bege na karya da
buri mara amfani
Kuma yanzu na sha kuma na kashe kishirwata daga
maɓuɓɓugan kaunarka da salamarka
Ba ni da wani kishirwa ga sha'awar duniya kuma
Ina jin iska mai albarka da kamshi tana kwarara zuwa
gare ni, kuma ina jin wartsakewa
Kuma kyandirori na farin cikina suna haskakawa da
hasken farin cikinki
Kusan na mutu sakamakon kishirwa da gajiya
A tsakiyar kawayen duniya masu yaudara
Kuma yanzu na nutse cikin rakuman farin ciki na
ruhunka mai albarka
Ina so in nutse a cikin teku mai tsarki naka in rayu har
!abada a cikinka
Harshen furanni
Allah shine mafi girman mai fasaha
Cikakken kyawunsa yana bayyana ne a cikin kyawun
furanni
Abin sha'awa ne a tuna da shi duk lokacin da muka ga
!furanni da wardi
Allah ba a iya gani
Duk da haka, yana magana da mu
Ta hanyar furanni
Da kuma dubban wasu halittu masu kyau da kauna
Kuma yana cika mu da kamshinsa na sama
Yana tabbatar mana da wanzuwarsa kowace rana ta
hanyar halittunsa
An halicci furanni don wani dalili
Tana yi wa kowa hidima da kyawunta, hidima mai
tawali'u
Mun yi magana game da abubuwan al'ajabi na Allah fiye
da komai

Kowace fure tana ba da labarinta mai dadɓi game da
kasancewar Allahntaka

An yi amfani da furanni tsawon karni da yawa
Ba wai kawai don ado ba, har ma don bayyana kamshi
da kyawun Allah

Za mu iya jin kasancewar Allah ta hanyar furanni da
wardi

Domin kowace fure tsari ne na allahntaka wanda muke
fahimtar bayyanar Allah ta hanyarsa
Kyakkyawar wacce ke son kyau

Ka yi la'akari da furannin gona, ba ma Sulemanu ba a}
{cikin dukkan ɗaukakarsa

Ya yi ado kamar ɗaya daga cikinsu
Damuwa: Yanayinsu da kuma yadda za a magance su
Damuwa ba ta da amfani, suna ɗora mana karin
damuwa ne kawai

Idan ka tafi ko ka gama aikinka, ka manta da shi. Kada
.ka ɗauke shi a zuciyarka ka tafi da shi gida

Damuwa tana samar da kauri mai duhu da duhu a
kewayen hankali, wanda ke sa mutum ya yi tuntube saboda
hanyarsu ba ta bayyana kuma mai sauƙi ba ce. Dole ne mu
koyi kara dogaro ga Allah. Wannan kimiyya ce da kanta
kuma doka ce ta Allah wadda ba ta canzawa ko canzawa.
Duk wanda ya yi abin da zai iya kuma a lokaci guda ya nemi
taimakon Allah, za a cire masa cikas daga hanyarsa, a rage
tsananin wahalhalun, kuma Allah zai buɗe masa kofofi. {Duk
wanda ya dogara ga Allah, zai isar masa} {Ku jefa
damuwarku ga Ubangiji, zai sarrafa su}

Ku sani—Allah ya kara muku ilimi—cewa akwai hanyar
fita daga wahalhalu da damuwa ta rayuwa. Idan muka ɗan yi
tunani kaɗan, muka yi tunani sosai game da kwar da abin
da ke haifar mana da damuwa maimakon mu yi tunani a kai,
Allah zai buɗe mana kofofi kuma ya shirya da mu zuwa ga
.hanyoyin da ba mu taɓa tsammani ba

Mutane da yawa suna zuwa wurina don su yi magana
game da damuwarsu, don haka ina rokonsu da su kwantar
da hankalinsu su yi tunani, su nemi taimakon Allah, kuma
kada su yi tunanin wasu hanyoyin magance matsalolinsu har
.sai sun ji dadi kuma sun sami kwanciyar hankali ta ruhaniya
Idan hankali ya natsu, salamar Allah ta sauka ga rai,
kuma imani ya karfafa, mafita ga matsaloli za su bayyana
.kamar yadda rana ke fitowa daga bayan duwatsu
Yin watsi da matsaloli ba ya tabbatar da kawar da su,
.kuma damuwa game da su ba ya kawo sakamako mai kyau
Ka yi tunani har sai ka ji natsuwa, sannan ka yi tunani
game da matsalarka ka yi addu'a ga Allah don neman
taimako. Ka mai da hankali kan matsalar, kuma za ka sami
.mafita ba tare da damuwa ko kokari mai yawa ba
Addu'ar da aka yi da zuciya da kuma zuciya ta gaskiya
koyaushe Allah zai amsa ta. Amma idan ba a yi addu'ar da
himma da gaskiya ba, a bayyane yake cewa ba za a amsa ta
.ba

Kowa ya fahimci cewa a wani lokaci daya daga cikin
burinsu ya cika godiya ga addu'a
Idan buri ya koma sha'awa, sai ya taba zuciyar Allah
kuma Ya ba shi abin da ake so
Idan Allah ya so wani abu, dukkan yanayi yana amsa
nufinsa
Allah yana amsawa idan muka juya gare Shi da zuciya
daya, da zurfin bangaskiya da kuduri mai karfi
Wani lokaci yakan amsa ta hanyar sanya wani ra'ayi a
cikin zuciyar wani wanda zai yi aiki don biyan bukatarka ko
biyan bukatarka
Irin wannan mutum yana aiki a matsayin hanyar da
.Allah zai bi don cimma burin da ake so
Mutane ba su san yadda wannan babbar karfin ke aiki
ba
Yana aiki da lissafi mai ma'ana sosai, ba tare da barin
sarari ga "idan" ko "idan ba" ba

Wannan shine abin da ake nufi da "imani da abubuwan

"da ba a gani ba

Kuma zai azurta shi daga inda bai zata ba

Daga wakokin rai

Bishiyoyin suna nishi

Kuma iska tana rawa

Kuma rana tana murmushi

Kuma kogin yana gudana a kan

Kuma sammai suna hawa sama

Bawon ja-ruwa mai ruwan hoda

Kuma duniya ta canza bakar mayafinta

Lu'u-lu'u masu tauraro

Don sakawa a lokacin rana

Suturar zinare mai sheki

Yanayi yana kawata kansa kuma yana kawata kansa

A cikin launuka masu dadi na lokutan da suka biyo baya

Da kuma rafin da ke ratsawa

Ba ka taɓa kokarin yin magana ba

Da muryoyi masu dauke da hayaniya

A kan boyayyen tunani

Kuma yana fitowa daga zurfin ruhi

Kuma tsuntsayen suna rawa

Kuma tana kokarin furtawa

Tare da abubuwan da ba a sani ba

Yana juyawa a cikin ta

Amma dan adam

Mai iya magana da bayani

A bayyane kuma a bayyane

Game da abin da kowa ya kasa yi

Dangane da bayyana shi

Game da Ubangijin Duniya

Ana gabatarwa a ko'ina

Kara wayar da kan jama'a

Muhalli na tunaninmu na ciki yana samuwa ne ta hanyar
mu'amalarmu da muhallinmu na waje tun daga farkon
matakan rayuwa

Wannan yanayi na ciki da halaye na ilimi, ban da
sha'awa da sha'awa da rayuwar da ta gabata ta tsara, sau
da yawa suna jagorantar ayyukanmu da halayenmu ta
atomatik

Dangane da sabunta hankali, ko kuma daga sani daga
jiki zuwa ga ruhi da gaskiya ta ruhaniya, a farkon rayuwa rai
yana jin daɗin nuna kansa da bayyana sha'awarsa ta jiki,
.kuma sakamakon haka ya zama fursunan jiki

Dole ne mu horar da kanmu don mu rayu a matakin da
ya fi matakin jiki Ci gaban tunani yana da alaƙa da ci gaban
jiki ko na zahiri. Saboda haka, bisa ga juyin halitta na halitta,
rai yana ratsa mataƙai da yawa don isa ga matakin wayewar
ruhaniya, wanda ke bayyana dalilin da yasa ake samun
nasarar abu da farko, sannan kuma nasarar tunani ta biyo
.baya

Nasarorin da aka samu a hankali babu shakka suna da
amfani, domin ta wurinsu muna koyon canza buƙatun jiki
.zuwa tsaro na ruhaniya
juyawa mai haɗari

Matsalolin da duniya ke fuskanta a yau ba Allah ne ya
halicce su ba, a'a, sun samo asali ne daga tsawon shekaru
na tunani mara kyau da ayyukan da ba daidai ba daga ɗan
adam gaba ɗaya. Abin da mutane suka shuka, dole ne su
.girba

Mutum ya kai wani yanayi mai haɗari kuma ya tsaya a
kan wani mahadar hanya. Ko dai zai iya halaka kansa da
hanyoyin yaƙi da ya kirƙira ko kuma ya koma ga wata
babbar hanyar rayuwa ya kawo Allah cikin rayuwarsa ta
hanyar bin ƙa'idodin ɗabi'a, ɗabi'a da ruhaniya waɗanda
annabawa da masu hikima suka ba da shawara. Zabin namu
.ne

Lokaci ya yi da ɗan adam zai fayyace matsayinsa ya
kuma yanke shawara kan hanyar da zai bi: ko dai zuwa ga
rudani da halaka ko kuma zuwa ga manyan manufofin
duniya da addinai na sama suka kira don ceton rayuka da
.duniya daga wahala da bala'o'i

Idan mutum ya taka rawar da ya kamata ya taka, kuma
dokokin alheri, soyayya da kyawawan halaye suka yi wahayi
.zuwa gare shi, to lallai duhun zai bace kuma duhun zai bace
Babu wata dabara ko hujja ga abubuwan ban tausayi da
duniya ke gani, ko kuma tashin hankali mara ma'ana da ke
faruwa a kowace kasa. Dalilin duk wannan shine cewa ɗan
adam ya yi nisa da Mahaliccinsa kuma ya rasa alakar sa ta
.gaskiya da shi

Mutane ba su ga wani dalili mai ma'ana na rashin
bayyana mummunan motsin zuciyarsu da kuma sakin
fushinsu ga wasu ba, kuma suna ganin cewa hanya ɗaya tilo
ta magance matsaloli ita ce amfani da makamai da kuma
.kashe rayuka

Amma Allah, annabawansa, da manyan mutanensa suna
son mutane su zauna cikin jituwa da junansu kuma su yi aiki
tare cikin adalci da tsoron Allah

Kai na gaskiya yana da tushen sararin samaniya.
Wadannan tushen suna samun karfinsu daga tushen sararin
samaniya, wanda shine Allah, asalin dukkan iko da ke
wanzuwa. Iyakance, karamin kai, ko "girman kai," karamin
ɓangare ne na abin da za a iya cirewa daga ciki kuma a
.bayyana a zahiri

Mahimmancin kanka yana ɗauke da damar da ba ta da
iyaka da ke jiran a kunna ta, a yi amfani da ita, kuma a
amfana da ita daga

Duk manyan malamai sun bayyana cewa a cikin jiki
akwai rai marar mutuwa, wanda shine walkeyar hasken Allah
.wanda ke cika rayuwa kuma yana rife da dukkan halitta

Shin ka san yadda mutane ke tafiyar da rayuwarsu?

Kadan daga cikinmu ne suka san hanyar da ta dace ta rayuwa, da kuma yadda za mu iya amfana daga rayuwa idan .muka zuba jari a cikin hikima da tattalin arziki

Da farko dai, dole ne mu yi taka tsantsan da lokacinmu

Lokaci yana wucewa kuma yana bacewa kafin ma mu ankara, kuma wannan shine dalilin da yasa sau da yawa .muke kasa fahimtar darajar lokacin da Allah ya bamu Nawa lokaci ake batarwa akan komai! Kuma kadan ne

kawai ke tsayawa su yi tunani su yi la'akari da abin da rayuwa za ta iya ba mu. Yawancin mutane ba sa yin tunani sosai ko kadan; suna batar da rayuwarsu suna cin abinci, suna barci, suna kuma shagaltuwa da nishadi, sannan su bar .wannan duniyar da dan abin da za ta nuna

Yana da matukar muhimmanci a bambance tsakanin buƙatu da buƙatu ainihin buƙatu kadan ne, amma buƙatu ba su da iyaka. Domin samun 'yanci da kwanciyar hankali na ciki, dole ne mu magance buƙatunmu kuma mu daina bin sha'awace-sha'awace marasa iyaka da kuma bin farin cikin duniya mai wucewa, kamar kawanya ta hamada wadda ba ta .ciyar da mai kishirwa ko kuma ta gamsar da mai kishirwa

Da zarar mutum ya dogara da yanayi na waje don cimma farin ciki, to, sai ya kara bata daga fuskantar sa. Gina da kuma kula da sha'awar jin dadi hanya ce ta tabbata ga .karuwar rashin jin dadi da kuma bauta wa dukiya Dole ne mu rage buƙatunmu mu kuma batar da lokacinmu don neman farin ciki na gaske ko jin dadin ruhaniya

Rai ba ya canzawa; shine madawwamin halitta da ke boye a bayan labulen sanin dan adam mai iyaka, wanda ke cike da nau'ikan ciwo, gazawa, da mutuwa Dole ne mu daga labulen rudi na rashin tabbas da canji mu huta cikin yanayinmu na har abada. Dole ne mu tabbatar da saninmu a kan dutsen juriya da natsuwa ta ciki, wanda shine kursiyin salama ta Allah wadda ta fi gaban fahimta,

sannan za mu dandana mabuɓɓugar jin daɗi mai daɗi da ke
gudana daga mabuɓɓugan Ruhu masu albarka, dare da
.rana

Ana iya samun farin ciki ta hanyar horar da kai, gina
halaye masu sauƙi na rayuwa da tunani mai kyau, da kuma
yin amfani da kuɗi, koda kuwa muna samun kuɗi fiye da
yadda muke buƙata don biyan buƙatunmu na asali. Ya
kamata kuma mu miƙa taimakon wasu mu taimaka musu
.wajen taimaka wa kansu

Akwai wata doka da ba a rubuta ba wadda ta bayyana
cewa duk wanda ya taimaki wasu su sami wadata da farin
ciki zai sami taimako daga majiyoyin da ba a zata ba, kuma
wadatarsu da farin cikinsu za su karu. Wannan doka ce mai
ɗorewa kuma ba ta canzawa, kuma masu albarka ne
wadanda ke rayuwa bisa ga ta, domin za su kasance cikin
masu farin ciki. Shin bai fi kyau a rayu cikin sauƙi a kuma
?kasance masu wadata a cikin ruhi ba
Haske akan haske Allah yana shiryar da wanda ya so}
{zuwa ga haskensu
{Kuma haske yana haskakawa cikin duhu}

A bayan kowace haske a cikin karamin fitilar lantarki
akwai wata babbar kwararar ruwa, kuma a karkashin kowace
karamar rakuman ruwa akwai babban teku wanda ya zama
.rakuman ruwa da yawa
Wannan kuma ya shafi mutane Allah ya halicci mutane
ya kuma ba su 'yancin zaɓe da zaɓi. Amma mutane suna
.mantawa da tushe da ikon da Allah ya sanya a cikinsu
Babu iyaka ga damar da ke akwai a wannan duniyar,
haka nan kuma ga ci gaban da ɗan adam zai iya cimmawa
.da kuma sararin da zai iya cimmawa

Idan muka fara fahimtar mutum gaba ɗaya da kuma
kasancewarsa, za mu fahimci cewa shi ba halitta ce ta zahiri
.ba

A cikinsa akwai karfi da yawa, wanda yake amfani da shi
zuwa matakai daban-daban don daidaitawa da yanayin
wannan duniyar. Kuma karfin wadannan karfin ya fi girma
.fiye da yadda mutum zai iya fahimta
Mabuɓɓugan Ruwa da Shakatawa: Oasis na Soyayya Mai

Tsarki

Zan jawo kuzari
Daga mabuɓɓugar hasken rana mai launin zinari
Zan sha ruwa lafiya
Daga mabuɓɓugan dare na azurfa mai haske a wata
Zan sha karfinka
Daga cikin kokon iska mai karfi
Zan sha saninka da farin ciki da jin dadi
Daga cikin kokon tunani na masu zurfi da zurfi
A cikin haskenka mai albarka
Zan kasance a farke har abada
Ina kallon fuskarka mai albarka kuma mai wanzuwa
Da idanu masu lura a cikin dogon lokaci na har abada
Na nemi kaunar Allah
A cikin kasa mara amfani ta motsin zuciyar dan adam
Har sai na samu a karshe
A kan wurin soyayya mai tsarki
Wanda tushensa ba ya bushewa
Ya Ubangiji, ka taimake ni in mallaki gadon sama na
Kuma domin in rayu rayuwar madawwama
!Ya Mafi Soyayya da Tsarkaka
Ko da duhun jahilcina ya tsufa kamar zamanin da kansa
Bari in fahimta, duk da haka
Wannan tare da wayewar haskenka
Duhu zai bace a cikin kiftawar ido
Kamar dai bai taɓa faruwa ba
Fushi da tasirinsa ga lafiya
Ko da yake matsakaicin mutum ba shi da tunanin
abubuwan da suka faru a rayuwarsa, amma yana cikin
sararin samaniya gaba daya kuma dole ne ya sake cika

rayuwarsa lokaci zuwa lokaci tare da kwararar rayuwa mai wartsakewa da ke fitowa daga Daya Makadaici, tushen rai, .kauna, da gaskiya wanda ba ya canzawa ko rabawa Lokacin da mai neman ya girmama ka'idar Gaskiya a tunani, magana, da aiki, yana daidaita kansa da halitta da Mahalicci. Duk wanda ya haɗu da wannan mutumin da ya samo asali daga ruhaniya yana samun wadata ta ruhaniya ta hanyar motsin ruhaniya mai jituwa, kodayake wannan .wadatar ta bambanta a mataki

Wannan almajiri ba shi da wata alaƙa mai zafi da kuma bambancin ra'ayi mai karo da juna, kuma a karshe ya .cancanci shiga mafaka ta karshe: gaskiya ta gaskiya Rashin fushi shine hanya mafi sauri zuwa ga kwanciyar hankali na ciki Fushi yana samo asali ne daga takaicin .sha'awa, kuma wanda ba shi da sha'awa ba shi da fushi Wanda bai yi tsammanin komai daga wasu ba kuma ya koma ga Allah don cimma burinsa da kuma cika burinsa, ba zai ji haushi ko ɗacin rai ga 'yan uwansa ba, kuma ba zai cutar da su ba (Murmushin ɗan'uwanka sadaka ne) kuma (Je ka fara sulhu da ɗan'uwanka)

Mutum mai hikima yana gamsuwa da saninsa na hakika cewa Allah ne manaja kuma mai kula da dukkan duniyoyi, kuma ba ya tunanin cewa abubuwa suna faruwa ba zato ba tsammani, saboda haka yana da 'yanci daga fushi, kiyayya .da kuma jin kiyayya

Wannan duniyar duniya ce ta dangantaka, kuma masu hikima suna daidaita kansu da nufin Allah kuma suna daidaita ayyukansu da yanayin. Wani lokaci suna iya nuna rashin jin daɗi ko ma tashin hankali idan ya hana masu mugunta cutar da marasa laifi. Amma masu hikima ba sa ƙin kowane ɗan adam, komai girman jahilcinsu ko yawan .laifukansu

Mutum da ya san kansa zai iya yin fushi na dogon lokaci ko na ɗan lokaci, amma nan ba da daɗewa ba zai

koma cikin kwanciyar hankali da nutsuwarsa ta yau da
.kullun

Ba za a iya kawar da fushin mutum na yau da kullun ta
hanyar son rai ba kuma nan take, amma zuciyar mutum mai
.tsarki wacce ba ta jin fushi kuma ba ta nuna hakan ba
Fushi shine babban lahani da ya fi yawa a tsakanin
mutane, kuma yana kawo cikas ga zaman lafiya a cikin iyalai
da kuma tsakanin al'ummomi

Wadanda ke saurin fushi ba sa son iyalansu, kuma
wadannan fushin da ke ci gaba da faruwa suna da
mummunan tasiri ga lafiyar ɗan adam kuma galibi suna
haifar da tashin hankali. Idan mutane suka miƙa wuya ga
fushi a makance, adadi mai yawa daga cikinsu suna aikata
laifuka, suna zuwa gidan yari, ko kuma aka yanke musu
.hukuncin kisa

Bisa ga ka'idar kiyaye kai, dole ne dukkan mutane su
koyi yin taka tsantsan, su yi la'akari da sakamakon, da kuma
.sarrafa fushinsu

Wadanda ke kame fushinsu kuma suna yafe wa mutane
- kuma Allah yana son wadanda ke aikata alheri

Cimma daidaiton tunani

Alakar rayuwa (haihuwa, mutuwa, jin daɗi, da zafi) ta]
sha kan wadanda suka kalli wannan duniyar da tunani mai
daidaito. Hakika, wadannan sun samo asali ne daga ruhun
Bhagavad-Gita 4:9 [allahntaka mai daidaito

Fassara da Sharhi

Ana iya cimma daidaiton tunani ta hanyar yin atisayen
ruhaniya wadanda ke taimakawa wajen juya hankali zuwa
ciki, inda masu yoga ke fuskantar daidaiton yanayi na farin
ciki mara canzawa. Lokacin da suka sami damar bayyana
wannan yanayin ciki a lokacin farkawa, suna zama
.tsarkakakku kuma suna cikin ruhun duniya baki ɗaya

Masu hikima suna cewa matsakaicin mutum yana da
lahani saboda hulɗar da yake yi da ma'aurata biyu da kuma
alakar rayuwa, kamar zafi da jin daɗi, zafi da sanyi, rayuwa

da mutuwa. Waɗanda kawai za su iya raba saninsu da jin
daɗin duniya da son rai ne kawai suka 'yantu daga
ma'aurata biyu masu rikitarwa na ma'aurata, kuma su ne
waɗanda suka sami hutawa cikin ruhun allahntaka, suna
.fuskantar zaman lafiya na har abada
Yoga waɗanda suka fuskanci ni'ima mai tsarki a cikin
yanayi na ciki, sani, da kuma wayewa mai girma suna da
.tsarki kuma suna cikin tarayya da ruhun sararin samaniya
Mutumin da ba shi da tarbiyya yana lura da hotunan
wannan duniyar kuma yana hawa rakuman farin ciki da
bakin ciki, yanke kauna, fushi, rashin nutsuwa, ko rashin
kulawa a cikin tekun saninsa ba tare da ya iya ganin wata na
.rai da ke nuna a cikin wannan teku ba
Lokacin da rakuman ruwa masu girgiza na sani suka
ragu, mai hikima a cikin teku mai natsuwa ta ciki yana ganin
hoton wata mai tsarki ba tare da murdiya ba
Tunani mara kyau shine makiyi
Idan dole ne ka shawo kan wani abu, dole ne ka fahimci
dalilin da ya sa dole ne ka shawo kansa ba wai kawai dole ne
ka yi watsi da shi ka kuma nisanta kanka daga gare shi ba,
har ma dole ne ka kawar da tunaninsa da kuma kore shi
daga tunaninka. Tunani mara kyau babban makiyi ne wanda
.dole ne a shawo kansa
Idan ka mayar da hankali daga fahimtar motsin rai zuwa
fahimtar ruhaniya, za ka cimma nasara kuma za ka kawo wa
.kanka farin ciki. Nasarorin da aka samu suna cikin tunani
Bai kamata mutum ya zama wanda aka zalunta da wuce
gonar da iri ba. Ji daɗin abubuwa, amma kada ka bari su
bautar da kai. Ka zama mai 'yanci. Ka zama mai kirki, mai
fara'a, mai fara'a, da farin ciki, kuma ka zama mai mulkin
.kanka a kowane yanayi
Yin duk abin da mutum yake so ba 'yanci ba ne, a'a cin
zarafi ne ga 'yanci
Yanci yana samuwa ne daga bin dokar ikon mallaka,'
wato, kame kai

Yanci na gaskiya yana nufin yin komai bisa ga hikima'

Yanci yana da karanci kuma mara zurfi ba tare da bin'

ka'idodin Allah da dokokinsa ba

Rayuwar mutane da yawa tana karkashin sha'awa,

.sha'awa, halaye, halaye, da tasirin muhalli da zamantakewa

Idan halaye na jiki suka fara sarrafa hankali, yana zama

da wahala ga jiki ya bi umarnin nufinsa. Kyakkyawan hali shine babban abokinka, yayin da mummunan hali makiyi ne

a boye. Saboda haka, ya kamata mutum ya yi hattara da

maimaita hali ko aiki, domin maimaitawa yana canza aiki

zuwa hali kafin mutum ya gane shi, kuma dabi'ar ta zama ta biyu. Duk da haka, ana iya canza ta ta hanyar ayyukan alheri

.masu daidaito da tunani mai kyau da kirƙira

Yantar da mu daga jahilci da tasirinsa'

Kai ne tushen dukkan kyawawan abubuwa kuma asalin

dukkann iko

Ya Ubangiƙi, ka albarkace mu domin mu nuna albarkarKa

a gare mu

A cikin lafiyarmu

A cikin burinmu na ilimi

Kuma a cikin burinmu na ruhaniya

Kai ne walƙiyar taurari

Makamashi a cikin kwayoyin halitta

Da kuma sanin zurfin kai

Taimaka mana mu sake cika kanmu

Da ikonka mafi girma

Da hikimarka mara iyaka

Kuma da sahihancinka mara iyaka

Ka tuna cewa kai tushen lafiya ne

da kuma muhallin rayuwa

Kuma asalin dukkan fahimta

Yantar da mu daga jahilci da tasirinsa'

Daga wahala da azaba

Allah ya sa ambaliyar hikimarka ta shafe ka

Duk tarkace da lalacewar rayuwarmu

Yage mayafin da ke boye mana fuskarka
Bari mu gan ku da haske mai haske sosai
Akwai ranaku marasa adadi a sararin samaniyar
halittarmu
Bari mu ji kasancewarka a matsayin wani karfi mai
sabuntawa koyausha
Wahayi tunaninmu
Kuma mu gina ruhinmu
Kuma yana kula da jikinmu
Babu wani abu sai kai da zaka iya gamsar da mu kuma
ka cika mana burinmu
Muna neman shawararka a duk abin da muke yi
Kuma idan muna da ra'ayoyin da ba daidai ba
Bari mu ji radadinka mai albarka wanda zai dawo da mu
Zuwa ga hanya madaidaiciya
Albarkaci rayuwarmu da ikonka na kirkira
Kuma ni'imarku ta har abada
O Mafi Karimci daga cikin Masu Karimci
Kuma tushen duk wani bayarwa

Wadanda ke son samun fahimta ta ruhaniya dole ne su
yi aiki don isa ga wadannan jihohin, ba don neman riba ta
son kai ba, amma don su zaburar da wasu ta hanyar misalin
rayuwarsu
Wadanda ke cika ayyukansu ta hanyar da za ta taimaka
wajen haɓaka rayuwarsu ta hanyar da ta dace suna aiki a
matsayin kofofi masu albarka da buɗewa wadanda wadanda
suka bace da wadanda suka fusata ke shiga da kuma
wucewa zuwa sararin natsuwa, farin ciki da nasara
Wadannan mutane suna cikin jituwa da yanayinsu mafi
girma kuma ba sa aiki don biyan bukatunsu sai dai don cika
.bukatun gaskiya, ci gaba da bin nufin Allah
Su masu son zaman lafiya ne na gaske ko da suna
zaune a fada kuma suna da miliyoyi saboda sun yi watsi da

burinsu na kansu don faranta wa Allah rai da kuma taimaka
wa wasu

Dole ne mutum ya yi aiki tukuru don ya ci jarabawar
rayuwa ya kuma shawo kan wahalhalun rayuwa, ko a cikin
.zurfin dazuzzuka ko a tsakiyar dazuzzukan wayewar zamani
Dazuzzuka gida ne ga masu farautar dabbobi, kuma
.dazuzzukan wayewa suna cike da dodanni na tsoro
Jarabawa da sha'awa masu yawa, kuma mutum dole ne
ya kare kansa daga dukkan masu farautar kayan duniya da
na dabi'a domin ya iya tafiya cikin hanyoyin rayuwa mai
.daraja tare da 'yanci, farin ciki da 'yanci daga tsoro
Idan mutum ya sami mulkin farin ciki na ruhaniya mai
dorewa a cikin kansa, zai same shi a ko'ina, ko a cikin zurfin
natsuwa ko hayaniyar aiki, kuma zai ji muryar Allah tana yi
masa rada a cikin kogon tunani da kuma wuraren aiki iri
.ɗaya

Labarin Masanin Falsafa da Ma'aikacin Jirgin Ruwa

An ce wani masanin falsafa wanda ya kware a fannin
falsafa da dabaru ya yi niyyar kaura daga wani gefen kogin
zuwa ɗayan gefen, don haka ya kira wani ma'aikacin jirgin
ruwa wanda ke da karamin jirgin ruwa wanda yake amfani
.da shi don jigilar mutane zuwa ketaren kogin
Masanin falsafa ya hau jirgin ruwa, matukin jirgin kuma
ya yi tuki, yana tsayayya da karfin ruwan. Bayan ɗan
gajeren tafiya, masanin falsafa ya tambayi matukin jirgin:
"Mai jirgin ruwa, shin ka haddace bangaren farko na Ka'idodin
"?Falsafa

Matukin jirgin ya amsa: A'a, yallaɓai, ban haddace shi ba
Sai masanin falsafar ya ce masa: Ina bakin ciki da sanar
da kai cewa ka batar da kashi 25 cikin 100 na rayuwarka ba
tare da wata babbar fa'ida ba
Matukin jirgin ya haɗiye zagin ya ci gaba da tuki. Da
suka isa tsakiyar kogin, sai masanin falsafar ya sake buɗe
:bakinsa mai zafi ya ce

Kai Naughty: Shin ka haddace kashi na biyu na Ka'idojin
?Falsafa

Matukin jirgin ya amsa: Yallaɓai, ban san komai game
da wannan littafin ba, Ka'idojin Falsafa

Sai masanin falsafar ya yi wata sabuwar sanarwa: "Abin
tausayi! Ina baƙin ciki da sanar da kai cewa ka ɓata kashi
50% na rayuwarka ba tare da komai ba" Matukin jirgin ya ji
haushi da wannan rashin kunya amma bai ce komai ba, yana
ci gaba da yin kwale-kwale ta hanyoyi da yawa fiye da ɗaya,
yana la'antar lokacin da ya haɗu da wannan masanin falsafa
mai bincike. Lokacin da jirgin ya isa kashi uku cikin huɗu na
hanyar saukowa daga kogin, masanin falsafar ya yi tambaya
:ta uku

Kai Naughty: Shin ka haddace kashi na uku na Ka'idojin
?Falsafa

Matukin jirgin ruwa ya amsa da haƙurin da ya rage: Na
gaya maka, yallaɓai, cewa ban san komai game da falsafa
.ba

A nan masanin falsafar ya yi murmushin (damuwa da
ta'aziiyya), yana cewa: Abin takaici, ka ɓatar da kashi 75% na
rayuwarka da hakan, kuma wannan asara ce da ba za a iya
.maye gurbinta ba

Matukin jirgin bai mayar da martani ga wannan tsokaci
ba amma ya kara saurin tuki, yana fatan isa ga gabar tekun
da ke gaba da shi ya kawar da wannan abu mai wari da
mannewa. Nan da nan, sama ta yi walƙiya, tsawa ta fara, sai
ruwan sama mai ƙarfi ya zuba a cikin ruwan sama mai ƙarfi
na wurare masu zafi, wanda ya haifar da guguwa mai ƙarfi
.wadda ta jefa jirgin a kowane bangare

Sai lokacin matukin jirgin ya yi wa masanin falsafar
:tambaya, sai ya ce masa

Ya ku masanin falsafa, tun lokacin da muka fara wannan
tafiya, kuna ta yi mini tambayoyi da yawa, ɗaya bayan ɗaya.
?Zan iya yi muku tambaya ɗaya kawai

Masanin falsafar ya amsa: Eh, za ka iya. Matukin jirgin

:ya ce

Kai, masanin falsafa mai daraja, kwararre a fannin
falsafa kuma wanda ya haddace littattafansa da kansa, shin
?kai kwararren mai iyo ne

Masanin falsafar ya amsa da murya mai rawa: A'a,

yallaɓai, ban san yadda ake iyo ba

Matukin jirgin ya yi murmushi ya ce masa: Don haka

haɗarinmu yana tare da kai, sauran kuma yana cikin
rayuwarmu, kuma yana da zafi in gaya maka cewa nan da
!ɗan lokaci kaɗan rayuwarka za ta zama tarihi ɗari bisa ɗari
A wannan lokacin, wani babban igiyar ruwa ta bugi jirgin
ruwan ta juye shi kasa, ta aika da masanin falsafar zamani
zuwa kasan kogin, yayin da abokinmu mai jirgin ruwa ya yi
amfani da karfin hannunsa da kuma dogon gogewarsa a
ninkaya kuma ya jure wa igiyar cikin kwanciyar hankali har
.sai da ya isa ɗayan bakin tekun lafiya lau

Kamar zinariyar da aka binne a karkashin laka

Tun farkon halitta, sojojin nagarta suna fafatawa da
sojojin mugunta. Dole ne mu tuna cewa hassada, fushi,
kwadayi, da sauransu ba namu ba ne, amma an ba mu su
tun farko. Daga shan wahala da waɗannan mugayen
abubuwa ne hikima ke farkawa ta yi kokarin nemo hanya a
.tsakanin waɗannan wahalhalu

Hanya ɗaya tilo ta samun hikima ita ce ta hanyar
gogewa, domin ta hanyar gogewa ta kanmu mun fahimci
cewa mugunta ita ce abin da ke damun zaman lafiyarmu
kuma yana haifar mana da damuwa, wahala, da ciwo, kuma
saboda wannan dalili dole ne mu yi aiki don gujewa da kuma
.kawar da ita

Duk lokacin da ka sami kwanciyar hankali bayan an
tsokane ka kuma ka yanke shawarar kasancewa mai kirki da
natsuwa, shaidan zai zo ya ce: "Ana yi maka batanci, to me
zai hana ka faɗi wani abu mara kyau ko mai cutarwa a
"?madadinka

Kada ka bari shaidan ya zama mai nasara a cikin ja-in-ja
.tsakanin nagarta da mugunta
Muryar Mai Tsarki tana yi mana rada a koyaushe, amma
domin mu sami taimakon Allah dole ne mu saurari muryar
Sama da kyau

Duk lokacin da Shaidan ya yi kokarin jawo mu gare shi,
Allah yana kokarin jawo mu gare Shi. Tambayar ita ce: ga wa
?za mu saurara, kuma ga wa za mu miƙa wuya
Babu wanda zai iya iko da mu ko ya rinjaye mu ba tare
da yardarmu ba, domin muna da shawara da 'yancin zaɓe da
Allah ya ba mu, amma yaudarar Shaidan koyaushe tana nan
kuma dole ne mu yi tsayayya da ita
Rundunar alheri tana kawo mafita ga matsalolinmu,
yayin da rundunar mugunta ke kokarin haifar da rikitarwa da
matsaloli. Alheri yana nufin 'yantar da duk wani sha'awa ta
.son kai da ke ware wasu don fifita kai
Ikon Allah yana da girma, kuma ikonsa ya fi dukkan iko
Ta wurin kaunarsa, yana kokarin jawo mu zuwa gare Shi ya
kuma cece mu daga hannun mugunta. Dan Adam yana tsaye
a tsakiya: mala'iku a damansa da kuma sojojin mugunta a
.hagunsa

Duk lokacin da mutum ya yi aiki mai kyau, Allah yana
kusantar da shi; duk lokacin da ya aikata mummunan aiki,
Shaidan yana kusantar da shi Amma Shaidan ba zai iya riƙe
.mutum har abada ba domin an halicce shi cikin siffar Allah
Duk lokacin da mutum ya ji kiyayya a cikin zuciyarsa, ya
tuna cewa Shaidan yana kokarin halaka shi, kuma idan ya ji
kauna, ya sanar da shi cewa Allah yana kiransa zuwa gare
.Shi

Akwai misalan mugunta da kyawawan misalai Allah
yana nuna misalansa ko alamu don jawo mu gare Shi, kuma
Shaidan ma yana nuna kayansa don wannan dalili. Kuma
abin mamaki ne mutumin Allah wanda ya fara waƙa lokacin
:da ya yi tunani a kan waɗannan nunin

Rayuwa mai dadi ce, mutuwa kuma mafarki ce Lafiya"

mai dadi ce, rashin lafiya kuma mafarki ne, lokacin da
"wakarka mai tsarki ta yi kara a cikin zurfin raina, Ya Allah
Mugunta da zunubi ba su cikin yanayinmu ba, amma an
shigo da su ne daga kasashen waje kuma an dasa su a cikin
rai

Alheri kamar zinare ne da aka binne a farkashin laka; ba
ya rasa asalinsa, amma yana haskakawa da tsarkin
halittarsa da zarar an cire laka. Haka nan, alheri a cikin ran
ɗan adam yana dawwama Komai yawan zinaren rai da laka
mai kauri da tauri na jahilci ya bata, kawai muna bukatar
goge wannan laka da wukar hikima ko kuma mu wanke shi
da ruwan ilimi don bayyana kyakkyawan hasken zinare na
.gaske

Kunna kuzarin ruhaniya

Dole ne a farka da rai

Daga mafarkan rauni da rauni

Kuma aika hankali zuwa ga sararin hikima

Ta hanyar bimbini, motsa jiki, da kuma shakatawa

Kame kai da kuma ingantaccen abinci mai gina jiki

Kuma karfin tunani mai karfi wanda ba zai iya jurewa ba

Kada ka yarda da shan kaye

Domin yarda cewa babban rashin nasara ne

Kana da iko mara iyaka

Ya kamata a kunna waɗannan karfin

!Shi ke nan

Tunani mai zurfi da kuma tsanani

Ita ce hanyar tsira daga kuntatawa

Kuma matsaloli da yawa

Dole ne a shuka sani ga Allah

Kuma tare da fahimtar ruhaniya mafi girma

Matsalolin na iya zama da yawa

Nauyin yana da nauyi

Amma makiyin mutum

"Wato, karamin kansa ko "girman kai

Rai na gaskiya ba ya mutuwa
Duk da cewa abubuwan da suka faru da matsaloli na
ɗan lokaci ne kuma suna iya canzawa
Mutum a zahiri ruhi ne
Tushen ruhaniya yana nan daram kuma ba ya canzawa
Za ka iya fitar da makamashi da karfi masu girma
Cin Nasara a Wahala da Bala'o'i
Kuma duk cikas da cikas da ke kan hanyarka

Tunani karfi ne kamar wutar lantarki
yanayin tunani
Yana komawa ga tunani da kuma hanyar tunani
Wutar lantarki tana da amfani kuma tana da illa
?To wa ya san yadda zai yi da shi
Yana sanya shi a hidimarsa
In ba haka ba, zai iya kashe shi da wuta
Kuma haka ma na yi tunani
Idan an shiryyar da shi ta hanyoyi madaidaiciya
Yana kawo farin ciki ga mai shi
In ba haka ba, zai kawo masa matsala
Tunani kamar doki ne na daji
Duk da haka, sarrafa shi ba zai yiwu ba
Tunani mai kyau hanya ce ɗaya ta sarrafa tunaninka
Tunani mai kyau aboki ne na kud da kud
Kuma hankali mara lafiya makiyi ne na dindindin
Tunani mai kyau yana jawo zaman lafiya da tsaro
Kuma hankalin da ba shi da lafiya yana harba kibiyoyi
masu mutuwa
Yana mayar da martani ga mai shi sau biyu
Don haka maganar cewa, lada iri ɗaya ce da aikin
Muddin mutum ya aika da kyawawan niyya
Ra'ayoyinsa za su zama fitilu
Haskaka ɗakunan rai
Kuma ku fitar da tarin duhu
Sai ya ji wani irin sauƙi

!Idanunsa sun yi haske da murmushin gamsuwa
yin mu'amala da wasu
Yarjejeniyarsu ba ta nufin komai ba
Ko kuma sadaukar da manufofi don amfanin su
Domin wannan hanyar sulhu ba ta da kyau
Bai dace da gaskiya ba
Masu gyara da manyan mutane ba su yarda ba
Da mutane da yawa a kusa da su
Duk da haka, sun rike manufarsu
Domin sun fahimci abin da suke yi
Wannan yayi daidai kwara da gaske
Bai kamata a yi watsi da ka'idar ba
Kuma ba tare da amfani da wasu dalilai na boye don
cimma wani takamaiman manufa ba
Domin hakan bai dace da mutanen da ke da ra'ayin
mazan jiya ba
Wa zai iya rayuwa ta hanyar da za ta faranta wa Allah
?rai

Kada ku cutar da wasu, domin ba su da abin tsoro
Da farko dai, dole ne mutum ya kasance cikin jituwa da
Allah

Sannan da lamiri, sannan kuma da mutane
Amma idan wannan hanyar ba ta gamsar da wasu ba
Ya isa mutum ya kasance cikin kwanciyar hankali a cikin
kansa

Yana jin kwanciyar hankali na ciki wanda ke sa shi ba
tare da yardar mutane ba
Karfi da sha'awar rai
A cikin komawa ga Allah
Ana kiransa maganadisu ta ruhaniya
Kuma wannan maganadisu
Rai yana jawo albarka ga kansa
da kuma kyakkyawan girgiza
Kuma duk kyawawan abubuwan ɗan adam
Wanda ke tunatar da ita nagarta da adalci

maganadisu ta ruhaniya
Ikon da yake amfani da shi ne
Yana jawo hankalin mutum kuma yana jawo shi ga
kansa
Abokai nagari
Kuma abubuwa masu mahimmanci da marasa
mahimmanci
Kuma fahimtar abubuwa masu sauƙi
Wannan iko ya samo asali
Daga ikon maganadisu mai jan hankali na Allah
Kyandir na Zaman Lafiya
Dauki jirgin ruwa na tunani ka cika shi da kwanciyar
hankali
Dauki kwalbar ji na ka cika ta da rahamarka
Dauki kwandon raina mara komai ka cika shi da 'ya'yan
hikimarka
Zuba ruwan kaunarka a cikin raina, domin in zuba su a
.cikin kofunan rai mai kishirwa
Ka rushe bangon girman kaina ka nutsar da ni cikin
kasancewarka gaba ɗaya
Hasken soyayya yana haskakawa ta cikin budewar
zuciyata, yana tunatar da ni hasken rana na kaunarki
Yaduwa a sararin samaniyar rayuwata
Hasken kaunarka mai haske ya haskaka raina, yana
haskaka ta, kuma haskenka ya cika sararin ruhuna
Kai ne rayuwar da ke riƙe jikina, tunanin da ke wahayi
zuwa gare ni, da kuma hikimar da ke kawar da jahilcina
Ina kunna siraran kyandir na soyayyata don karanta
littafin zinare da aka ajiye a cikina tun zamanin da
Soyayyarki ta kasance kuma har yanzu ita ce kyandir
ɗin zaman lafiya da ba a gani wanda ke kawar da duhu
kuma yana nuna mini saƙonninka
Shafin yanar gizo yana kan shafukan zukata
Kofar rashin iyaka
Bayan nemanka akai-akai

Kuma ci gaba da yawo a cikin dazuzzukan asirinka masu
ban mamaki

A karshe na kai ga karshen rashin iyaka
Da kwarin gwiwa da juriya, na kira sunanka mai tsarki
Kuma ba zato ba tsammani kofar kasancewarka ta buɗe

Ga shi a tsakiyarsa
Kuma a kan kursiyin wahayi masu ɗaukaka na gan ka
Jin muryarta bai yi daidai ba

Da muryarka mai kirkire-kirkire da kirkire-kirkire
Na yi matukar jiran jin muryarka
Sai sihirin natsuwarka ya ratsa ni
Kuma da ra'ayoyin da aka fahimta
Ta koya min harshen mala'iku

Kuma sabon taron ya lalace
Na yi muku tambayoyi da tambayoyi da yawa
:Daɗaɗɗe kamar lokaci da kansa

"?Me yasa, Ya Allah, zunubi da wahala"
?Me yasa ake yaudara da ruɗani

Don haka na ɗauki hasken wurin ibadarku
Nau'in haruffa masu haske

Ina isar min da sahihan amsoshinku masu inganci
Mai ba da ta'aziyya da ta'aziyya

Yanzu, a cikin haikalin Salami mai ban mamaki
Ina jin daɗin kasancewarka a cikin zuciyar natsuwa
Muna tattaunawa cikin kalmomi marasa ma'ana, marasa
ma'ana

Ya Allahn sirrikan da ba za a iya ganewa ba
Zan yi magana da kai har abada

!Da dukkan iya magana da iya magana a cikin zuciyata
Lokacin da haskenka ke walkiya a cikin raina

Bari ɗaukakarka ta bayyana, ya Ubangiji
Allah ya haskaka hikimarka ya kuma haskaka ta
Jahilci, rashin jituwa, da kuma kishi

Daga bakin teku na duniya har abada
Maida rauninmu zuwa karfi

Kuma mun raunana cikin kuduri
Yi wa jikinmu caji da wutar lantarki mai mahimmanci
Kuma ku cika hankali da ruhi da hasken warkarwarku
Ka rife hannunmu domin kada mu nutse cikin ruwan
gafala daga gare Ka

Cika rayuwarmu da kaunarka da hikimarka
Bari mu ji cewa muna kusa da ku sosai
Kuma ranan rahamarka
Yana haskaka mana koyaushe

Ina sanya furannin tunanina masu rafa da karfi
A cikin tsarin natsuwa
Kamshinta mai shiru yana waka
Kuma yana rera wakar daukakarka
Kuma da hasken haskenka mai tsarki
Ina ganin kyawun wanzuwarki
Mafarkai na masu farin ciki sun cika
Lokacin da haskenka ke walkiya a cikin raina
Labulen suna ci da wuta ta hikima
Don haka duba daukakarka
Farin cikina yana karuwa
Tekun Albarkar Allah
Hasken duniya mai haske
Kowace rana ina ganin kina kawata sararin samaniya da
launuka masu haske
Ina kallonki kina yi wa kasar da ba ta da siliki mai launin
shuɗi
Kana cikin dumin hasken rana
!Kuma yana bayyana a ko'ina
Ya Ubangiji, ka taimake ni in ga fuskarka a cikin
madubin natsuwata
!Nuna girman mulkin da kake da shi, ka nuna kanka
Koyar da zuciyata yin addu'a, da kuma raina yadda za ta

Cewa dukkan kofofi za su buɗe masa domin ya bayyana
ta cikinsu
Kasancewarka albarka ce
Ya Mafi Tsarki Masoyi
Bari in gane yanzu da har abada, cewa kai nawa ne
kuma har yanzu kai nawa ne har abada
Ga mafarkan kurakuraina, waɗanda suka bace aka
binne su a makabartar mantawa
Ina farkawa, ina jin daɗin hasken rana ta rayuwa a
karkashin fikafikanka
Tekun albarkar Allah yana gudana ta cikina
.Kuma ina jin cewa ni ne hanyar da take bi ta cikinta
Duk ikon kirkire-kirkire masu tsarki
Ka albarkace ni, ya Ubangiji, domin in neme ka
Ina kula da ke fiye da komai
Kamar yadda masu saka kayanka suke yi

Akwai buƙatu da buƙatu da yawa
Duniya ta tilasta mana shi
Kuma yana tabbatar mana da muhimmancinsa sosai
Kuma saboda ba zai yiwu a rayu ba tare da shi ba
Ko kuma a yi ba tare da su ba
Amma babban buƙatar dole ne ta kasance
Samun zaman lafiya daga Allah
Wanda tushensa ba ya bushewa
Tushensa ba ya taɓa bushewa
Wanda ke ba da dandano da ma'ana ga komai a rayuwa
Mu tuna cewa Allah shine ainihin halittarmu
Kuma wannan kaunar ita ce tagar da muke kallo ta ciki
Ga fuskarsa mai daraja
?Wa ke son jin kasancewar Allahntaka
Kuma wannan sha'awar mai daraja tana kara kuzari a
cikin tunani da aiki
Allah zai amsa addu'arsa
Kuma yana taimaka masa ya cire mayafin

Wanda ke hana kallon hasken da ke cikinta mai albarka
Wadanda suka kuduri aniyar ci gaba a kan hanya
Babu abin da zai hana shi
Babu abin da zai hana shi
Har sai ya cimma burinsa
Yana samun abin da zuciyarsa ke so
Kada ka bari fushi ya rinjaye ka

Wannan motsin rai ya fi zurfi fiye da yadda yake a fili.
Mutum zai iya iya sarrafa bayyanar tashin hankali a zahiri,
amma duk da haka yana rike da fushi da kuma bacin rai.
Wannan fushin yana bayyana ta hanyoyi daban-daban,
kamar fushi, rashin natsuwa, rashin hakuri, rashin gamsuwa,
kishi, fushi, rashin farin ciki, da kuma rashin jin dadi. A
gaskiya ma, kusan kowa yana fuskantar fushi har zuwa wani
mataki.

Fushi, komai yanayinsa, ya samo asali ne daga takaici
wajen cika sha'awa. Idan babu farin ciki na ruhaniya, mutane
suna komawa ga jin dadi ta hanyar sha'awa ta hanyar
sha'awa - sha'awace-sha'awace wadanda ke dauke da
tsaban takaici da rashin gamsuwa a cikinsu, kuma
sakamakon haka, fushi, wanda ke lalata ji da fahimta mai
zurfi.

Saboda haka, hanya mafi inganci ta kawar da fushi ita
ce a kawar da dalilinsa: sha'awa. Yawan sha'awar da mutum
yake da ita, yawan takaicin da yake da shi zai karu, domin
ba zai yiwu a gamsar da duk wadannan sha'awar ba, kamar
yadda sha'awar sha'awa ba ta da iyaka kuma ba ta karewa.
Yayin da muke kokarin cika sha'awa ko fuskantar jin dadin
sha'awa, haka muke kara manne musu. Kuma karfin
sha'awarmu, haka muke kara wahalar da muke sha idan aka
hana mu abubuwan da suka yi kama da sun gamsar da
sha'awarmu.

Misali, yanayi ya sanya mana jin yunwa don haka mu san lokacin da jikinmu ke buƙatar abinci. Amma sha'awa ko sha'awa suna ƙara wannan jin kuma suna mayar da shi cikin damuwa ta tunani. Idan kuna jin yunwa da azumi akai-akai na tsawon kwana uku - ko don dalilai na lafiya ko akasin haka - wataƙila za ku ji fushi. A gefe guda kuma, mai yin yoga zai iya rashin abinci na tsawon kwanaki da yawa ba tare da ya damu da rashinsa ba saboda sun yi aiki don rabuwa da sha'awar jiki.

Idan muka fahimci cewa sha'awa ita ce tushen fushi, muna son sanin yadda za mu magance waɗannan sha'awar cikin tsari. Akwai hanyoyi da dama don yin wannan:

Da farko, cika waɗannan sha'awar

Idan waɗannan sha'awar ba su da lahani, babu laifi a cika su, sannan za su shuɗe. Matsalar ita ce cika waɗannan sha'awar na iya haifar da sababbi, ko kuma su zama halaye masu rauni. Da zarar ka ciyar da waɗannan sha'awar, haka nan za su ƙara ƙarfi. Saboda haka, ya kamata mutum ya kasance mai hankali da kuma suka, ko da lokacin da yake cika sha'awar da ba ta da laifi.

Na biyu, ka kawar da waɗannan sha'awar

Ɗaya daga cikin hanyoyin da suka fi tasiri don shawo kan sha'awa shine a yi watsi da su a cikin zuciyarka, kuma wannan ya zama na halitta yayin da muke ƙara fahimtar ruhaniya. Waɗanda ke cikin nazarin ruhaniya da ayyuka, misali, sun rasa sha'awar shan taba. Sha'awa takan zo ne lokacin da rai ya farka yadda ya kamata don bin burin ƙarshe: jin daɗi mai ɗorewa. Lokacin da muka fuskanci farin ciki na ruhaniya a cikinmu, sha'awar abubuwa masu ban sha'awa tana raunana kuma tana sassauta rikonta ga nufin.

Za mu iya canza sha'awa mai karfi zuwa kuzari mai karfi da kirkira waɗanda ke da matukar amfani. Sau da yawa, sha'awar kanta ba ta da muni; matsalar tana cikin yadda mutane ke bibiyarta. Idan ka san yadda ake samun farin ciki a cikin kanka, za ka ga cewa duk sha'awarka za ta cika ba tare da bukatar yin gudu a kusa da kofarin abubuwa daban-daban don cimma su ba.

Bai kamata a dauki wannan a matsayin ma'anar cewa bai kamata mu sami wani sha'awa ba A matsayinmu na mutane, ba za mu iya taimakawa ba sai dai mu sami sha'awa Muddin muna cikin wannan duniyar, yanayi yana karfafa mu mu yi aiki Kalubalen yana cikin rashin barin fushi ya rinjaye mu lokacin da sakamakon ayyukanmu bai cika tsammaninmu ba.

Bimbini shine maganin da ya fi tasiri ga fushi ko wata matsala. Wannan saboda bimbini yana kawo mu cikin cikakkiyar jituwa da ainihin yanayinmu, ba tare da kowane irin mummunan abu ba, har da fushi. Farin ciki da zaman lafiyar Allah suna zaune a cikinmu, kuma lokacin da muka yi bimbini ta hanyar da ta dace, muna samun wannan farin ciki da kwanciyar hankali, kuma fushi yana bacewa ta halitta sakamakon haka. Kamar yadda tarin yashi ba zai iya jure rakuman ruwa masu karfi ba, haka nan mutumin da ba shi da kwanciyar hankali ta ciki ba zai iya jure wa guguwar hankali mai tsanani ba.

Amma lu'u-lu'u yana rike da yanayinsa mai mahimmanci komai yadda rakuman ruwa ke murkushe shi daga kowane bangare. Haka nan, mutum mai tsarkin rai, kamar lu'ulu'u mai haske, yana ci gaba da haskakawa ko da matsaloli suna tafe a kusa da shi kuma iskar gogewa tana girgiza shi da karfi.

Me ya sa ya fi manyan mukamai?

Labari mai ma'ana

Kamar yadda malamin ya ruwaito Paramhansa

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

A da, wasu mutane nagari suna zaune a cikin wani wuri mai natsuwa a gefen wani kwari da ke gefen dajin, inda iskar zaman lafiya take kasancewa koyaushe kuma kaunar 'yan'uwa ita ce alamar wannan wurin hutu mai albarka.

Wadannan 'Yan'uwa Masu Tsarki sun ci gaba da cin 'ya'yan itatuwa sabo da bishiyoyin suka tanadar kuma sun yi amfani da hannayensu masu dāure don dāuko ruwa mai rai, mai haske, mai gudana daga mabuɓɓugan tsaunuka masu yawa, masu haske.

Idanunsu sun yi haske kamar lu'u-lu'u tare da murmushin sama cike da gamsuwa da gamsuwa, kuma farin ciki ya zauna a zukatansu, yana cika su da ta'aziyya mai dorewa

Duk da wannan duka, dāya daga cikin wadannan rayuka masu albarka ya ji cewa ya cika da farin cikin ruhaniya kuma yana sha'awar dandano dāukakar duniya, ko da na dān lokaci ne kawai. Sha'awar zama sarki ta kama shi na kwana dāya kawai, don haka ya yi bankwana da 'yan'uwansa ya yi yawo zuwa kofar Allah don neman farin cikin sarauta.

A kan hanyarsa, ya yi addu'a ga Allah da dukkan zuciarsa, yana cewa: "Ya Ubangiji, Ya Mai Karimci Ya Kai mai jin addu'o'i kuma mai cika bege, ina rokonka ka shirya da matakai na zuwa ga fada inda zan iya jin dadin farin cikin da sarakuna ke ji na tsawon rana dāya."

Da zarar ya gama addu'arsa, sai idanunsa suka fadi kan wani babban gini, sai ya ce a ransa: "Kai, lokacin Mai rahama! Allah ya cika mini burina, kuma farin cikin da nake so yana gab da kasancewa a hannuna" Ya hanzarta tafiyarsa zuwa ga wannan babban gini.

Babu masu gadi da suka hana shi, don haka ya shiga ta babbar kofar ba tare da wata matsala ba, kuma ya yi yawo a cikin lambunan da ke cike da furanni masu kyau da kuma furanni masu dadi ba tare da ganin mutum daya ba.

Sai ya je dakin cin abinci na sarauta ya ga tebura cike da abinci mafi dadi, yana jiran isowarsa Amma bai ga ko daya daga cikin bayi a wurin ba. Ya ce a ransa, "Ya Ubangiji, kai mai karimci ne! Ka ba ni wannan babban gidan sarauta da kuma wannan abinci mai kyau da ya dace da sarakuna. Wannan shi ne abin da na roka daga gare ka, kuma ka biya mini bukatata, Ya Mai karimci daga cikin masu karimci."

Da yake ya gamsu cewa Mai rahama ya cika masa burin zuciyarsa, sai ya fara tunanin abubuwan da ke jiran sa, yana da tabbacin a zuciyarsa cewa Allah Madaukakin Sarki ya ba shi farin cikin sarauta da ya dade yana jira. Kafin cin abincin rana, sai ya je wanka na sarauta, ya yi wanka, ya saka rigunan siliki masu tsada. Sannan ya zauna a teburin mai tsada ya fara cin abubuwan da ke cikinsa masu dadi da dadi.

A lokacin nan, bayin da ke yin caca a kusurwa daya na fadar suka shigo, da tsananin fushi da tashin hankali, suka yi masa tambayoyi, suna cewa: "Wane ne kai da za ka ci abincin shugabanmu sarki wanda ya tafi farauta kuma muna tsammanin zai dawo a kowane lokaci?"

A nan abokinmu ya yi tunanin cewa Allah Madaukakin Sarki yana gwada shi, sai ya ce musu cikin murya mai dadi: "Ni abokin Babban Sarki ne, kuma na zo nan ne bisa ga rokonsa na jin dadin farin cikin sarauta na kwana daya"

Da suka lura da natsuwarsa da kuma kwarin gwiwarsa, bayin suka dauke shi bakon sarki suka bar shi ya gama cin abincinsa na sarauta. Bayan haka, suka kai shi dakin kwana don ya huta, ba tare da sanin cewa "Babban Sarki" da ya

ambata ba shine sarkinsu na duniya wanda yake farauta, sai dai Ubangiji Allah.

Bayan kimanin awanni biyu, mai shelar ya zo da sauri don ya sanar da bayin cewa Mai Martaba ya ɗan makara kuma zai iso cikin awa ɗaya, ya kuma umarce su da su ci abinci mai dadi da sabo suna jiran sa.

Bayin suka tambaya, "Shin Mai Martaba bai aiko da bako don ya ji daɗin abincinsa ya kwana a gadonsa ba?"

Nan take wakilin sarki ya fahimci cewa ɗaya daga cikin 'yan daba marasa galihu ya zo fadar ba tare da an gayyace shi ba, ya cinye abincin sarki, kuma yanzu yana minshari a kan gadonsa. Da ya fusata da wannan rashin kunya da ba a taɓa yi ba, sai ya umarci bayin da su kawo sanduna domin su karya su a kan mabarata.

Ba sai an fada ba, abokinmu mai kauna ya farka daga mafarkinsa na sarauta sai ga sautin sanduna suna sauko masa ba tare da tausayi ba daga kowane bangare. Amma yayin da bayin suka yi masa duka da cin mutunci, sai ya fashe da dariya, wanda hakan ya kara fusata su, don haka suka ci gaba da kai musu hari har sai da ya suma. Sannan suka ja shi, ya fita daga kofar fadar, a suma.

Abokinmu ɗan dervish ya makara wajen komawa wurin 'yan uwansa, don haka suka neme shi har sai da suka same shi a suma yana kwance a wajen fadar. Suka mayar da shi wurin ibadarsu mai natsuwa. Yayin da ɗaya daga cikin 'yan uwansa ya zuba masa madara a bakinsa, sai ya tambaye shi ko ya farfaɗo: "Ka san wanda ke ba ka wannan madarar?" Ya amsa: "Eh, na san Allahn da ya hore ni da tsananin son jin daɗin farin cikin sarauta na kwana ɗaya shi ne wanda ke ba ni wannan madarar yanzu."

Sauran 'yan'uwan sun gode wa Allah saboda lafiyar ɗan'uwansu kuma sun yaba da ƙarfin imaninsa mai ƙarfi da rashin gajiya wa ga Allah, ba kamar waɗanda ke bauta wa Allah a lokacin ɗaukaka da wadata ba kuma suna musanta Shi a lokutan wahala da wahala.

A halin yanzu, Mai Martaba ya koma fadarsa mai ban mamaki ya kuma yi umarni a shirya abincin. Fushi ya ɗan lullube shi lokacin da ya ji labarin mabaracin da ya kuskura ya ci abincinsa kuma bai daina dariya ba yayin da bayin ke dukansa ba tare da tausayi ba da sanduna.

Saboda wani dalili, labarin ya shafe sarkin sosai, wanda ya dame shi da tunaninsa. Ya umarci bayinsa su nemo masa talaka mai ƙarfin hali su kawo masa shi. Sun tafi nemansa ta kowace hanya, amma bai yi nasara ba. Bayan sun koma fada cikin damuwa, sai suka wuce kusa da gidan dervish suka ji wata dariya mai ƙarfi. Nan da nan suka gane cewa dariyarsa ce, don haka suka sauka, suka shiga gidan dervish, suka kama mutumin kirki, suka kai shi gaban mai mulkinsu.

Lokacin da sarki da dervish suka fuskanci juna, dervish ya yi dariya fiye da sarki, kamar bai iya riƙe farin cikinsa a cikin bangon zuciyarsa ba Duk da buƙatar da sarki ya yi masa na ya bayyana dariyarsa, dervish ya ƙi amsawa, ko da a ƙarƙashin barazanar hukunci mai tsanani.

Saboda son sani, sarkin ya koma yin yabo da kwantar da hankali, yana ba shi gadon sarautarsa idan zai gaya masa dalilin da yasa yake dariya yayin da bayin ke dukansa.

Sai dervish ya yi magana, yana cewa:

"Ku saurari abin da zan gaya muku kuma ku fahimce shi sosai Allah ya hukunta ni da tsananin son farin cikin sarauta na yau da kullun domin kwana ɗaya kacal na yi dariya ina dariya domin na tsere da rayuwata kuma na fahimci cewa

idan na cancanci duk wannan hukunci saboda jin dadin jin dadin sarauta na 'yan awanni kafan, to fa wafanda ba su da wata damuwa a duniya sai jin dadi da annashuwa, musamman na sarauta! Watakila a cikin wannan akwai darasi da gargadi a gare ku, Ya Sarkin Zamani, domin dokar karma tana jira kuma kaddararku tana kan hanya."

Game da kursiyinka da ka mika mini, amsar da zan ba ka ita ce: Na gode kwara ka rike shi don kanka, domin ba na bukatarsa domin ina farin ciki da Allah kuma ina gamsuwa da rayuwata, kuma ba ni da bukatar wani abu da zai dame ni da farin cikina ya kuma dame ni da zaman lafiyata.

Salam alaikum barka da warhaka

Kalamai da motsin rai na ruhaniya
Kalmomin nan sun fito ne daga Shri Dayamata game da
: malamin B Ramhansa Yogananda
Har yanzu ina tuna haɗuwata ta farko da malamina
kaunatacce. Yana da zuciya mai karimci da kauna har duk
wanda ya haɗu da shi ya ji kamar aboki na kud da kud,
kamar sun daɗe suna san juna. Ba abu ne mai wahala ba ka
buɗe masa zuciyarka tun daga lokacin farko. Malamin da ba
ya mutuwa yana da ikon bayyana ainihin asalin ruhaniyarsa.
Hakika shi ne misalin kauna, abota, kyawawan niyya, da
.kuma kyawawan fata

:Kuma yanzu ga karin magana da ra'ayoyi
Yake-yake za su tsaya lokacin da irin kaunar 'yan'uwa ta
fara tushe a zukatan mutane
*

Ayyukan mutum na yanzu za su tantance ko dai zaman
lafiya da farin cikinsa na gaba ko kuma bakin ciki da rashin
jin dadinsa na gaba, domin ba za a iya yaudarar dokar dalili
da sakamako ba duk da an yi watsi da shi ko an manta da
.shi

*

Jin daɗin abin duniya karamin ɓangare ne kawai na
nasarar gaske, wanda bai kamata a cimma ta hanyar cutar
.da wasu ba

*

Mutum mafi girma shine mai tawali'u wanda ke ɗaukar
kansa kasa da kowa Shugaba na gaskiya yana sauraron
.wasu, yana jin shi bawa ne ga kowa, kuma baya raina kowa

*

Idan wani ya bayyana da murmushi mai haske, duhun
zai watse. Irin waɗannan mutane suna yaɗa haskoki na farin
.ciki waɗanda ke haskaka zuciya da faranta wa rai rai

Yi koƙarin tunawa da kuma mai da hankali kan duk
kyawawan abubuwan da ke cikin rayuwarka

Rayuwa tana barci a cikin kasa mai wahala, tana
mafarkin kyau a cikin furanni, tana farkawa da karfi a cikin
dabbobi, kuma tana da masaniyar iyawa mara iyaka a cikin
.ɗan adam

Soyayya waka ce ta rai wadda ke rera waka ga Allah

Kowace rana, kowace minti, kowace awa taga ce da za
ka iya hango har abada Rayuwa gajeriya ce, duk da haka
tana dawwama kuma ba ta da iyaka. Rai ba ta dawwama,
kuma a cikin wannan ɗan gajeren babi na rayuwar ɗan
adam, dole ne ka girbe abin da za ka iya samu daga girbin
.har abada

A yau, na kuduri aniyar kada in sake komawa cikin laka
ta yanke kauna, ko kuma in yi tunani a kan begen da ba a

cika ba ko mafarkai marasa gaskiya. Maimakon barin kaina
in kasance cikin takura da iyakancewa, zan yi aiki da hikima,
da sanin cewa wannan hanyar hankali za ta kai ni ga farin
.cikin da nake nema

*

Ya Ubangiji, a cikin rungumar rana mai dumi ina jin
kasancewarka, kuma a cikin iska mai laushi ina jin
numfashin rayuwarka mai wartsakewa Ina gode maka, ya
Ubangiji, don tunawa da ni ko da lokacin da na manta da kai,
kuma ina matukar godiya ga ni'imominka marasa iyaka Ka
.albarkace ni in rayu tare da tunawa da kai akai-akai

*

Na sani, ya Ubangiji, akwai abubuwa da yawa a wannan
duniyar da suke kama da marasa kyau, marasa kyau, kuma
marasa kyau, amma dāyan bangaren halitta wanda idon
hikima na ciki ya bayyana yana da kyau kwarai, yana da
kyau, kuma yana da kyau. Saboda haka, koyaushe zan yi
kokarin kallo da idon hikima domin in ga bayan gazawa da
kurakuran wannan duniyar. Kyakkyawarka mafi girma da ke
.mulki a kan dukkan kyau

:Yanayin jituwa a cikin kalmomi

Horar da kai ga wasu, Kyauta ga dabbobi, Kaunar
kyawawan halaye, Kaunar zaman lafiya da kwanciyar
hankali, Kaunar manyan mutane, Jinkai ga matalauta da
mabukata, da taimaka musu, Gaskiya, Yin aikin mutum
saboda kauna da girmamawa, Kaunar adalci da gyara,
Samun jin daɗin dābi'a da yin abin da ya dace, Girmama kai,
Tawali'u, Aminci, Jarumtaka, Hakuri, Gafara, Bin sawun
manyan rayuka da tunani masu wayewa, Gaskiya, Dabi'u
masu kyau, Alheri, Sauki da haske, Daidaita motsin rai, Jin
daɗi, Jin daɗin jiki, Tsabta, hankali, Tawali'u da guje wa

girman kai, Kaunar nagarta, Godiya, Girmama abubuwa
masu tsarki, 623 MAM

*

A bayan inuwar wannan rayuwa akwai hasken Allah mai
ban mamaki da ban mamaki, kuma dukkan duniya babban
.haikali ne don kasancewarsa mai albarka

*

Idan muka yi tunani sosai game da Allah, muka kaunace
shi sosai, muka kuma amince da shi gaba ɗaya, kofofi
marasa adadi suna buɗe a gabanmu. Kuma idan muka ga
haskensa muka kuma fuskanci kasancewarsa, komai munin
abubuwan da suka faru a rayuwa, za su iya sace zaman
.lafiya da kwanciyar hankali da muke ji a gabansa

*

A rayuwa da mutuwa, a cikin rashin lafiya da yunwa, ko
a cikin talauci da wahala, da kuma cikin rikice-rikice, hargitsi
da tashin hankali na duniya, koyaushe zan nemi mafaka a
gare ka, Ya Ubangiji

*

Ingancin da ke tattare da ruhin kasuwanci shi ne abin da
ke bambanta mutum a duniya kuma yana sa shi haskaka
kamar fitila mai walkiya. Mutane masu kyau su ne waɗanda
ke son bayarwa, karfafa wasu, da kuma sanya musu kwarin
.gwiwa

*

Abubuwan al'ajabi masu ban mamaki da muke gani a
wannan duniyar suna nuna mana wanzuwar Allah;
Kasancewarsa a bayyane take a kowace kusurwa ta dukkan
halitta, wanda shine samfurin tunaninsa na duniya baki
.ɗaya

*

Mutum da ke saukowa daga tuduba ya fuskantar wata
turjiya, amma da zarar ya so hawa sama, sai ya fuskanci

turjiya mai yawa. Hakazalika, mutum yana zamewa cikin
ramin mugunta ba ya jin turjiya har sai ya yi kokarin juya
hanya ya hau tudun nagarta
*

Farin cikin mutum yana karuwa ta hanyar ci gaba da
kokarin inganta kansa, kuma yayin da farin cikinsa ke
karuwa, haka nan farin cikin waɗanda ke kewaye da shi ke
.karuwa
*

Ka tuna cewa shakku, raunin tunani, damuwa, rashin
kulawa, gundura, tsoro, damuwa, jin kunya, kasala ta jiki da
kasala ta hankali, wuce gona da iri a cikin komai, rayuwa
mara tsari, rashin sha'awa, da rashin iya kirƙira abubuwa ne
masu hana mutum sha'awar makamashin sararin samaniya
don ya caji jikinsa da hankalinsa da karfin rayuwa; yayin da
sha'awar aiki mai gina jiki, taimakon wasu, buri na ruhaniya
mai kirƙira, natsuwa, jarumtaka, halin tunani mai karfi da
juriya, haƙuri, haƙuri, da zaman lafiya duk hanyoyi ne da
makamashin sararin samaniya zai iya gudana ta hanyarsu
.kuma ya taimaka muku shawo kan yanayin rayuwa
*

Daya daga cikin baƙi ya yi tunanin tunanin Allah ba shi
:da ma'ana, don haka malamin Paramahansa ya amsa
Duniya ta yarda da kai, amma shin wannan duniyar"
aljanna ce? Farin ciki na gaske ba ga waɗanda suka bar
Allah ba ne, domin Allah shine babban farin ciki da kansa,
kuma masu bauta masa suna rayuwa a cikin mafakar
kwanciyar hankali a wannan duniyar, yayin da waɗanda
suka manta da Shi suke ciyar da ranakunsu da dare a cikin
jahannama ta kansu, waɗanda wutar tsoro da takaici ke
konewa. Saboda haka, tunani game da Allah da kusantarsa
"shine ainihin tushen adalci da ruhin tunani
*

Mutane su ne mafi daraja daga cikin halittun Allah,
waɗanda aka bai wa hankali da ikon tunani; saboda haka,

bai kamata su bata lokacinsu ba Allah ya ba dan adam
'yancin zaɓe da 'yancin zaɓe, domin su bar duk wani buri na
.duniya su kaunaci Allah, wanda ya ba su waɗannan baiwar
*

A cikin zuciya akwai maganadisu da ke jan hankalin
abokai nagari da aminci. Ita ce maganadisu ta alheri da
.karimci
*

Zukatanmu su ne duwatsu, kuma kaunar Allah ita ce
zare da ke haɗa su wuri ɗaya kuma tana riƙe su kusa da
juna a cikin kambin haɗin kai da jituwa
*

Bari mu gode wa Allah wanda ya sanya mu a wannan
duniyar, wadda ita ce babbar gidanmu, mu kuma rayu cikin
farin ciki, jituwa, da kuma bin nufinsa domin gidanmu ya
.zama kamar yadda yake so a gare mu
*

Ka fita daga taron jama'a ka gano karfinka da karfinka.
Kada ka bari hankalinka ya ragu, kuma kada ka yi kasa a
gwiwa wajen bin ra'ayoyin duniya marasa kyau. Ka ci gaba
da tafiya a kan hanyarka, kana da yakinin cewa ikon Allah
mara iyaka yana tare da kai, yana goyon bayanka kuma
.yana shiryar da matakanka

Waɗanda ke da wayewar fahimta suna tattara furanni
da furanni na gaskiya daga lambunan ilimi kuma suna aiki
don fadakarwa da kawata rayuka da halaye masu kyau da
inganci waɗanda suka cancanci su shiga aljannar hikima ta
.duniya
*

Bai kamata mu ƙi wasu ba saboda sun bambanta da mu,
ko kuma saboda ra'ayoyinsu sun bambanta da namu. Kuma
bai kamata mu dage cewa imaninmu ne kawai ya dace ba.
Ya fi kyau mu zauna tare mu tattauna ra'ayoyinmu da zuciya

ɗaya da girmama juna, mu tuna cewa masu hikima ba sa
jayayya amma suna bincika al'amura cikin natsuwa da
.hankali

*

Kyawawan niyya suna kama da lu'u-lu'u mai haske
wanda hasken Allah ke haskakawa kuma yana haskakawa
cikin rayuwarmu kawai

*

Muna rokonka, ya Ubangiji, ka kunna harshen kaunar
Allah a cikin zukatanmu, ka kuma sa rayukanmu su yi
marmarinKa, su kuma kaunace Ka dare da rana, Ka ba mu
kaunarKa domin lokacin da muka yi tunaninKa, farin ciki ya
cika zukatanmu, rayukanmu kuma su yi farin ciki da
.kasancewarKa

Na kone abubuwan da suka faru a baya, na yi watsi da
irin tsoro da damuwa game da makomar, sannan na yi tafiya
.a kan tokar tsoro da damuwa da suka watse

Bankin farin cikinka

Ka dakata na ɗan lokaci ka yi tunani! Shin bai fi kyau a
?rayu cikin sauki a zama mai arziki ba
Kudin da kuka yi aiki tukuru don samun kudi za su iya
ɓacewa idan bankinku ya fatara. Amma farin cikin ruhaniya
da kuka tara a bankin kudurin ku mai karfi da kuma kudurin
ku mai karfi ba za a taɓa rasa shi ba; darajarsa za ta karu
.kawai ta ninka

Kai ne manaja kuma mai saka hannun jari a bankin farin
cikinka. Idan ka san yadda ake yin waɗannan ayyuka guda
biyu daidai, da kuma yadda ake ci gaba da kara wa ajiyar
farin cikinka, to gazawa ba zai yiwu a gare ka ba, da yardar
.Allah

*

A cikin shiru, gaskiya tana haskakawa a kan sani kamar
yadda rana ke haskakawa ta cikin hazo

*

Idan mutum ya rasa dukiya kawai, ba zai rasa komai ba
da gaske, domin idan yana da lafiya, kwarewa, da
kyakkyawan shugabanci, har yanzu zai iya kasancewa cikin
farin ciki da samun farin kudi. Idan ya rasa lafiya, zai rasa
mafi yawan farin cikinsa. Amma idan ya rasa manufarsa a
.rayuwa, zai rasa duk abin da ya dace

*

Ban kalli kowa a matsayin bako a gare ni ba, kuma ina
farin cikin kaunar kowa da dukkan kaunar da Allah ya sanya
a zuciyata, kuma ba zan iya ware kowa daga cikin da'irar
kaunata ba

*

Idan ka iya tattara hankalinka gaba daya, hankalinka zai
iya shiga ko'ina kuma fahimtarka za ta cika da kuzari

*

Ya kamata mutum ya horar da kansa da iyalansa kada
su yi tsegumi game da wasu ko su yi magana game da
kurakuransu da kurakuransu, maimakon haka ya mai da
.hankali kan inganta kansa da kuma gyara kurakuransa

*

Ci gaban soyayya mai tsarki da rashin sharaɗi tsakanin
miji da mata, iyaye da 'ya'yansu, aboki da aboki, kai da
kowa, shine darasin da muka zo wannan duniyar don mu
.koya

*

Akwai waɗanda suka kasa koyo daga darussan ciwo da
jin daɗi, suna rayuwa cike da nadama da takaici domin ba sa
guje wa ayyukan da ke kawo wahala ko kuma bin hanyoyin
zuwa ga farin ciki. Kadan ne daga cikin su, bayan wutar

jahilci ta kone su, suna guje wa maimaita halayen da ke
haifar da rashin farin ciki da bakin ciki. Sannan akwai
wadanda jin dadi ya rinjaye su cikin sauki kuma bakin ciki ya
daure su, suna bukatar yanayi mai dorewa na tunani wanda
.aka siffanta shi da fahimta da daidaito

*

Ba tare da farin ciki na ciki ba, mutum yana samun
kansa a matsayin garkuwa ga matsaloli da damuwa. Kuma
farin ciki - abokaina - ba wai kawai ga nasara da wadata ba
ne, domin farin ciki na gaske ya dogara ne akan fuskantar
duk wani nau'in gazawa, matsaloli da matsalolin rayuwa tare
.da himma da kyakkyawan fata don alheri

*

Lafiya mai kyau, ingancin tunani, aiki mai gamsarwa, da
hikima duk muhimman abubuwa ne don gina farin ciki. Dole
ne a ci gaba da gudana a karkashin duwatsu masu tauri na
.jarabawar rayuwa

*

Rayuwa da mutuwa matakai ne guda biyu daban-daban
na rayuwa, kuma dan adam wani bangare ne na rayuwa ta
har abada Idan mutum ya sami kwanciyar hankali da
fahimtar hankali, zai taɓa ainihin ruhaniyar mutum mara
.iyaka

*

Idan ka yi amfani da duk hanyoyin waje da ke akwai a
gare ka ban da iyawarka ta halitta don shawo kan kowace
cikas da ke kan hanyarka, za ka yi hakan ta hanyar
.habakawa da habaka ikon da Allah ya ba ka

*

Ya Allah Mai Kare Mu, Mai Gabatarwa, Lokacin da
gajimaren yaki suka saukar da ruwan sama na iskar gas da
wuta, ka zama mafakata da mafakata
A cikin mutuwa da rayuwa, a cikin rashin lafiya da
yunwa, a cikin annoba da bala'o'i, a cikin wahala da wahala,
koyaushe zan nemi mafaka a gare ka

Bari in fahimci cewa ni ruhi ne marar mutuwa, wanda ba
a taɓa shi da abubuwan da suka faru a lokacin kuruciya,
.kuruciya, tsufa, da kuma fashewar duniya kwatsam ba
*

Yi rawar da za ka taka wajen gina abota mai dorewa ta
hanyar zama aboki na gaske
*

A duniyar mafarkai, muna manta sunayenmu, jikinmu,
kasashenmu, dukiyyarmu, da rauninmu, kuma ba tare da
saninmu ba muna jin daɗin babban 'yanci, wanda shine
'yancin rai. Dole ne mu haɓaka irin wannan amma sanin
.yakamata game da wannan 'yancin da aka halitta
*

Dole ne a yi ayyukan ruhaniya da tunani mai zurfi, da
kuma ayyukan duniya da kulawa sosai. Dole ne mutum ya
tsaya tsayin daka a kasa sannan ya riƙe kansa sama da
gajimaren jahilci, a cikin sararin samaniya mai haske na
.hikima
*

Hasken Allah da ikon kariyarsa koyaushe suna
haskakawa a cikina suna gudana ta cikina, kuma taɓawar
salamarsa ta buɗe idon hikima a cikin raina

Rayuwa ba tare da dokoki ba tana kai mai ita ga rashin
farin ciki da rashin kwanciyar hankali a tunanin mutum
Mutumin da ke rayuwa ba tare da tarbiyya da ka'idodi ba
mutum ne mai cike da damuwa da damuwa ta hankali, yayin
da wanda ya koyi kame kai da kuma shawo kan sha'awa
.marasa tsari ya san hanyar zuwa ga farin ciki na gaske
*

A cikin kaɗaici na ruhaniya, sha'awata tana karuwa,
kuma zuciyata tana sha'awar jin muryar Allah Masoyi, Zan
kori dukkan muryoyin duniya masu yawa da ke boye a cikin

tunanina domin in saurari muryar mafi tsarki tana rera waka
.har abada cikin natsuwar raina

*

Rana ta kaunata ba za ta taɓa nutsewa a karkashin
tunanina game da kai ba, kuma ba zan runtse idona ga
komai ba sai kai, kuma ba zan yi wani abu da bai tuna min
da kai ba. Ayyukan da aka haifa daga jahilci da wauta suna
haifar da mummunan mafarkai da mummunan mafarki, don
haka bari in yi mafarki mai daɗi na nasarori masu girma
kawai, domin sun samo asali ne daga wahayinka da
.jagorancinka

*

Rayuwa ba tare da fahimta ba kashe kai ne na ruhaniya
da na jiki. Masu albarka ne waɗanda ke da fahimta, domin
fahimta ita ce babbar bukata a kan hanyar ruhaniya da
kuma kan hanyoyin rayuwa. Fahimta haske ne mai shiryarwa
wanda ke haskaka hanyar mutum kuma yana kawo nasara.
Kafin mutum ya cimma babban manufar rayuwa, dole ne
mutum ya mallaki wannan muhimmin siffa mai mahimmanci.
Fahimta ya kamata ta zama karfin jagora a kowane yanayi.
Komai wahalar da muke fuskanta, dole ne mu sami fahimta
.ta gaskiya

*

Allah ba ya jawo mana cuta da ciwo; a'a, mu ne muke
taimakon kanmu ko cutar da kanmu ta hanyar fahimtarmu
da fahimtarmu, ko kuma rashin fahimtarmu da rashin
.fahimta

*

Dole ne mu yi addu'a ga Allah ya ba mu fahimta, ba tare
da la'akari da gwaje-gwajen da muke fuskanta ko yanayin da
.muke fuskanta ba. Fahimta kaɗai za ta kare mu

*

Idan abubuwan da na fuskanta suka yi tsanani da
tsanani, koƙarina na farko shine neman fahimta a cikin
kaina. Ba na zargin yanayi ko koƙarin gyara wasu; maimakon

haka, ina shiga ciki ina kofarin tsarkake katangar ruhaniya
ta, ina cire duk wani abu da zai iya boye wannan hasken ciki,
hana ikon rai bayyana, ko hana su bayyana kansu. Wannan
.ita ce hanyar rayuwa cikin nasara

*

Gujewa daga matsaloli na iya zama kamar mafita mafi
sauki, amma mutum yana samun karfi idan ya fuskanci
abokin hamayya mai karfi. Wadanda ba sa fuskantar
.matsala ba sa girma, kuma kudurinsu ba ya karfafawa

*

Tsoro yana bacewa idan muka sami fahimta; a cikin
fahimta akwai tsaro da kariya

*

Na fuskanci matsaloli da yawa a rayuwa, kuma mafi
wahala daga cikinsu su ne mutanen da suka yi mini
mummunar fahimta Na ga mutanen da nake kauna—
mutanen da na ba wa zuciyata—sun fahimce ni kuma sun
juya mini baya Amma hakan bai haifar da daci a cikina ba
saboda daci yana gajimare fahimta Ba na barin kaina a ji
rauni da rashin fahimtar wasu. Madadin haka, ina kofarin
taimaka musu idan sun yarda kuma suna aika musu da
.kyakkyawar niyya da fatan alheri

*

Babban farin cikina yana cikin yin magana game da
abubuwan al'ajabi na Allah ga wadanda suka dace da ni
kuma suka amince da ni, da kuma kara sha'awarsu ga
wannan hasken allahntaka wanda ya ba ni ta'aziyya, 'yanci,
.da tsaro mara misaltuwa

*

Duk wahalhalun da kake fuskanta a wannan rayuwa an
yi su ne don su zaburar da kai da kuma karfafa ka ka yi
kofari sosai domin ka kai ga manyan mataakai. Habaka karfin

zuciyarka ta yadda za ka iya sarrafa yanayinka maimakon
barin su su rinjaye ka. Yi tsare-tsare masu kyau ga
rayuwarka domin ka iya cimma duk kyawawan abubuwan da
.kake son yi kuma ka san ya kamata ka yi

*

Wadanda suka fi son wannan duniyar suna mantawa da
Allah, shi ya sa muke rasa duk abin da muke dauka da
muhimmanci. Dokar duniya ta dauke wadannan abubuwa
daga gare mu ko kuma ta cire su daga rayuwarmu ba don ta
hukunta mu ba, amma a matsayin gwaji don ganin ko muna
son halitta fiye da Mahallicci

*

Wadanda ke da rauni a zuciya koyaushe suna cewa
."eh," yayin da manyan ruhohi ke cike da "a'a" a adabi

*

A yau zan kunna ikon tunani na kirkire-kirkire don
cimma nasara a cikin kowane aiki mai kyau da nake niyyar
yi, kuma ta haka zan yi amfani da dukkan ikon da Allah ya
.ba ni yadda ya kamata

*

Farin ciki na gaske ya dogara ne akan yanayin tunanin
mutum. Gamsuwa, gamsuwa, kwanciyar hankali, da natsuwa
.duk alamu ne na farin ciki

*

Dole ne mutum ya yi kokari ya sami lafiya mai kyau,
tunani mai inganci, abubuwan da ake bukata don rayuwa da
aiki mai kyau, yanke shawara mai kyau, da fahimtar da ta
dace, kuma kada ya bari kansa ya fada cikin mummunan
yanayi ko yanayi, kuma kada ya bari kansa ya fada cikin
.mummunan yanayi ko yanayi

*

Mutane kan saka kurajen da ke tsare su kuma su daure
igiyoyin da ke daure su. Dole ne su fahimci musabbabin
wadannan kuntatawa domin kawar da kamuwa da cuta mai
saurin yaduwa daga zukatansu da jikinsu. Wannan zai kawo

sabunta tunani, yana share hanyar farin ciki, bayyanar
wayewar ruhaniya a sararin rayuwarsu, kuma farkawar
muhimman karfi a cikin Sani dole ne a daga shi daga zurfin
.jahilci zuwa kololuwar fahimta da ilimi

*

Mutumin da ke kula da tsoro mai tsanani yana jawo abin
da yake kokarin gujewa, kuma tsoro mai dorewa yana lalata
jijiyoyi kuma yana kawo rashin lafiya ga jiki. Idan kana cike
.da karfi, kuzari, da kuzari, rashin lafiya yana barin jiki

*

Rai da ke jin dadin wakar kyakkyawan fata ba ya son jin
muryoyin rashin bege masu zafi, kuma tunanin da koyaushen
ake nufi da tauraruwar farkawa ta ruhaniya yana zama
zuciya mai karfi, mai karfi wadda ba ta san karkacewa ko
.rudani ba

*

Na kalli wata fure cikin tunani, nan take na hango ka, ya
ruhin halittu. Tana da kamshi mai dadi da kamshin
kasancewarka, furanninta sun yi ja da launin rashin laifi,
kuma hasken zinariya na hikimarka ya haskaka a cikin
zuciyarta. Siraran tushe da kore sun sami goyon baya daga
ikonka, kuma sirrin rayuwa da har abada sun yi barci a cikin
kurar pollen. Tabawarka mara iyaka ta zaburar da kudan
.zuma, kuma ta fara shan ruwan zakinka

*

Nuna min abubuwan al'ajabi na halitta asirinka marasa
iyaka, wadanda ke boye a cikin mafi kyawun ciyawa a gefen
hanya

*

Dole ne kowanne uba da uwa su kasance suna da
hikima da kwanciyar hankali na ubanci da kuma taushi da
tausayi na uwa, kuma wadannan halaye guda biyu dole ne
.su kasance daidaitacce kuma masu dacewa a kowannensu

*

Zan watsa taurarin farin ciki da kyakkyawan fata don
kawar da duhu daga rayuka, kuma zan watsa hasken shiga
cikin tausayi don ta'azantar da masu bakin ciki

*

Muna nan a yau, kuma gobe za mu sauko kamar
gajimare—inuwar kawai a cikin mafarkin sararin samaniya.
Amma a bayan wannan hoton da ba ya wucewa, wanda ba
shi da wani lokaci, akwai ruhun madawwami, kuma
.rayukanmu wani bangare ne na shi

*

Allah shine gaskiya daya tilo Dole ne mu yi addu'a a
koyaushe cewa jarabawar rayuwa ba za ta hana mu tunawa
da Shi ba. Idan na yi addu'a ta wannan hanyar, ina samun
sakamako mafi girma fiye da kowane lokaci. To, ko da wani
abu mai tsanani ya faru, ba zai iya hana ni tunanin Shi ba;
maimakon haka, ina jin lafiya da kwanciyar hankali a
.gabanSa mai tsarki

*

Rayuwa a nan ta yi kama da ba ta da tsari kuma mai
cike da rudani har sai mun isa gaɓar aminci Shi ya sa
koyaushe nake cewa ina nan ne don shaida muhimmancin
da ɗaukakar gaskiya ta karshe. Bai kamata mu sanya
begenmu a kan manufofin duniya masu jinkiri da abubuwan
da suka haɗa da abubuwa masu rauni ba. Irin waɗannan
alaƙa marasa karfi ba tare da saninmu ba suna nisantar da
mu daga babban manufarmu, kamar yadda suke nisantar da
.mu daga ainihin kanmu

*

Muhalli yana haifar da rudani a cikin mutane kuma yana
sa su zama masu girma a idanunsu. Dole ne mai himma ya
tashi sama da wannan sanin muhalli na ɗan lokaci da na ɗan
lokaci kuma ya gane gaskiyar da ke cikinsa don wannan
gaskiyar ta zama muhallinsa na halitta kuma ita ce kawai
.tasiri a rayuwarsa

Muna rokon Allah ya yi mana wahayi da shiriya ya kuma
shiriyar da mu zuwa gare Shi, kuma ya taimake mu mu same
Shi kafin mu bar wannan duniyar Ko menene yanayin
jarabawar da muke fuskanta da kuma wahalar da muke sha,
ba za mu taɓa rasa bege cewa taimakon Allah yana kusa ba,
cewa Yana amsa kowace addu'a ta zuciya, cike da sha'awa,
kuma ba zai bar kaunatattunsa ko ya bar su a hannun
.kaddara ba

*

Arziki ba lallai bane ya tabbatar da lafiya, kwanciyar
hankali, ko yawan aiki ba. Amma, idan muka cimma inganci
da zaman lafiya, za mu cimma nasarar kuɗi mai kyau
.sakamakon haka

*

A cikinka akwai lambu mai ban mamaki da ban mamaki
na tunani mai kyau, mai kamshi da kamshin kauna, kirki,
fahimta, da zaman lafiya. Furanninsa sun fi furanni na duniya
.da kayan lambu na zahiri kyau

*

Lokacin da ka ba da kaunarka ta gaskiya, ka dasa fure
mai kamshi, kuma kamshin wannan kaunar da kamshin
wannan fahimta sun daɗe fiye da kowace fure ta duniya
!kuma wannan shine gaskiya

*

Bai kamata mutum ya ji tsoron komai ba sai dai ya ji
tsoron kansa, domin shi ne babban abokin gaba na nasara
da lafiya. Yana cutar da hankali, yana fitar da abubuwan da
mutum ke tsoro, yana kara zafi, yana lalata zuciya, kuma
yana cutar da tsarin jijiyyoyi da kwakwalwa. Saboda haka,
dole ne a shawo kansa ta hanyar imani da Allah, tunani mai
kyau da kirƙira, kyakkyawan fata, bege, da amincewa da
kariyar Allah. Waɗanda suke kaunar Allah kuma suna tafiya
cikin haskensa ba za a iya shawo kansu da duhun tsoro ba,

domin Allah yana tare da su, kuma duk wanda yake tare da
.su Allah yana tare da su lafiya

*

Hutu yana kara kyau da ruhaniya ta hanyar musayar
kyaututtukan ruhaniya na kauna, zaman lafiya, farin ciki,
hakuri, da fatan alheri

*

Idan muka juya zukanmu ga Allah muka kuma yi masa
addu'a da matuƙar kauna da babban sha'awa, za mu same
shi kusa kuma yana da sauri wajen gafartawa da bayarwa,
domin ta yin haka muna taɓa zuciyarsa mai tausayi ta
duniya da kuma kaunarsa ta Allah wadda ba ta da wani
.sharadi

*

Rayuwa ta gaske ba wai kawai ci, aiki, da barci ba ce,
don haka zan yi amfani da baiwar hankali don neman Allah
da kuma nemansa, kuma zan yi aiki don cetona ta hanyar yi
.wa 'yan'uwana maza da mata hidima a cikin ɗan adam

*

Mutane da yawa sun zo wannan duniyar sun bar ta, duk
da haka har yanzu muna ɗaukar rayuwa a nan a matsayin
gaskiya kamar za mu ci gaba da zama a nan har abada.
Mutum mai hikima shine wanda ke tunawa da Allah
koyaushe, domin ci gaba da yin bimbini a kansa shine
hanyar 'yanci daga wannan mafarkin haihuwa da mutuwa na
.duniya

*

Allah ya sanya mana kyawawan iko da kuzari don mu
shawo kan dukkan cikas da ke gabanmu da kuma jarabawar
da muke fuskanta, kuma dole ne mu yi aiki don fitar da
.wadannan iko marasa karfi da kuzari marasa karewa

*

Akwai mutanen da ba sa canzawa; suna tsufa suna
manne da halaye da hanyoyin tunani iri ɗaya. Ana iya
kiransu da kayan tarihi na tunani. Wasu daga cikin

wadannan kayan tarihi na ruhaniya ne a cikin yanayi. Irin wadannan mutanen suna rayuwa mai kyau, lafiya amma ba sa aiki kan haɓaka fahimtarsu ko faɗaɗa fahimtarsu, suna kasancewa marasa tsayawa. Ba su da ikon fahimtar buƙatu, sha'awa, da sha'awar matasa. Wannan na iya zama abin karɓa, amma lokacin da suka la'anci sabon tsara ba tare da fahimta ba, suna zama masu taurin kai a hankali. A gefe guda kuma, matasa da yawa suna faɗawa cikin kurakurai saboda ba sa girmama ra'ayoyin dattawansu ko sauraron shawararsu. Suna tunanin cewa tsofaffi sun tsufa, don haka babu buƙatar sauraronsu ko bin shawararsu saboda ra'ayoyinsu na da ne kuma sun tsufa. A cikin kuruciyarsu ta son zama na zamani, suna karya dokoki da yawa gwargwadon iko. Amma dole ne su tuna cewa dattawa suna da nauyi da kima; sun rayu tsawon shekaru kuma sun gani kuma sun koya abubuwa da yawa. Membobi na tsoffin da sabbin tsararraki ya kamata su yi koƙarin koyo daga juna, saboda tsoffin kayan tarihi da sabbin abubuwa suna da .fa'idodi da fa'idodi

*

Babu wani gwaji mafi girma fiye da sanin cewa Mahaliccinmu yana tare da mu. Ya kamata mu yi tsammanin kasancewarsa kuma mu yi marmarinSa, domin Yana kula da mu ta kowace hanya Komai wahalar da muke sha, komai girman bakin ciki, azaba, ko rashin lafiya, bari mu nemi ta'aziyya da ta'aziyya daga Allah, mu kuma roke Shi hikima da shiriya Zai amsa mana matuƙar mun dogara gare Shi, .muna kaunarSa, kuma muna neman taimakonSa

*

Soyayya kamshin furanni masu fure da kuma waƙar wardi masu shiru suna murnar kyawun yanayi Soyayya ita ce waƙar rai, waƙa ce ga rayuwa, da kuma rawar duniyoyi masu kyau da daidaito a cikin tafiyarsu ta dindindin ta cikin faɗin sararin samaniya. Kishirwar furanni ne don shan hasken rana, don yin fure kuma a kashe ta da maganin rayuwa.

Sha'awar duniya ce ta ciyar da tushen da ya bushe da
madararta da kuma ciyar da dukkan rayuwa da ruwanta.
Karfin rana ne na kiyaye dukkan halittu da rai da kuzari, da
kuma sha'awar rayuwa don karewa da kula da marasa
galihu. Murmushin rashin laifi ne ke haifar da tausayin iyaye
ga jariri da kuma mika wuya a zukatan masoya don bayar da
hidima da ta'aziyya ba tare da tsammanin dawowa ba.
Karfin abota ne ke gyara karyewar zukata da warkar da
raunuka. Kukan zuciya ne ke hana bayanin. Mawaki ne da ke
cike da kaunar ɗan adam, wanda ke jin zafi daga wahalarsa.
Da'irar kusanci ce da ke kara faɗaɗa tsakanin membobin
iyali ɗaya, wanda ke girma zuwa wurare masu faɗi da
sararin samaniya. Raɗaɗin rayuwa ne a cikin duniyoyin
Hankali a buɗe da sararin zukata masu cike da taurarin
motsin rai masu daraja Soyayya ita ce ni'imar rai, wadda
rayuka masu kauna ke sha'awar kuma suke son cimmawa da
.kuma haɗuwa da ita

*

Ka kasance tare da mu, ya Ubangiji, ka taimake mu mu
cika ayyukanmu mu kuma ji kasancewarka mai albarka
wadda ke wartsake zuciya kuma tana sanya kwanciyar
hankali da bege a cikin rai

Sai dai idan ka yi amfani da birkin kame kai yayin tuka
motar rayuwarka, za ka kasance a farkashin ikon motsin rai
mara tsari da kuma sha'awa mara kyau da ke fitowa daga
girman kai. Dole ne ka iya amfani da birkin lokacin da ya
cancanta don hana kanka yin aiki ba tare da kulawa ba,
kauce wa hanya madaidaiciya, da kuma faɗawa cikin ramin
azaba da wahala. Sup24

Amfani da kalmomi ba daidai ba yana ɗaya daga cikin
makamai mafi muni da kuma halakarwa. Babban abin da ke
haifar da fushi shine maganganu masu zafi da cutarwa. Dole

ne mutum ya guji tsegumi da maganganun banza, ya guji
jayayya da jayayya, sannan ya kawar da halayen tashin
.hankali

*

Idan miji ko mata suka yi fushi suka tsokani ɗayan, mafi
kyawun mataki shine ɗayan ya yi tafiyarsa ya guji amsawa
har sai yanayin ya lafa. Idan ɗayansu ya furta kalmomi masu
zafi, ya fi kyau ɗayan kada ya mayar da martani iri ɗaya,
amma ya kasance cikin natsuwa har sai fushi ya yi sanyi.
Idan matar ta yi wa mijinta ihu kuma ya amsa da babbar ihu,
mijin zai sha wahala sau biyu: da farko daga maganganunta
masu zafi sannan daga martanin da ya yi masa mai zafi,
daga karshe ya cutar da kansa da farko. Wannan na iya
haifar da saki ko wasu sakamako marasa kyau. Haka kuma
yana da mahimmanci a guji taurin kai ko kuma mu'amala da
ɗayan da rashin kunya. A lokaci guda, ya kamata mutum ya
guji shiga cikin jayayya da jayayya, kuma a jira har sai an
.dawo da natsuwa da kwanciyar hankali

*

Kada ka bari wani ya sace maka zaman lafiya, kuma
kada ka sace zaman lafiyar wasu da zagi na baki (ko a
rubuce) A cikin fushi ko zafin lokaci, mutum zai iya faɗin
wani abu da bai dace ba, wani abu da bai taɓa niyya ba,
sannan ya yi nadama, yayin da ɗayan zai tuna waɗannan
kalmomin tsawon shekaru ashirin. A wannan ma'anar,
kwakwalwa mummunan abu ne. Ikon kwakwalwa albarka ce
idan aka yi amfani da ita yadda ya kamata, amma yana da
illa idan aka yi amfani da shi azaman ma'ajiyar munanan
.abubuwan da aka yi mana

Idan muka farka cikin Allah, za mu fahimci cewa
rayuwar ɗan adam jerin inuwa ne kawai da haske da aka
haska a kan allon sinima na sararin samaniya

Mun saba da fahimtar abubuwan da hankalinmu zai iya
fahimta da fahimta, kuma mafi yawan lokuta ba mu san da
karfin da ke kewaye da mu ba. Duk da haka, kowane tunani
da muke da shi yana haifar da wani girgiza mai zurfi.
Wannan shine dalilin da ya sa mutum ba zai iya boye ainihin
halinsa daga wasu ba. Idan ya yi kuskure, ya san shi a cikin
zurfin ciki, ko da yana tunanin yana boye shi, saboda jin
rashin adalci yana zaune a cikin tunani, kuma wasu za su
san shi saboda girgizar waɗannan tunanin za ta bayyana
kansu ta wata hanya ko wata ta hanyar ayyukansu. Wannan
kuma ya shafi ayyukan kirki da tunani. Lokacin da muka yi
tunanin Allah kuma muka furta sunansa—a fili, a cikin raɗa,
ko a cikin shiru—muna sakin girgiza ta ruhaniya cikin ether,
.wanda ke kiran kasancewarsa mai albarka

*

Ya Ubangiji, hasken kaunarka yana haskakawa daidai
gwargwado ga dukkan membobin iyalinka na sararin
samaniya. Dan Adam yana da laifi wajen zama marar haske,
ba ya jin haske, saboda tunaninsa mara kyau. Allah Ya sa
ikonka ya ratsa raina ya kuma wargaza tururin duhu mai
kauri na wannan duniyar, domin in zama madubi mai haske,
.mai nuna tsantsar siffarka mai haske

*

Dole ne soyayya ta kasance ta gaske, kuma idan ta fito
.daga zuciya, ta zama ta gaske

*

Idan ka juya ga hasken allahntaka, za ka sami ikon
allahntaka wanda zai iya haskakawa da sauƙaƙe hanyarka,
ya kuma ba ka lafiya, farin ciki, zaman lafiya, 'yanci, da
.nasara

*

Idan samun kuɗi yana da wahala, cimma daidaiton
tunani ya fi mahimmanci don haka ya kamata mutum ya

kasance mai kirki da natsuwa a cikin maganganunsa,
.tunaninsa, da ayyukansa na zahiri

Mutane suna da yanayi biyu: yanayin gida da yanayin
salon. A gida muna jin daɗinmu kuma muna jin ainihin
yanayinmu, duk da haka sau da yawa muna fatan da mun
guji yin abubuwa na halitta domin ta hanyar yin abubuwa
muna bayyana munanan abubuwa waɗanda bai kamata a
bayyana su ba, musamman idan suna cutar da waɗanda ke
.kewaye da mu

Mukan rungumi tunanin salon gyaran jiki idan muka fita
sanye da kayan kwalliya, muna murmushi sosai, yayin da
tunaninmu da motsin zuciyarmu ke yawo a ciki. A gida,
muna cewa, "Na ji haushi da wani kuma ba zan iya jure
ganinsa ba," amma idan muka haɗu da mutum ɗaya, muna
gaishe shi da cewa, "Sannu! Yaya kake?" Waɗannan rikice-
rikice na rashin jituwa da motsin rai marasa kyau suna
.shafar tsarin jijiyoyi da sauran sassan jiki

*

Ya Allahna abin kaunata
Na ga faɗinka mara iyaka a sararin natsuwa
Kuma na ɗanɗana farin cikinka mai wartsakewa a cikin
raina
Kuma na ji karar muryarka a cikin lamirina da ke
farkawa

Kuma na saurari ra'ayinka game da fahimtar ruhaniya ta
*

Ya Ubangiji, ka canza aljanu masu mugun kwadayi na
son kai zuwa mala'iku masu tasowa, manyan buri, jahilci mai
raɗaɗi zuwa hikima mai albarka, da rashin aiki na asali zuwa
zinare mai tsabta na nasarorin ruhaniya masu haske

Ya Ubangiji, ka tsarkake mu, ka canza rauninmu da
rashin aikinmu zuwa himma da kuduri, da kuma tunaninmu
mara kyau zuwa fahimtar gaskiya

Menene soyayya?

Soyayya ita ce kamshin furannin fure

Kuma wakar wardi masu shiru

Bikin kyawun yanayi

Soyayya waka ce ta rai tana rera waka don rayuwa

Kuma rawar da ta dace ta duniyoyi

A cikin tafiyarsa ta har abada zuwa cikin zurfin sararin
samaniya

Kishin furanni ne don shan hasken rana

Kuma yana bunkasa kuma ana ciyar da shi da ruwan
magani na rayuwa

Shine burin duniya

Don ciyar da tushen kishirwa da madararsa

Kuma kula da dukkan nau'ikan rayuwa tare da jigon
rayuwa

Ita ce babbar wasiyyar rana

Domin kiyaye dukkan abubuwa masu rai da kuma aiki

Ita ce karfin tuki na rayuwa

Don samar da kariya da kulawa ga kananan yara

Murmushin rashin laifi ne ke haifar da soyayyar uba

a kan jariri

Kuma mika kai tsaye a cikin zukatan masoya

Don samar da hidima da ta'aziyya kyauta

Wannan shine bugun abota

Wanda ke gyara karyewar zukata kuma yana warkar da raunuka

Kira ne ga zuciya wanda ke kin bayanin

Mawaki ne mai cike da kaunar ɗan adam

Wanda ke fama da wahalar da take sha

Da'irar kusanci ce tsakanin 'yan uwa ɗaya

Ci gaba da faɗaɗawa da faɗaɗawa zuwa manyan wurare

Kuma fannoni masu faɗi

Rawanin rayuwa ne

A cikin sararin buɗewar tunani

Kuma sararin zukata cike da taurarin ji na alfarma

Soyayya ita ce jin daɗin rai

Abin da rayukan masu kauna ke burin yi

Kuma tana sha'awar isa gare shi da kuma yin magana da shi

Na ga rayuwa

Yayin da nake tafiya a tsakanin tsaunuka masu launin kore da kwaruruka masu ciyawa

Yana motsawa tsakanin bishiyoyi da furanni

Na ga rayuwa tana wasa da jin daɗi

Na ga haskokinsa na zinare a cikin faifan rana
Sai na gan ta ta bace cikin kurmin gajimare
Na ji tana dariya a cikin rafukan farin ciki
Kuma tana zubar da hawaye da yawa daga d'igon ruwan
sama

Na gan ta tana rawa a cikin rassan bishiyoyi
Kuma daisies suna rawa da farin ciki
Na ji yana kara amo a cikin kururuwar tsuntsaye da
kuma kururuwar tsuntsayen dare

Na ga inuwarta ta lullube gangaren
Rabarsa tana jika zukatan wardi kuma tana sumbatar
kuncinsu

Na ga ciyawar raba tana manne a kafafunta
Kamar yadda na gan ta tana fesa ciyawar gona
Da digo-digo na soyayya, yana kara sabo da kyawunsa
Na ji kamshin numfashinta mai kamshi da iskar safe ke
yi

Na ji nutsuwarta kuma na ga hannayenta suna watsa
albarka

A cikin kowane kwari da kusurwa
Yaya rayuwa take da ban mamaki!
Kuma abin da yake da dadi a yi tafiya tare da ita
Hannu da hannu
A kan hanyoyinsa masu albarka!

Salam alaikum barka da warhaka

Abin da ba a sani ba ko kuma abin da ba a sani ba

Yayin da muke ci gaba a kan hanya kuma fahimtarmu ta ruhaniya ta zurfafa, muna jin kamar muna fuskantar wata babbar adawa ta ciki. Amma wannan jin kamar mafarki ne kawai; akasin haka gaskiya ne. Yanayin ban mamaki, mai rikitarwa, da kuma rashin son zuciya na wannan "abin da ba a sani ba" a cikinmu yana kama da yana cin abubuwan da ba za a iya kwatantawa ba wadanda aka samo daga duniyoyi fiye da fahimtar ɗan adam.

Wannan halitta kamar tana zaune ne a wani wuri da ba a gani ba, kuma ana iya kwatanta ta da wani mutum daga wata duniya, wanda baƙonmu ne duk da cewa ba mu da wata alaƙa da shi dangane da sha'awa, ra'ayoyi, halaye, buri da kuma buri mai nisa.

Wannan halitta da ba a sani ba da alama tana da ra'ayoyi game da rayuwar lahira wadanda suka fi girma da daidaito fiye da namu. A gare mu, yana da ɗan karamin fahimta game da muhimman buƙatu da buƙatun rayuwa ta duniya.

Abokinmu da ba a san shi ba kamar yana yin watsi da mu, babu shakka ya nutse cikin asirin duniya. Kuma idan ya tuna mu kuma yana son faranta mana rai, yana kirƙirar wani motsi mai ban mamaki, wanda ba shi da ma'ana wanda ke

jefa mu cikin rashin daidaito, yana wargaza daidaitonmu, kuma yana barin mu cikin ruɗani.

Sau da yawa muna ganin cewa wannan abin da ba a sani ba yana yi mana ba'a da kuma yi mana ba'a da iyawarmu, kamar dai yana wasa da hankalinmu ba tare da la'akari da yadda muke ji ko tausayawa yanayinmu ba. Wani lokaci yana kama da yana bata mana rai da kuma bata mana rai, ba tare da nuna mana wani alheri da ya cancanci godiya ko wata fa'ida ta zahiri ba.

Wannan halitta tana kama da tana iya yin mu'ujizai da abubuwan al'ajabi iri-iri, amma duk da kasancewarta a cikinmu, yana da wahala mu yi magana da ita kuma mu amfana da iyawarta mara iyaka da ikon allahntaka na ban mamaki.

Ana iya kwatanta wannan boyayyen abu da yaro da aka lalata wanda aka ba shi damar shiga asirin sama da kasa. Yana amfani da waɗannan sirrin kuma yana sarrafa waɗannan iko yadda ya ga dama, ba tare da kamewa ko ɗaukar nauyi ba.

Da alama ya san komai, amma bai san yadda zai yi amfani da wannan ilimin yadda ya kamata ba. Hannunsa cike suke da taskoki, waɗanda yake batarwa kuma yake batarwa a hanya mara kyau da kuma a lokacin da bai dace ba.

Mun ga yana ba wa masu jin kishirwa burodi da kuma shayar da masu jin yunwa (kuma yana ciyar da masu haƙora da kayan zaki)

Yana yi wa marasa godiya kyauta kuma yana hana masu bara kyaututtuka

Yana bin waɗanda suka gudu daga gare shi kuma yana gudu daga waɗanda suke sha'awar haɗuwa da shi

Menene wannan boyayyen karfi da ke caje mutum da wani irin karfi mai ban mamaki wanda ke tsere da iska da fatalwowi?

Menene karfin da ke dagawa da rage matakin girgiza da kuzari ta yadda zai taimaka wa mutum ya daidaita zafin jikinsa lokacin da yake barin daki mai dumi a safiyar sanyi da akasin haka?

Wannan abin da ba a sani ba yana aiki da wata fasaha mai ban mamaki wadda ba za ta taɓa faruwa ga kwararren masanin kimiyyar sinadarai ko injiniyan kwararre ba

Shin zai yiwu a iya tara irin wannan karfi a cikin wannan ɗan gajeren rayuwa a wannan duniyar?

A'a, abokaina, ya dauki miliyoyin shekaru kafin wannan "baƙon" ya kammala wannan tsarin jiki da muke dangantawa da ga ma'anoni guda biyar. Misali, ba zai yiwu ba ga hankalin mai hankali ya san ainihin adadin sukari da ya kamata a zuba a cikin jini. Idan wannan adadin ya yi kasa ko ya yi yawa, sakamakon zai zama bala'i.

Muna fuskantar fuska da fuska da ikon da ba mu san komai game da shi ba, kuma ya kamata mu san shi. Hanya mafi kyau ta yin haka ita ce mu kalubalanci abin da muka koya zuwa yanzu kuma mu shirya kanmu kamar babban malami lokacin da ya ce: "Sai dai idan kun zama kamar kananan yara, ba za ku shiga mulkin Allah ba"

A wata ma'anar, sai dai idan mutum ya yarda da sauƙin yaron, tsarkinsa, da kuma imaninsa, ba zai iya yin wani babban ci gaba na ruhaniya ba.

Tunanin kimiyya watakila shine hanya mafi sauƙi ta gane wannan ikon ciki da aka boye, amma yawancin mutane ba su da kwarin gwiwa na yin bimbini kuma sun fi son samun wannan ilimin ta hanyarsu, ko kuma kawai ta hanyar zama

cikin shiru - ko da tunaninsu yana tashi kamar guguwa a kowace hanya Wasu na iya cewa, "Dole ne in sami wannan ilimin a cikin jiki na gaba, kuma ba ni da gaggawa. Zuciyata ta iya tashe ni wata rana, amma babu buƙatar yin ƙoƙari sosai don cimma hakan."

Komai shekarunmu, sau nawa muka gaza a rayuwa, ko abin da wasu ke tunani game da mu Ba komai komai kwayoyin halittar da muke ɗauke da su ko kuma yanayin da muke rayuwa a ciki Babu ɗayan waɗannan abubuwan da ke damun baƙon da ke zaune a cikinmu Abin da kawai yake so shi ne mu bar shi ya yi amfani da jikinmu, kuzarinmu, hankalinmu, da kuma saninmu, kuma mu miƙa ikon kowane ɓangare na rayuwarmu gare shi. Wannan shine abin da dole ne mu yi idan muna son isa ga kololuwar da ke jiranmu.

Idan muka yi tunani a kan abubuwan da suka faru a rayuwarmu, shin ba gaskiya ba ne cewa mun fahimci cewa wani boyayyen ƙarfi ya shirya da mu kuma ya cece mu daga haɗari da yawa? Amma da zarar haɗarin ya wuce cikin lumana, da sauri za mu manta da wannan ƙarfin!

Wannan ikon bai taɓa barinmu ba kuma ba zai taɓa barinmu ba. Kuma duk lokacin da muke buƙatarsa, koyaushe yana nan don taimaka mana, kamar yadda babban malami ya ce: "Ina tare da ku har zuwa ƙarshen duniya"

Idan muka karanta tarihin rayuwar manyan maza da mata a tsawon tsararraki, za mu lura cewa a kowace lamari, komai ƙanƙantarsa, kuma komai hanyar da aka yi amfani da ita, ko ta hanyar addu'a mai ƙarfi ko tabbatarwa mai zurfi, sakamakon koyaushe iri ɗaya ne.

Wannan babban mutum da ke cikinmu da aka ɗaure yana cikin motsi akai-akai, yana ƙoƙarin ya 'yantu har abada Yaushe za mu kwance masa mari da saninmu mu bi shi zuwa ga 'yanci da nasara?

Bari mu fara yanzu mu ba wa babban mutum na ciki dama, kuma za mu ga yadda rayuwa za ta kasance mai dadi da kuma yadda za ta haskaka da hasken farin ciki da nasara, tare da taimakon Allah.

Salam alaikum barka da warhaka

Scenes daga Indiya da hangen nesa

Indiya kasa ce mai tarin halittu masu rai a duniya ta kowace hanya. Kasa ce mai dukkan nau'ikan yanayi, yanayi, addinai, kasuwanci, fasaha, mutane, wurare, harsuna, da al'adu.

Wayewar Indiya ta samo asali ne tun shekaru dubbai da suka gabata, kuma sarakunanta, masu hikima, da jagororinta sun bar bayanai da ke tabbatar da wanzuwar da sahihancin wayewar Aryan a Indiya da Sindh.

Yawancin masu yawon bude ido na Turai suna ziyartar Indiya kuma suna ganin masu sihiri, masu riƙe da takobi, da masu sihirin macizai a titunanta, suna ganin wannan shine mafi kyawun abin da Indiya za ta bayar, ba tare da sanin cewa waɗannan adadi ba suna wakiltar ainihin asalin Indiya Rayuwa ta ainihi da kuzarin Indiya tana cikin al'adun ruhaniyarta, wanda ya sanya ta zama tukunyar narkewar addinai da imani tun zamanin da.

Gaskiya ne cewa kasashen yamma za su iya koyar da Indiya ayyuka masu kyau, hanyoyi da ka'idodi na kasuwanci, da kuma haɓaka albarkatun kasa da na ɗan adam. Kuma gaskiya ne cewa Indiya tana buƙatar shugabanni masu hangen nesa kamar Henry Ford da Thomas Edison. Amma

ƙasashen yamma kuma suna jin ƙishirwa ko kuma a hankali ga darussa masu amfani da ruhaniya waɗanda Indiya ta ƙware a kansu a tsawon tarihi.

Kimiyya ta ci gaba sosai a biranen Yamma, tana yin gagarumin ci gaba har ta kai ga buƙatun kayan mutane—mafaka, abinci, da tufafi—suna samuwa cikin sauƙi. Duk da haka, jin daɗin jiki da na zahiri ba su isa ba tare da jin daɗin tunani, kwanciyar hankali, da kuma jin daɗin ruhaniya ba.

Gado mafi girma da arziki a Indiya yana cikin hanyoyin ruhaniya da hanyoyin da masana ruhaniya na Indiya masu hangen nesa da wayewa suka gano tsawon ƙarni. Wannan gado ya ba da gudummawa kuma yana ci gaba da ba da gudummawa ga al'adun ruhaniya da kimiyya na ɗan adam.

Indiya ƙasa ce ta sirri, amma waɗannan sirri ne kawai da ke buɗe zukaƙansu ga waɗanda ke tausaya musu, waɗanda ke neman gaskiya da gaske da gaske.

Indiya tana da tsaunuka mafi tsayi da ban mamaki a duniya: Himalayas Darjeeling a arewacin Indiya galibi ana kiranta Switzerland ta Indiya dangane da kyawun halitta mai ban sha'awa. Hakanan tana da tsoffin gine-gine na gidajen sarauta na musamman, kagara, da manyan gidajen sarauta a Delhi, da kuma faɗin Kogin Ganges da tsaunukan Himalayan, tare da kogonsu da wuraren hutu don tunani da tunani kan hasken allahntaka da hikima.

Birnin Agra da ke Indiya yana alfahari da ɗaya daga cikin abubuwan al'ajabi na duniya, Taj Mahal, kololuwar fasahar gine-gine da kuma kyawawan mafarkin ɗan adam, wanda aka lullube shi da marmara mai kyau da alabaster, wanda ke dawwama ga ƙaunar ɗan adam.

Indiya kuma tana da dazuzzuka masu duhu da kuma dazuzzuka masu yawa inda damisa da zakuna ke yawo.

Indiya kuma tana da sararin samaniya mai shuɗi wanda ke kara kyau da kyau a lokacin faɗuwar rana lokacin da hasken rana ya koma tarin harshen wuta mai kama da lemu.

Indiya kuma tana da nau'ikan 'ya'yan itatuwa da kayan lambu na gabas marasa adadi da kuma nau'ikan mutane da yawa, waɗanda duk suka haɗu suka sanya Indiya ta zama tukunya mai ban mamaki, mai ban mamaki, kuma wacce ba za a manta da ita ba.

Indiya kasa ce mai manyan bambance-bambance, inda dukiyar banza ke wanzuwa tare da talauci mai tsanani, kuma inda kololuwar tsarkin ilimi ke rayuwa tare da rayuwa mai wahala ta yau da kullun. A Indiya, za ku sami Rolls-Royces da kekunan shanu, kamar yadda za ku sami giwaye a cikin kananan yara masu ado da manyan karusan da aka jawo dawaki.

A arewacin Indiya, muna samun mutane masu idanu masu shuɗi da gashi mai launin shuɗi, yayin da a kudu mafi zafi muke ganin fata mai duhu wadda zafin rana ya yi wa launi.

Daga farko zuwa karshe, Indiya hakika kasa ce ta abubuwan mamaki da sabani. Rayuwa takan zama abin mamaki idan ta bi hanya ɗaya. Amma a Indiya, mutum yana jin cewa rayuwa babbar kasada ce cike da abubuwan mamaki da sirri da ba a taɓa tunanin su ba.

Indiya ba za ta iya samun manyan gine-gine masu tsayi ko kuma kayan more rayuwa na zamani da suka wuce gona da iri da ke damun jijiyoyin ruhaniya ba.

Gaskiya ne cewa Indiya tana da nata kurakuran, kamar yadda dukkan kasashe ke da nasu kurakuran,

Amma Indiya tana da manyan gine-gine na ruhaniya: manyan giwaye masu tawali'u da gaskiya waɗanda za su iya

koya wa 'yan uwansu yadda za su fitar da cikakken farin ciki na ruhaniya daga kowace irin yanayi na rayuwa.

Wadannan Sufi masu tushe na kimiyya, wadanda suka san gaskiya da gaskiya ta hanyar kokarinsu da gogewarsu, za su iya taimaka wa wasu su habaka fahimtarsu da kuma fitar da ruwan salama da gamsuwa mai dadi daga kasan rayuwarsu ta yau da kullun.

Wahayi mai ban mamaki a lokacin faduwar rana

Malamin mai hikima Paramhansa ya bayyana hangen nesansa kamar haka:

Daga baranda ta, na kalli yamma, kuma a kan fikafikan tunani, na tashi zuwa gabar sararin samaniya mai nisa. A dama da hagu na, na ga tsaunuka biyu wadanda ba da dadewa ba suka rikide zuwa launin shunayya mai ban mamaki. Lokacin da na sake dubawa, wani hannu da ba a gani ya lullube su da wani mayafi mai launin shuɗi mai zurfi. A bayana birnin Guadalajara ne, cike da duhun faduwar rana. Saman gabas yanzu an kawata shi da launuka masu laushi na ruwan hoda. Ina kallon gaba, idanuna sun ga wani birni mai ban mamaki na tsibirin shuɗi yana shawagi a cikin tafkin zinare.

A cikin wannan tsibiri mai cike da tsibirin shuɗi masu ban mamaki, wani babban tudu na dutse mai launin shuɗi ya tashi, kewaye da gajimare masu launin toka-fari wadanda ke fitar da geysers na lava mai launin ja-zinariya mai wuta, suna juyawa kamar bakan gizo zuwa ga tafkin mai natsuwa. Harshen wuta mai karfi na zinariya ya lullube tsibirin shuɗi a cikin hasken haske mai haske.

Kololuwar shuɗi da rawanin wuta sun yi kama da tagwaye a saman wannan tafkin zinare mai shiru. A gefen dama, wani karamin tafki mai natsuwa yana walkiya, a kan

kirjin ɗaya daga cikin tsibirar shuɗi kamar cikakken wata yana iyo a tsakiyar rakuman gajimare

Na daɗe ina yawo a cikin birnin faɗuwar rana da gajimare masu kama da aljanu, ina shawagi a saman tafkin da haskensa mai laushi na zinariya. Kuma yadda waɗannan ruwan zinare masu ɗauke da jajayen kankara suka yi kyau a kowace hanya zuwa karshen har abada.

Na yi tunanin cewa kananan kwayoyin haske ruhohi ne masu alheri a wannan duniyar, kuma bayan sun shawo kan dukkan gwaje-gwajen rayuwa cikin nasara, an bar su su yi yawo su kuma su cika mafarkinsu kamar yadda suka ga dama Kowace rana da faɗuwar rana, waɗannan kwayoyin za su tattara mafarkansu na sama a cikin biranen da ba su da tabbas waɗanda ke kewaye da tekuna da tafkunan zinare. A can, bayan kamawar bakin ciki da kuma bayan tarkon wannan duniyar ta duniya tare da dukkan bala'o'i da radadinta, fiye da duk wata wahala, waɗannan halittu sun sha jajayen haske, sun sha ruwan lemu, kuma sun yi yawo sun kusanto, suna yawo suna iyo a tsakiyar teku mai haske masu launuka daban-daban.

A nan, waɗannan tsuntsayen za su cika burinsu kuma su bayyana mafarkinsu nan take kamar yadda suke so, sannan su wargaje su bace bisa ga nufinsu.

A nan, waɗannan halittun sun ji daɗin taskokin gamsuwa da gamsuwa, kuma sun ba wa duk waɗanda suka ziyarce su a cikin duniyarsu mai ban mamaki da sihiri karimci.

A nan, ba dole ba ne ta jira da fata kamar mutane domin burinta ya cika kuma burinta ya cika, amma ta yi mafarkin yadda take so kuma ta cimma duk waɗannan mafarkin da buri da nufinta.

Wannan birnin faɗuwar rana a Tsibirar Mafarkai mafarki ne da ke boye a cikin zurfin tunanina, kuma a yau ya zama gaskiya Hakika, na hango boyayyun taskokin raina, kuma haskensa ya lullube ni, haskensa ya haskaka ni!

Salam alaikum barka da warhaka

Fitilun masu haske

Muna yabon Allah da kuma gode masa bisa baiwar kowace sabuwar shekara da kuma fatan alheri da alkawuran cikawa da yake kawo mana Babu wani iko mafi girma fiye da addu'a ta gaskiya da zuciya ɗaya don mu haɗu da Allah, mu kawo sauye-sauye masu ban mamaki a rayuwar mutane da kuma a cikin yanayin duniya, da kuma cimma zaman lafiya da .'yan'uwantaka ta ɗan adam Muna addu'ar Allah ya sa addu'o'in mutum ɗaya na gaskiya, fahimta mai girma, da kuma ilimi mai girma su rikide su zama ikon ruhaniya mai albarka wanda ke kawo canji na gaske a kasa

Ya Ubangiji, ka albarkace mu, domin haskenka da haskenka su jagorance mu a kan hanyoyi, domin mu farkar da kaunarka a cikin zukanmu da zukan wasu, mu kuma ɗauki fitilun haske mai rai mu yi amfani da baiwarmu a cikin .abin da zai faranta maka rai kuma ya amfanar da mutane

Ka taimake mu mu samar da hanyoyin da za su taimaka
wa wasu da kuma rage musu wahalhalu da wahala, domin
godiya gare Ka muke da ikon taimaka wa bil'adama da
.kanmu

Mun yi albarka domin mu tausaya wa waɗanda ke cikin
wahala
Muna yada kyawawan ra'ayoyi da manufofi a duk faɗin
duniya
Bari zaman lafiya da 'yan'uwanci su zama abin da za a
iya rayuwa a kai
"Kamar yadda yake a sama, haka yake a duniya"

Salama tana ɗaya daga cikin sunayen Allah}
Maɗaukaki, waɗanda Ya sanya a Duniya, don haka ku yada
{ta a tsakaninku

* **

Daya daga cikin ɗaliban ya gaya wa malamin
Paramhansa cewa yana ganin yana da wuya ya maye gurbin
halayensa masu cutarwa da waɗanda ke da amfani kuma ya
:nemi shawara a gare shi, don haka ya ce

Bai kamata ka yi watsi da begen samun ci gaba a kanka
ba

Mutum yana tsufa ne kawai idan ya fi yin kokarin yin
canji mai kyau

Wannan yanayin da ba ya tsayawa, a ganina, yanayi ne
"na ainihin "pyramid

Idan mutum ya ce "Ba zan iya canzawa ba" kuma ya
maimaita shi akai-akai
Na ce masa: "To, tunda ka yanke shawarar zama haka,
"ka zauna a inda kake

Ko menene halin da mutum yake ciki a yanzu, zai iya
canzawa zuwa mafi kyau ta hanyar horar da kansa, abinci
.mai kyau, da kuma bin ka'idodin lafiya

Me yasa kake ganin ba za ka iya canzawa ba? Tsayawa
a hankali shine boyayyen dalilin rauni Kowa yana da halaye
da ke iyakance ci gabansa Waɗannan halaye ba Allah ya
sanya su cikin yanayin ɗan adam ba, amma na ɗan adam
ne. Waɗannan su ne kurakuran da dole ne ka kawar da su,
kuma za ka iya

Ka tuna cewa halayen mutum ba komai bane illa
.bayyanar tunaninsa na ciki

Idan ka yanke shawarar canzawa, abubuwa da yawa za
su haɗu don tallafa maka da kuma karfafa shawarwarinka
.masu kyau

Kuma da taimakon Allah

Lambun Sabuwar Shekara

Amsoshin shekarar da ta gabata, tare da bakin ciki da
dariyarta, sun bace

Ga kuma sautin wakar Sabuwar Shekara tana rera waka
:mai karfafa gwiwa, tana shelar bege, da kuma radawa

"Sake kirkirar rayuwarka daidai"

Ka yi watsi da ciyayin tsoran da suka daɗe

Daga lambun da aka yi watsi da shi na baya, ya tattara
ya ceci tsaban farin ciki, nasarori, bege, tunani da ayyuka
.masu kyau, da kuma manyan buri

A cikin kasa mai raba a kowace sabuwar rana, shuka
wadannan tsaba masu karfi, ku shayar da su, kuma ku kula
da su har sai sun girma kuma sun cika rayuwarku da
.fa'idodin fure mai sauƙi

:Sabuwar shekara tana radawa

Ka farkar da ruhinka, kana cikin dabi'u masu kyau,"
kuma ka karfafa shi ya yi sabbin ayyuka masu amfani. Kada
ka daina kokari, kuma kada ka huta har sai ka sami 'yanci na
har abada ka kuma shawo kan karma (bin diddigin da kuma
".bin diddigin abubuwan da suka gabata)

Da zuciya mai wartsakewa da kuma cike da farin ciki
mai sabuntawa, bari mu yi murna tare mu yi tafiya hannu da
hannu zuwa ga gidan sama wanda ba za mu sake fita daga
ciki ba

Labarin nasara

Har yanzu ina tuna lokacin farko da na yi amfani da
karfin hali don taimaka wa wasu

Ni da ɗaya daga cikin abokaina yara kanana ne a
:lokacin. Wata rana na ce masa

"Za mu ciyar da mutane ɗari biyar (talakawa)"

"!Ya amsa da mamaki: "Amma ba mu da ko sisi ko ɗaya

Na tabbatar masa, ina cewa, "Aikin zai ci gaba duk da
".haka, kuma ina ganin kudin za su zo ta hannunka

Ya amsa da ba'a, "Wannan aikin yayi kyau! Wannan ba
"!zai yiwu ba

Jin tabbacin da nake da shi ya sa na ce: "Kada ka bata
wa mahaifiyarka rai ta kowace hanya, amma ka yi duk abin
".da ta umarce ka da shi

:Bayan kwana ɗaya sai ya zo wurina da gudu ya ce mini

Ina wanka ne mahaifiyata ta kira ni, ina shirin amsa"

mata da cewa, 'Kada ki dame ni yanzu yayin da nake wanka,' amma sai na tambaye ta abin da take so, sai ta ce in je in ga goggota wacce ke zaune kusa da gidanmu, don haka "'na ce mata: 'Ina ji kuma ina biyayya

Lokacin da na je ganin goggona, abin da ta fara faɗa"

min shi ne: 'Wane ne wannan mahaukacin yaron da kuke tare? Shin kun rasa hankalinku? Menene wannan aikin da na "'!?'ji game da inda ku biyu za ku ciyar da mutane ɗari biyar

Na yi fushi da ita na ce, "Dole ne in tafi yanzu," na fara barin gidanta. Amma ta dakatar da ni, tana cewa, "Abokinki yana iya zama mahaukaci, amma ra'ayinsa yana da kyau. Ka ɗauki wannan takardar kuɗi ta rupee ashirin" (wannan kuɗi ne mai yawa a farkon karni na ashirin)

Yaron ya yi mamaki sosai har ya kusa suma. Ya zo wurina da gudu nan take ya gaya mini labarin. Lokacin da muka je siyan shinkafa da wasu abubuwan da ake bukata don bikin, makwabta sun ji labarin shirinmu kuma sun ba da karin abinci. A karshe, mun ciyar da mutane dubu biyu !(2000)

Haka kuma wasiyyar ta yi caji da hasken rana mai tsarki, ta kirkiƙiri ɗakin karatu na farko da ta kafa, wato ɗakin .karatu na Saraswati da ke Calcutta

Idan ka kuduri aniyar yin ayyukan alheri, za ka cimma su idan ka yi amfani da himma mai karfi da tasiri. Ko

menene yanayin da kake ciki, idan ka dage, Allah zai kirƙiri
.hanyar da za ka cimma abin da kake so

Wannan ita ce gaskiyar da Yesu Kiristi ya ambata
lokacin da ya ce: “Idan kuna da bangaskiya kuma ba ku yi
shakka ba... to za ku iya ce wa wannan dutse, 'Matsa ka jefa
".kanka cikin teku,' kuma za a yi shi

Kuma a cikin hadisi mai girma: Idan ka kira Allah, ka]
[kuduri aniyar yin addu'a

Idan ka ci gaba da amfani da ikonka, komai cikas dīn da
ke tattare da shi, za ka iya cimma nasara, lafiya, da ƙarfi don
taimaka wa wasu, kuma sama da duka, za ka cimma jituwa
da Allah. Wannan shine ikon da dole ne a gina: ikon da ke
busar da tekuna na shakku da gazawa wajen yin alheri da
.cimma abin da ake fata

* **

Duba cikin zurfin halittarka mai haske, a can za ka sami
damar da ba ta da iyaka ta kyau, hikima, da tsarki

Muna roƙon Allah Maɗaukakin Sarki da ya yi maraba da
sabuwar shekara da ƙarfin gwiwa cewa kana da ikon
bayyana mafi girman yanayi a cikinka

Muhalli da sakamakon ayyukan da suka gabata sun
lulluƙe ka da wasu halaye, halaye, da halaye na musamman,
amma waɗannan kawai bayyanar dān lokaci ne, kuma a

karkashinsu akwai ainihin halinka - ruhi mai daraja - wanda
ke da cikakken 'yancin zaɓar fa'idodi da halaye da kake son
mallaka da kuma nunawa yayin da kake yin rawar da kake
.takawa a kan dandamalin wannan duniyar

Akwai buri na ruhaniya da ke motsawa a cikinka, suna
bugawa a cikin zukatanka, suna karfafa ka ka sanya su a
cikin ajandarka ta shekara mai zuwa? Idan amsar ita ce eh,
ka manta da abin da ya gabata, ka riƙe darussan da aka
koya daga gare ta, ka ci gaba da albarkar Allah don cimma
.abin da kake son cimmawa

Sun ɗauki kowace rana a matsayin wata sabuwar dama
ta sarrafa halaye da sha'awa marasa kyau, rayuwa cikin
kwanciyar hankali, ba da soyayya, da kuma yaɗa
.kyakkyawan fata da farin ciki a wannan duniyar

Da zarar ka farkar da nufinka na yin canje-canje masu
kyau da kuma tallafa masa da ayyukanka, ikon sararin
samaniya da ba a gani daga Ubangiji Mai Rahama zai fara
karfafa ƙoƙarinka. Da zarar ka dage kan kudurinka, ƙarfin
alheri zai ƙara girma da ƙarfi a rayuwarka—wannan doka ce
.ta Allah wadda ba ta canzawa ba

Rana ta farko na iya zama da wahala, amma rana ta
biyu na iya zama da sauƙi kaɗan, kuma rana ta uku ta fi
sauƙi Bayan 'yan kwanaki, za ku ga cewa nasara tana
yiwuwa. Kuma waɗanda suka dage suka ci gaba da
ƙoƙarinsu na tsawon shekara guda za su sami kansu a cikin
.canji

Ga wadanda ke da burin ruhaniya, muna cewa: Bari
sha'awar haɗuwa da Allah ta zama mafi girma a rayuwarku.
Ta hanyar tunani game da Allah da yin bimbini a kansa ne
muke samun tabbacin cewa yana kaunarmu har abada
domin mu nasa ne, ba tare da la'akari da matakan da muka
.ɗauka a hanyar da ba ta dace ba

Idan muka ji cewa ana kaunarmu ba tare da wani
sharaɗi ba, shin hakan ba ya motsa mu mu yi iya kokarinmu
mu kuma taimaka mana mu bar abubuwan da suka gabata
tare da duk gazawarsu da takaicinsu? Idan muka ji cewa ana
kaunarmu kuma akwai wanda yake kaunarmu, muna jin
.kwanciyar hankali kuma zukanmu suna farin ciki

Duk da dukkan ayyuka da ayyukan da muka yi, dole ne
mu ware lokaci don zurfafa cikin zurfinmu, mu binciki
kanmu, mu kuma wartsake rayukanmu da kaunar Allah da
.zaman lafiya

Idan muka kaunaci Allah kuma muka yi aiki da gaske
don faranta masa rai kowace rana, babu abin da zai iya hana
ci gabanmu na ruhaniya

Ku tuna cewa, abokaina, kuma da taimakon Allah, za ku
fuskanci farin ciki a cikin sabuwar shekara wanda wataƙila
ba ku taɓa mafarkinsa ba a da

* **

Tare da wasiyya da aka ɗora wa kuduri

Da cikakken amincewa da iyawar ruhin ɗan adam
Da imani mara misaltuwa ga Allah
Bari mu yi bankwana da wannan shekarar mu kuma yi
maraba da sabuwar shekara

Duk da sauye-sauyen da duniya ke fuskanta, da kuma
tasirin da waɗannan canje-canjen ke yi wa rayuwarmu, idan
muka duba bayan abubuwan da ke faruwa a kullum cikin
sauri da hikima da basira, za mu sami fahimta da kuma
koyon darussa

Kowannenmu yana da rawar da zai taka a matakin
lokaci, inda abubuwan da ke faruwa a yau suka rikide zuwa
.mafarkin gaba

Abubuwan ban mamaki da yanayin da ke tare da su
suna aiki ne da manufa ɗaya: su farka, ɗaya bayan ɗaya,
kyawawan halaye da ke cikinmu. Kowace gogewa da muke
fuskanta tana bayyana karfin da ke boye a cikinmu don mu
.magance ta cikin hikima da inganci

Muna da manyan iyawa da Allah ya sanya a cikinmu,
kuma idan aka kunna su, suna zama tushen albarka mai
mahimmanci a rayuwarmu

Ko da yanayi na waje ba koyaushe yake karkashin
ikonmu ba, koyaushe za mu iya zaɓar abin da muke son
zama a cikin kanmu, inda mabudɗin ci gabanmu da ci gaban
ɗan adam yake

Kowace rai da ke son 'yanci dole ne ta yi alkawarin canji
da kyau, kuma lokaci mafi dacewa shine yanzu, lokacin da
aka mayar da hankali kan yanke shawara da kuma sadaukar
da kai ga canji

Bai kamata ɗan adam ya zama wani abu mai tarihi ba,
wanda ba zai iya sabunta tunanin mutum da ruhaniya ba.
Dole ne a farkar da halayen jarumtaka da ke cikinmu,
.sannan a kawar da nauyin tsoro da rashin tabbas

Idan mutum ya gamsu da kansa cewa Allah yana
kaunarsa kuma yana tare da shi a koyaushe, abin da ya
gabata ba zai iya ɗaure shi ba ko kuma abin da zai faru a
.nan gaba don tsoratar da shi

Bayan hasken rayuwar ɗan adam akwai harshen wuta
na allahntaka
Bayan hasken tunanin ɗan adam, babban hasken Allah
yana haskakawa
Bayan rakuman hankali mai zurfi akwai babban teku na
ilimin duniya
Bayan kaunar ɗan adam tana motsa kaunar allahntaka
wadda ke cika zuciya kuma tana gamsar da sha'awarta

Abu ɗaya da ba ya canzawa a duniyar da ke cike da
sauyi da canji shine dangantakarmu da Allah

Bari babban shawara ta kasance a karfafa wannan
dangantaka mai albarka da kuma rayuwa cikin jituwa da mai
bayarwa mafi karimci, mai rai, karfi, kauna, da farin ciki

Domin mutum ya san Mahaliccinsa a cikin kadaici da
zurfin tunani

Ya kamata ya tambayi kansa kowace rana ko yana
daidaita rayuwarsa da dokokin gaskiya da kauna, waɗanda
.su ne dokokin allahntaka na sararin samaniya

Mu rike zaman lafiyar Allah a cikinmu
Bari mu saurari muryar lamiri
Mu faɗaɗa tausayinmu don haɗa da wasu

Da tunaninmu mai kyau da ayyukanmu masu jituwa, za
mu iya karfafa karfin alheri wanda, ta wurin alherin Allah, zai
.iya kawo sauye-sauye na asali a wannan duniyar

* **

A yau mutum zai iya tabbatar wa kansa cewa zai bi
hanya madaidaiciya, amma gobe zai iya kauce wa hakan ya
.kuma ga yana son yin watsi da shawarwarinsa masu kyau

Bai kamata a yarda da raunin rayuwarmu ba Duk wanda
zai iya tsayawa tsayin daka kan ka'idodinsa duk da duk wata
jaraba da tasirin waje yana kan hanyar samun 'yanci, kuma
duk wanda ya dauki hikima a matsayin hasken jagora zai
.shawo kan ruɗani, kuntatawa, da cikas na rayuwa

Mutane masu hikima suna rike da hikimarsu har zuwa
karshe kuma suna fuskantar rayuwa da karfin hali da

bangaskiya mara misaltuwa, komai irin yanayin da za su
fuskanta

Duk wanda ya bar wasiyyarsa, ya mika wuya ga
yanayinsa, ya kuma daina yin kokari, ya la'anci kansa kuma
.lokaci zai wuce shi

Mutum shine wanda ke kula da halayensa na daidai da
na marasa daidai, kuma idan ya ce, "Ba zan iya canzawa
ba," yana la'antar kansa ga gazawa

Idan mutum ya tabbatar wa kansa cewa yana da karfi
da 'yanci duk da hare-haren miyagun halaye da tunani mara
kyau, kuma ba zai daina kokarin yin abin da ya fi kyau ba,
yana buɗe hanya ga karfin kyawawan halaye da ke cikinsa
.su zo su taimake shi su kuma tallafa masa

Komai kuskuren da mutum zai yi, dole ne ya binciki
rayuwarsa ya kuma yi kokarin taimaka wa kansa da kuma
yin abin da ya dace, kuma duk wani mummunan aiki za a
.mayar da shi zuwa ayyukan alheri da taimakon Allah

Daga Taskar Tarihi: Fushi da Tunawa da Giwa

Wadanda ke son kwanciyar hankali na ciki dole ne su
fahimci yadda ake haifar da fushi kuma sau da yawa yana
haifar da mummunan sakamako

Saboda rashin daidaiton cikin gida da fushi ya haifar,
mutane da yawa sun koma ba tare da son ransu ba zuwa
masu laifi da masu kisan gilla

Hana sha'awa yana makantar da hankali Idan hazo na
sha'awa ya mamaye tunanin mutum, sai ya rasa hankalinsa
ya kuma yi aiki ta hanyar da ba ta dace da mutum mai
.daraja ba

Rashin hankali yana rikitar da fahimta ta asali wadda ita
ce babbar hanyar da ke bayan duk wani aiki mai kyau da
kyakkyawar niyya

Idan sitiyyarin motar kwakwalwa ta mutum ya lalace,
babu makawa zai yi hatsari kuma zai iya samun kansa cikin
.ramin ciwo da wahala

Misali: Mijin yana tuki cikin farin ciki, kuma a kan
hanyarsa ta zuwa wurin shakatawa, matarsa ta roke shi ya
canza hanya ya je gidan iyayenta maimakon wurin
.shakatawa, kuma a nan farin cikinsa ya koma fushi

Na zabi wannan misali ne saboda abu ne da ya zama
ruwan dare a al'ada, sakamakon shine ko dai miji ya ki
bukatar matarsa ko kuma ya yarda da fushi da rashin jin
dafi, kuma wannan shine abin da ke faruwa gabaɗaya. A
duka al'amura biyu, fushi ya mamaye, yanayi ya yi tsami,
.kuma zaman lafiya ya dagule

A wasu lokuta, fushi na iya rikidewa zuwa bala'i ga
wadanda ke da zafin rai. Fushi na iya shafar tunawa, ko

direban zai iya mantawa da tuki da kyau da kuma kulawa, ko
kuma ya yi sakaci da lura da alamun zirga-zirga, wanda zai
.haifar da karo ko kuma, Allah ya kiyaye, mutuwa

A karshe, fushi yana kulle sitiyyarin nufin a cikin karusar
rayuwa kuma yana hana shi cimma burinsa na zahiri da na
.ruhaniya

Tunawa da Giwa

Malaman da ake kira "tunawa" kyauta ce daga Allah ga
ɗan adam, kuma wannan babbar albarka ce! Ana kuma ba
dabbobi tunawa; ba tare da ita ba, ba za su iya gane
'ya'yansu ba. Wasu dabbobin suna da kyawawan abubuwan
tunawa, kamar yadda labarin da ke gaba game da giwa ya
.nuna

Yayin da wata babbar giwa ke jigilar katako, kamar
yadda giwaye da yawa da aka horar a Gabas suke yi, wani
.yaro ya kusance ta, ya soke ta da allura a jikinta, ya gudu

Shekara guda bayan wannan lamarin, kuma wannan
giwar ta ci karo da wannan yaron a kan hanya. Lokaci ne mai
kyau ga giwar ta ɗauki fansa. Don haka, ta naɗe gangar
jikinta a jikin yaron ta jefar da shi a ɗayan gefen titi da karfi.
.Don haka, dabbobi suna da abubuwan tunawa

Na yi mafarkai da yawa, kuma yanzu ina farkawa kuma
a kan bagadin raina ina kunna kyandirori na tunawa da kai
koyaushe, ya Allahna

Da idanuna, wadanda murfinsu ya bar barci, ina kallon
kyakkyawar fuskarki da jin dadin ganin haskenta masu tsarki

Kuma da yardarka na fahimci wannan lafiya da rashin
lafiya

Rayuwa da mutuwa

Duk nau'ikan mafarkai ne

Na gama karanta littafin "Mafarkai da aka Zana a
"Launuka Masu Haske
A kan labulen mafarki masu walkiya

Kuma yanzu ina ganin kai kadai ne gaskiya a rayuwa

Ci gaba da buɗe hanyoyin

Yawancin mutane ba sa tunani sosai game da Allah har
sai sun fuskanci matsaloli masu tsanani, sannan suna
tsammanin zai shiga tsakani ya cece su daga halin da suke
.ciki

Daya daga cikin wadanda suka waye ya ce: "Idan ba ka
gayyaci Allah ya zama baƙonka a lokacin bazara na

rayuwarka ba, ba zai zo gare ka a lokacin hunturu na
".rayuwarka ba

Wannan ba yana nufin Allah ba ya son taimaka mana
ba, yana son ya mika hannun taimako ya cece mu daga
wahalar da muke sha. Duk da haka, idan muka rayu tsawon
shekaru da yawa a hanyar da ta saba wa dokokinsa, kuma
ba mu yi magana da shi cikin tunani ba, hankali zai cika da
tarin ruƙu, kuma hanyoyin sadarwa da Allah za su toshe ta
hanyar tsoro, sha'awar son kai, canjin yanayi, fushi, taurin
kai, munanan halaye, da rashin kyau. Don haka, babu wata
.hanya a buƙe da taimakon Allah zai iya zuwa gare mu

Idan muka kasa shirya tunaninmu da kuma ci gaba da
bude hanyoyin, ba za mu iya fuskantar - da kuma shawo kan
- matsalolin da za su ratsa kowace hanyarmu a lokacin
.tafiyar rayuwarmu ba

An ce wani mutum da yake kaunar Allah ya same shi ta
hanyar faɗin sunansa mai albarka da zurfin tunani da kuma
kauna mai zurfi, ba tare da la'akari da abin da yake yi ba. Ya
fara wannan aikin tun yana yaro kuma ya ci gaba da yin sa
.da himma har ma ya furta sunan Allah a cikin barcinsa

Yayin da yake girma, zai ratsa dazuzzuka masu yawa da
ke cike da damisa masu mugunta, macizai, kunamai, da
kwari masu guba, ba tare da ya saka komai ba sai yadi da
.takalma

Mutane suna mamakin karfin halinsa kuma suna
tambayarsa cikin mamaki: "Shin waɗannan dabbobin da ke

da mugun nufi da kwari masu cutarwa ba su taɓa cutar da
:kai ba?" Zai amsa

Hakika, ban taɓa samun matsala ba, domin koyaushe"
ina ɗauke da sunan Allah tare da ni kuma wannan shine
"kariyata

Haka kuma za mu iya gane cewa kariyar Allah ta
kewaye mu. Yana nan a koyaushe don rage mana
wahalhalunmu da kuma taimaka mana mu shawo kan
matsalolinmu, amma dole ne mu ci gaba da karɓar
albarkarSa, ta hanyar tunaninSa, yin addu'a gare Shi, da
kuma yin mu'amala da Shi a cikin zukanmu yayin da muke
.gudanar da ayyukanmu

Idan muka yi haka, za mu iya jure wa guguwa, kuma
matsaloli masu wahala da rikice-rikice masu tsanani ba za su
iya kayar da mu ko karya kudurinmu ba

girman kai na ruhaniya

Tawali'u shine babban fa'ida a tafarkin ruhaniya, kuma
gina tawali'u yana hanzarta kuma yana kare ci gaban kai

Tawali'u ya kamata ya zama ginshikin da mai neman ya
gina rayuwarsa ta ruhaniya a kai idan yana son cimma
burinsa, wanda shine ya kasance cikin jituwa da Allah da
.kuma jin kasancewarsa

Duniya tana karfafa yin alfahari da nasarori, dukiya, da matsayi, da kuma kokarin samun amincewa da yabo daga wasu, amma mai neman dole ne ya mayar da hankalinsa daga karamin kai, "girman kai," zuwa babban kai

Tawali'u na gaske yana nufin sanin da tabbaci cewa Allah yana cikin komai, da kuma kwar da burin gamsar da girman kai ta hanyar haɓaka babban buri don samun .tagomashin Allah

Haka kuma yana game da barin son kai ta hanyar gina kaunar Allah da kuma komawa ga Allah, wanda shine tushen duk abin da muke nema da kuma kokarin cimma ko samunsa

Girman kai na ruhaniya jaraba ce bayyananna, kuma mai nema dole ne ya yi taka tsantsan da wannan wahalar domin yana boye duk wani fahimta game da Allah ko .yiwuwar yin magana da Shi

Sai dai idan almajiri ya yi kokari da gaske don ya sami tawali'u, zai kasance cikin haɗarin faɗawa tarkon rufi da .tarkon girman kai

A gaskiya ma, mutum zai iya shawo kan rauni da yawa kuma ya sami babban ci gaba a hanya, duk da haka yana iya faɗuwa saboda jarabar girman kai

Ubangijin Duniya kuma Mai Duba Lamiri Ya san abin da
ke cikin zukata, kuma waɗanda ke alfahari da ruhinsu za su
.rasa shi

Waɗanda suke alfahari da abubuwan da suka fuskanta a
ruhaniya suna batar da girman kansu, ko kuma a wata
ma'anar, suna fara tunanin kansu a matsayin na
.musamman, kuma suna iya rasa albarkar da suka samu

Wanda girman kansa ya mamaye ni'imomin Allah da ke
cikinsa ta hanyar amfani da baiwar ruhaniya, sannan Allah
ya ba wannan almajiri darasi game da tawali'u ta hanyar
janye ni'imominSa daga gare shi har sai ya sami fahimtar
ruhaniya kuma ya gyara tafarkinsa. Amma Yana yin haka ne
saboda kauna, domin lokacin da zuciyar almajirin ta buɗe ga
Allah da dukkan tawali'u, ya fahimci cewa ya dogara ga Allah
.gaba ɗaya, to ya sami cikakken alherin Allah

Lokacin da rayuwar almajirin ta cika da tawali'u,
kamshin tawali'u yana jawo kulawar Allah, albarka ta sauko
wa almajirin, kuma rayuwarsa ta cika da zaman lafiya da
.kauna

Yanayin ɗan adam

Tunani ba shi da iyaka, kamar yadda duk wani fanni na
karatu ko kwarewa, da zarar ka sanya hankalinka ga wannan

abu, zai tafi har abada zuwa wannan alkibla. Haka kuma
hikima ko bayanin da za ka iya amfani da shi da kuma
.amfana da shi ba shi da iyaka

Shin kun san, abokaina, kowannenku yana fassara
wadannan kalmomin ta wata hanya daban da ta wasu?
Dalilin shi ne cewa tsarin tunani ya bambanta daga mutum
ɗaya zuwa wani

Domin kowane mutum yana da bambanci a yanayinsa
da yadda yake tunani, martaninsa da martaninsa a kowane
yanayi sun bambanta da na kowa. Yanayin zuciyarsa shine
jimlar tunaninsa, ji, martani, da kuma kwarin gwiwarsa -
kuma wadannan, bi da bi, suna tantance yanayin
.maganadisu, ko ikon jan hankalin da suke da shi

Magnetism shine babban karfin da za ku iya jawo
hankalin abokai, tausayin abokantaka, da kuma kyakkyawar
niyya

Duk muna son a lura da mu kuma a yi la'akari da mu;
babu wanda yake son a yi watsi da shi ko a manta da shi.
Har ma yara suna yin wasu abubuwa da gangan don kokarin
.jawo hankali

Muna kuma son a kaunace mu kuma a yaba mana.
Amma nawa daga cikinmu ke ba wa wasu irin fahimta da
?kulawa da muke ganin sun cancanta daga gare su

Muna tausaya wa kanmu sosai kuma muna yafe wa
kanmu kurakuranmu, yayin da muke shirye mu soki da kuma
yin Allah wadai da kurakuran wasu

Za mu iya tsayawa a gaban wasu mu gaya musu duk
.kurakuranmu tun muna yara? Amsar ita ce a'a

Amma sai dai idan mun koyi kyawawan halaye, ba za
mu iya nuna wa wasu yadda za su yi kyawawan halaye ba

Ba mu da ikon yin hakuri da raunin wasu idan mu
.kanmu muke shan wahala daga gare su

Duniya cike take da mutanen da ke son gyara wasu
amma ba kansu ba Sai dai idan muka shiga cikin kimanta kai
mai ginawa, kwanaki da shekaru za su shude ba tare da mun
.canza ba

Abin da muke bukata shine gyaran kai, domin idan
muka gyara kanmu za mu iya gyara dubban mutane ta
.hanyar kyakkyawan misalinmu

Hakika, ayyuka suna magana da karfi fiye da kalmomi

* **

Ana sabunta wahayi na ruhaniya koyaushe kuma suna
kawo musu salama da farin ciki

Sanin ruhaniya yana farawa ne kamar iska mai laushi
sannan ya kara karfi har sai ya zama iska mai albarka wadda
ke share tarkacen jahilci, tarkacen mugunta, da tarin son
.kai

Akwai alamu masu karfafa gwiwa da ke bayyana a cikin
sha'awar da ake da ita na karuwar masu sha'awar wayewa
don tashi zuwa matakin jituwa da fahimtar ruhaniya a duniya

Gwargwadon yadda muke cikin jituwa da rakuman
salama, za mu kara fahimtar yanayin ruhaniyarmu da kuma
alakarmu da tushen allahntakarmu

Soyayyar Allah tana tsarkake tunani
Yana share motsin rai
Kuma suna farkar da sani

Hikimar Allah tana da zurfi, mai sauki, kuma mai
ɗaukaka, kuma duk wanda ya dace da ita yana da kamfas
na ciki wanda ke nuna masa hanya madaidaiciya don kada
ya bace

Hikimar Allah da kaunar Allah suna kusa da mu kamar
.yadda tunaninmu ya ba su damar kasancewa tare da mu

Kamar yadda janareta guda ɗaya ke ba wa fitilun birni
wutar lantarki, haka nan waɗanda suka yi daidai da Allah
suke samun makamashi mai haske wanda ke taimaka musu
wajen kawar da duhun da ke cikin zukatansu da kuma
.kewaye da su

Wadanda suke kaunar Allah da gaske kuma suke
daidaita rayuwarsu da dokokin duniya suna fuskantar yalwar
karfi, zaman lafiya, da albarka

Muna rokon Allah Madaukakin Sarki da Ya azurta mu da
albarka da kuma mafificin wahayi
Kuma Allah Ya cika mana kudurinmu da kuzari da iyawar
yin aiki mai amfani da kuma yin hidima ba tare da son kai ba
Kuma mu rayu cikin tunawa da Shi koyaushe tushen
dukkann alheri, alheri, da wanzuwa

Daga taskar tarihi: Labarin bishiyar fatan alheri

Tun da daɗewa, wani bawan Allah mai suna Harry ya
zauna a Hindustan kuma ya shafe shekaru da yawa yana
yawo a cikin Himalayas yana neman wata bishiya mai suna
.Wish Tree

Tatsuniya ta ce waɗannan bishiyoyi masu ban mamaki
ana samun su ne kawai ta hanyar masu sihiri a matsayin
lada saboda son kai da kuma tsauraran ayyukan ilimin
ruhaniya. Ana cewa waɗannan bishiyoyi suna da ikon biyan
bukatu da sha'awar duk wanda ke zaune a karkashin
.rassansu

Bahaushen Harry ya ji a ransa cewa ya cancanci samun
wannan bishiyar saboda tsawon lokacin da yake yi yana yin
ayyuka daban-daban na tsuke bakin aljihi, da kuma wahalar

da yake sha da son rai, da kuma jajircewarsa ga tsauration
.ɗabi'un da ya kafa wa kansa

Amma duk da waɗannan abubuwan ruhaniya, akwai
darussan da ya koya tukuna. Duk da yake yana son ilimin
.Allah, yana kuma da wasu kananan sha'awa

Daga cikin waɗannan sha'awar akwai sha'awar neman
Bishiyar Bukata. Hanyoyin tsaunuka masu tsauri sun gaji
kafafunsa marasa motsi a cikin bincikensa na rashin
gajiyawa don neman abin da zuciyarsa ke so da kuma cikas
burinsa mafi zurfi. Jin daɗinsa na ciki koyaushe yana
tabbatar masa cewa za a biya masaburinsa, kuma itacen
yana jiran sa a matsayin lada ta halitta don kokarinsa na
ruhaniya, wanda ya zarce karfinsa da juriyar mutum na yau
.da kullun

Abokinmu ya yi gaskiya a cikin fahimtarsa. A ɗaya daga
cikin kwaruruka a cikin Himalayas, ya sami wata bishiya mai
ganye mai faɗi, wanda, godiya ga fahimtarsa ta ruhaniya,
nan da nan ya gane a matsayin taska da ya daɗe yana nema
.kuma yake sha'awar samu

Nan take da matukar sha'awa, ya kusanci rassan
bishiyar da ke maraba ya zauna a karkashinta. Domin ya
fuskanci ikon wannan bishiyar ta musamman, Harry ya rufe
idanunsa ya ce wa kansa, "Idan wannan Itacen Bukata ne, to
"!bari ya zama babban sansanin soja a gare ni

Ba da daɗewa ba sai ga wani babban fada ya bayyana a
gefen bishiyar, kewaye da lambuna masu kyau cike da
.sabbins furanni, basil mai kamshi, da manyan bishiyoyi

Harry ya yi farin ciki da wannan mu'ujiza kuma ya cika
da farin ciki da aka biya masa burinsa mafi soyuwa, domin a
karshe ya sami Itacen Burin da ya dade yana nema. Bai jira
ba da dade wa kafin ya bayyana burinsa na gaba, yana cewa:
"Ina so in ga kungiyar mawaƙa kyawawan 'yan mata suna yi
mini hidima mafi kyau da dadi a kan faranti na zinariya, suna
zuba mini abin sha mai dadi fiye da kowace kwalaben azurfa
".a cikin kofuna waƙanda ke sheki kamar zinariya mai sheki

Cikin kiftawar ido, burinsa ya cika, domin ya sami teburi
a gabansa cike da abubuwa iri-iri masu dadi da aka yi hidima
a kan faranti na zinariya, da kuma kyawawan 'yan mata
suna ba shi abinci da abin sha iri-iri da suka dace da
.sarakuna da sarakuna

Bayan jin dadin liyafa mai cike da kayan annashuwa,
abokinmu ya fara duba sabon gidansa. Ya hau matattakalar
marmara mai gogewa ya yi yawo ta cikin ɗakunan da aka
.lullube da lu'u-lu'u masu haske

A karshe, bawan mu mai sa'a ya gaji da tafiya ya nemi
zaman lafiya da hutawa a ɗaya daga cikin ɗakunan bene na
ƙasa. Tagogin ɗakin da ke ƙasa sun yi inuwa da dogayen
.rassan bishiyar bege mai ɗaukaka

Yayin da yake kwance a kan gado kusa da taga, ya lura
cewa rassan bishiyar fatan sun toshe hasken, kuma ya ji
kaɗaici kuma tsoro ya ratsa zuciyarsa. Shirun ya katse ne
kawai da wasu sautuka, waƙanda ya yi mamakin suna fitowa
daga lambun ko kuma daga namun daji na daji waƙanda ke
.yawo cikin 'yanci a bayan bangon fadar

Ya ce wa kansa: Me zai faru idan ɗaya daga cikin
damisar daji ya sami damar shiga ta taga? A wannan
?yanayin, zai cinye ni kuma zai zama karshena a gare ni

Da zarar wannan tunanin tsoro ya faɗo masa a rai, sai
wani damisa mai tsoro ya fito daga taga, ya kama mai
tsoron, ya tafi da shi don ya cinye shi—hakika mummunan
.kaddara ce

Abin takaici, Harry bai fahimci cewa Bishiyar Wishe ba ta
bambanta tsakanin tunani mai kyau da mara kyau ba.
Manufarta kawai ita ce ta biya wa waɗanda suka ɗauke ta
muradinta. Hakika, Bishiyar Wishe ta nuna cikakkiyar siffar
tunanin Harry mai karfi, kuma wannan shine tunaninsa na
.karshe

Kowanne mutum yana rayuwa a karkashin bishiyar
burinsa, wanda ke cika dukkan burinsa. Wannan itace karfin
nufinsa. Ikon nufin ɗan adam, wanda yake nuna nufin Allah,
.yana da ikon cimma burin mutum da burinsa

Amma duk wanda bai san yadda zai sarrafa burinsa,
sha'awarsa, da tunaninsa ba, ya kamata ya gode wa
Ubangijinsa sau dubu domin tunaninsa marasa tarbiyya ba
sa cika nan take, in ba haka ba sha'awar daji za ta haifar da
kamannin damisa masu farauta da masu cin nama waɗanda
ke wargaza natsuwar rai, suna murkushe kashin farin ciki,
kuma suna mayar da wurin zaman lafiya na ruhaniya zuwa
.wurin zama mara amfani

Wannan darasi ne mai kyau na mai da hankali kan
tunanin mutum kan abubuwa masu kyau da nagari yayin da
yake zaune a karkashin rassan Bishiyar Fata, wanda ba
komai ba ne illa karfin zuciya da kuma karfin tunanin ɗan
.adam

Ya kamata mutum ya yi taka-tsantsan wajen mai da
hankali kan tsoro, gazawa, rashin lafiya, da jahilci, da kuma
tunani akai-akai, kada waɗannan munanan abubuwan su fito
kamar dodanni daga duhun da ba a sani ba su haifar da
manyar matsaloli waɗanda ke da wahalar magancewa ko
.sarrafa su

Tunani mara kyau yana cutar da mutumin da ke boye su
ne kawai; a maye gurbinsu da tunani mai kyau idan mutum
yana son alheri ga kansa da wasu kuma nasara tana zuwa
daga Allah

* **

Baya ga baiwa ta zahiri, Allah yana ba mu bangaskiya
da fahimtar ruhaniya

Kuma ga waɗanda suka juyo gare Shi suka dogara gare
Shi, Yana ba da mafi girman sani na Allah

Kyauta masu albarka sune waɗanda ke taɓa zukata,
suna canza taurarewar yanayi, suna farkar da rayuka daga
sakaci na ruhaniya, kuma suna karfafa sani da jituwa
.tsakanin membobin iyali ɗaya na ɗan adam

Wadanda suka san Allah ba wai kawai suna koyarwa ta
hanyar kalmominsu masu hikima da cikakken misali ba, har
ma suna ba mu kauna ta Allah mai tsarki da rashin sharadi.
A cikin hasken wannan kaunar, muna samun sabon hangen
nesa na babban karfinmu

Zaɓaɓɓun Allah sun zo wannan duniya domin su ba mu
ilimin alherinsa, kuma su nuna mana hasken ciki wanda ke
riƙe mu da hannu kuma yana jagorantar mu zuwa gidan
sama, domin zukanmu su 'yantu daga kowane irin bakin
ciki da duhun duniya, kuma suna karfafa mu, suna tabbatar
mana cewa muna da rabo a cikin gadon Allah kuma za mu
.iya sadarwa da sanin sararin samaniya

Yayin da mutum ya zama cikin jituwa da Mahaliccinsa,
zunubansa za su ruguje, rauninsa zai koma karfi, kuma ya
fahimci cewa ransa tsarkakakke ne a cikin ainihinsa kuma
.yana kusa da Allah

Lokacin da hasken allahntaka mai haske ya haskaka ga
wanda yake son sa, zai fahimci cewa ainihin allahntaka yana
wanzuwa a cikin kansa da kuma a cikin wasu, duk da
manyar labule da ke hana haskensa a cikin rayukan da ke
.karfashin kamawar ruɗu

Muna rokon Allah Maɗaukakin Sarki da ya ba mu
kyautar kyauta: jin daɗin da ke cikin saninmu na zaman
lafiya mafi girma, kauna mafi girma, da farin ciki mara
misaltuwa

Abin da kawai za mu yi shi ne mu juya da kauna da
kwarin gwiwa zuwa ga zuciyar duniya wacce kaunarta ba ta
da iyaka kuma wadda bayarwa ba ta da iyaka

Allah yana son ya albarkace mu ya kuma ba mu daga
falalarSa, amma dole ne mu buɗe zukanmu, mu saki
sha'awarmu, mu kuma mai da kanmu ga alherinsa mai
.yawa

Idan muka kira Allah da dukkan zukanmu, dukkan
cikas kamar damuwa, shakku, da tsoro za a kawar da su,
kuma muna jin kusanci da Allah da kusancinsa da mu

Muna yi wa kowa fatan alheri da albarka

Aminci ya tabbata a gare ku, abokanmu

Ka zama bako na har abada

Ya Ubangiji, ka shirya da ni a kan hanyoyi madaidaiciya
Kuma in motsa hannuna cikin ayyukan alheri

Albarkaci idanuna, domin su ga abin da ya kamata in
gani

Bari wahayinka ya ratsa cikin kalmomi na
Kuma ku yalwata alherinku ga wasu da kalmomi masu
daɗi da taushi na

Bari kamshinki ya fito daga furen raina
Kuma don jawo rayuka zuwa haikalin kasancewarka

Allah ka taɓa min zuciyata ka albarkace ta
Watakila zai kasa yin zaman lafiya da kowa kuma ya
kasance cikin jituwa da kowa

Yi aiki ta hanyar ra'ayoyina
Zan iya kawo wasu zuwa ga maɓuɓɓugar salamarku

Ka zama bako na har abada
Kuma ku zauna a cikin haikalin natsuwa da farin ciki na

Ba zan taɓa mantawa da kai ba, ya Ubangiji
Ba zan bi hanyoyin rayuwa ba idan babu ke

Na ɓace a kan hanyoyin lokaci
Ka nuna min hanya ka dawo da ni gare ka

Ka ba ni sha'awar motsin rai mai yawa
Kuma a cikin sautin sadaukarwa mai rai a gare ku
Bari in ji muryarka mai albarka

* **

:Malam in ya ce, yana karfafa ɗaya daga cikin ɗaliban

Yin tuntube da fadawa cikin tarkuna marasa kyau rauni
.ne kawai na ɗan lokaci

Kada ka yi tunanin cewa ka bace a cikin mawuyacin hali
na rayuwa kuma ba za ka iya sake samun hanya ba. Wannan
kasa da ka fadfi a kanta za a iya amfani da ita a matsayin
tallafi da tushe don sake tashi, idan ka koya daga abubuwan
.da ka fuskanta

Idan ka gano takamaiman kurakurai a rayuwarka kuma
ka yanke shawarar kada ka sake maimaita su, koda kuwa ka
sake faduwa, tasirin wannan faduwar zai yi kasa da yadda
.ba ka yi kokarin yi ba kwata-kwata

Bai kamata mu yi tsammanin samun nasara a duk
kokarinmu ba

Wasu daga cikin yunkurinmu na iya gazawa, amma
wasu yunkurin za su yi nasara

Ku sani cewa nasara da gazawa suna da alaƙa; babu
wanda zai iya wanzuwa ba tare da ɗayan ba. Saboda haka,
bai kamata mu zama masu girman kai ko masu girman kai
ba idan muka cimma babban nasara, kuma bai kamata mu
.karaya ko kuma mu karaya ba idan muka fuskanci gazawa

* **

An ce wani shahararren farfesa ya rayu mafi yawancin
rayuwarsa cikin rashin lafiya kafin ya kai shekaru arba'in, ya
sha fama da matsalar jijiyyoyi sau biyu kuma ya kamu da
.mummunan yanayin zuciya

Ya yi masa wahala sosai ya ci gaba da aikinsa, kuma
yanayinsa ya tsananta yayin da kwanaki ke shudewa har sai
da ya fuskanci matsananciyar wahala wajen tafiya da bayar
da darasi, domin karamin motsi na jiki yana sa shi jin zafi
.mai tsanani da kuma jin shaka

A karshe - Allah ya sa rayuwarka ta dade - likitocinsa
sun gaya masa cewa kwanakinsa sun kusa karewa, kuma
binciken likitoci ya kara masa jin rashin taimako da yanke
kauna

Ba da dadeba ba bayan haka, ya halarci wani biki na
ruhaniya mai ban sha'awa wanda ya sa ya ga abubuwa daga
wani sabon ra'ayi, kuma ya ji kusanci da Allah

A wannan rana da rana ya tafi yawo ya shiga wani dajin
pine ya zauna a kan wani itace domin ya huta, sai ya ga
yana addu'a da dukkan ransa, yana rokon Allah daga
zuciyarsa ya warkar da shi ya kuma 'yantar da shi daga
.nakasa ta jiki

Sai ya roki Allah ya zo gare shi, ya karfi rayuwarsa, ya
kuma gyara yanayin jikinsa

Ya ce game da wannan: "A can cikin daji, ina da alaƙa
da Allah, kuma na ji cewa kowace ƙwayar halitta a jikina
"tana rawar jiki da kasancewar Allahntaka

Bayan 'yan kwanaki, ya sami damar hawa dutse, wani
aiki da bai taɓa yi ba a da. Ya ce game da wannan: "Lokacin
da na isa saman dutsen, jin tsoro da rauni sun ɓace mini

kuma ban sake jin su ba Tun daga lokacin, na ji kamar
".sabuwar zuciya tana bugawa a kirjina

Kuma hakan ya faru a zahiri, yayin da ya shahara da
kuzarinsa, kuzarinsa, da kuma yawan rubuce-rubucensa na
adabi, kuma ya rayu kusan shekaru arba'in bayan gano cutar
.daga likitocinsa

Sau da yawa, idan muka ga mun tilasta wa kanmu mu
canza hanyoyin tunani da ayyukanmu—ko dai saboda
bukata ko azaba—mukan miƙa wuya ga Allah mu fara
sabuwar rayuwa. Tsarin kirƙira zai fara, kuma ƙarfin rai yana
gudana ba tare da wata sharadi ba zuwa cikin tunaninmu da
jikinmu. Saboda haka, canjin ruhaniya na gaske yana faruwa
.a lokacin mawuyacin wahalar tunani ko ta jiki

Akwai addu'a mai suna "Addu'ar Barin Rai" inda mai
:addu'a yake cewa

Ya Ubangiji, a wannan lokacin ina fuskantar wannan"
matsala, amma sakamakon yana hannunka, Allahna
kaunatacce Umarninka ne, kuma zan karɓi nufinka kuma in
".gamsu da abin da kake so a gare ni

Hakika, yana da wuya mutane da yawa su yi addu'a da
gaske ta wannan hanyar, domin yana nufin barin son kai da
sha'awar "girman kai," kuma wannan yana daya daga cikin
abubuwa mafi wahala ga mutum Duk wanda zai iya yin haka
.yana nuna cikakken dogaro ga Allah

Amma wannan ba yana nufin ya kamata mu zama
marasa son kai da dogaro ba, muna tsammanin Allah zai
magance dukkan matsalolinmu ba tare da wani kofari daga
gare mu ba "Kuma ku ce, 'Yi aiki!'" domin bangaskiya ba tare
.da aiki ba ba ta da rai

Idan mutum ya zauna a daki, ya kulle kofar, ya kuma ci
gaba da tabbatar wa kansa cewa Allah zai wadata shi ba tare
da ya yi wani abu ba, Allah ba zai amsa addu'arsa ba, domin
.dole ne ya yi aiki don ya sami wadata ko wani abu daban

Imani makaho wanda ba shi da "aiki" ko kofarin
ruhaniya yana kashe hasken hankali, amma idan mutum ya
yi amfani da hankalinsa, ya dauki ayyuka masu ma'ana,
kuma ya shiga ayyukan ginawa, zai sami kulawar Allah kuma
.ya sami amsa daga Allah

* **

Abota ta gaskiya ta fi kowace dukiya a wannan duniyar
girma
Wadanda ke da kauna a zukatansu za su san wasu da
gaske
Kamar dai yana duba kwalbar gilashi mai haske ne yana
ganin abin da ke ciki ne kawai

Sanin wasu ta wannan hanyar yana zuwa ne daga
kaunar Allah da kuma kaunar wasu da wannan kaunar

* **

A cikin hoton: Jagora Paramhansa tare da wasu
abokansa 'yan asalin Amurka wadanda suka yaba da
abotarsa, suka nemi yin magana da shi, kuma suka ji daɗin
haɗuwa da shi

Sau da yawa muna samun kanmu a cikin mawuyacin
hali da muke ganin ba mu da ikon canzawa. Muna koƙarin
duk abin da za mu iya tunani a kai, gami da yin addu'a ga
Allah da gaske don ya canza yanayinmu ta hanyar da muka
yi imani ya fi mana kyau. Duk da haka, abin da muke
sha'awar - ko taimakon kuɗi, lafiya, ko wani abu - ba zai
.yiwu ba, yana barin mu cikin bakin ciki da takaici

Amma lokacin da ba mu iya haɗuwa da ikon allahntaka
da ke cikinmu ba, saboda ba mu fahimci ma'anar miƙa wuya
ba ne

Wani mutum mai hikima ya taɓa ba da shawara cewa za
a iya magance dukkan matsaloli ta hanyar yin bimbini,
amma yawancin mutane ba su san cewa bimbini ba game da
koƙarin kama Allah ko samun wani abu daga gare Shi ba ne.
Dole ne mu fara gane alaƙarmu da Allah kuma mu bar
ƙaramin girman kai ko "girman kai" wanda ke tsaye a
matsayin abin tuntube a rayuwarmu kuma yana iyakance
.kwararar ikon allahntaka gare mu

Akwai wani labari game da wata mata da ta kasance
nakasassu kuma tana rashin lafiya tsawon shekaru takwas,
tana addu'ar Allah ya warkar da ita domin ta ci gaba da
aikinta. A ƙarshe, ta ji takaicin abin da ya zama kamar

kokarinta na banza, ta mika kanta ga nufin Allah, tana
:addu'a kamar haka

Na sanya raina a hannunka, Ya Ubangiji Idan kana son"
in ci gaba da zama gurguwa da nakasa, wannan shine abin
da kake so, amma ina son fiye da lafiya daga gare ka, kuma
al'amarin naka ne a cikin abin da kake so da abin da kake
".yi

Cikin makonni biyu ta warke sarai kuma ta bar gadonta
na rashin lafiya

Wannan na iya zama kamar abin mamaki, amma
babban ra'ayin shine sau da yawa muna kokarin rokon Allah
ya yi nufinmu maimakon mika wuya ga Addu'o'insa waɗanda
suka samo asali daga son kai da sha'awar son kai suna toshe
hanyoyin addu'a Tabbas, Allah yana taimakon waɗanda ke
taimakon kansu, kuma gwargwadon yadda muka horar da
nufinmu don daidaitawa da nufin Allah, haka nan muke kara
.samun iko mai albarka da muke kawowa cikin rayuwarmu

Amma wani lokacin ba hikima ce ke jagorantar nufinmu
ba, duk da haka muna dagewa kan samun wani abu da ba
shi da amfani a gare mu, kuma Allah ba ya shiga tsakani don
canza yanayinmu

Albarkatunmu na iya isa wani lokacin don mu jure wa
yanayinmu, amma daga baya muna fuskantar kalubale masu
tsanani waɗanda ba za mu iya jurewa ba, suna barin mu
cikin mawuyacin hali. Duk da haka, idan za mu iya ajiye
girman kanmu mu yi addu'a da gaske da himma, "Nufinka ya
zama dole, ya Ubangiji, ba nawa ba," muna buɗe zukatanmu

ga kwararar jagora, kuma ikon allahntaka da albarkatu masu
.yawa suna zubo mana

Duk da yin duk abin da za mu iya don magance
matsalolinmu, dole ne mu fahimci cewa ikon ɗan adam yana
da iyaka kuma dole ne mu buɗe kanmu ga ikon Allah mara
iyaka, amma da alama mutane da yawa dole ne su sha
.wahala gaba ɗaya kafin su fahimci wannan gaskiyar

Akwai wata waƙar da ke cewa: "Idan na makale, kai ne
"za ka 'yantar da ni

Kuma wannan ita ce hanyar da Allah yake koya mana
cewa a karshe Shi kaɗai ne zai iya canza yanayi mai wahala
.da kuma magance matsaloli masu wahala

* **

Duk da cewa Allah yana sauraron dukkan addu'o'inmu
(domin Ya ziyarce mu)
Amma ba koyaushe yake amsawa ba

Yanayinmu kamar karamin yaro ne ke kiran
mahaifiyarsa
Amma uwar ba ta ga buƙatar zuwa wurinsa ba
Sai ta aika masa da kayan wasa don ya shagaltu da shi
ya kuma yi shiru

Amma idan yaro ya ƙi jin ta'aziyya daga wani abu daban
Uwar ce kawai take zuwa wurinsa

Hakazalika, duk wanda yake son sanin Allah
Ya kamata ya zama kamar yaro
Wanda bai gamsu da kasancewar uwa a matsayin
madadinta ba

ci gaban maganadisu

Mutum zai iya haɓaka karfin da ya zaɓa, ko don jawo
hankalin mafi girman ikon Allah, don samun karfin tunani, ko
kuma don jawo hankalin abubuwan da ake bukata na rayuwa
.ta yau da kullun

Allah ya bai wa ɗan adam jiki, kuma dole ne mu kula da
shi. Waɗanda suka noma kuma suka yi amfani da
maganadisu na zahiri don abin duniya da karfin tunani kawai
za a yaudare su. Duk da haka, waɗanda suka noma
maganadisu na ruhaniya za su ga cewa ikon mai albarka
yana biyan bukatunsu da kuma biyan duk bukatunsu na
.duniya

Akwai wata doka ta duniya da ke aiki yadda ya kamata,
kuma na fuskanci hakan a rayuwata kuma na tabbatar da
cewa yana aiki

Yana da mahimmanci ga mutum ya sami jiki mai karfi
da lafiya wanda ke amsa umarnin tunani. Ka yi tunanin
mutum mai jinkirin aiki, mara himma zai yi aiki ba tare da
buri ko kuzari ba, sannan ka yi tunanin doki a shirye yake ya
yi tsere a kan filin tsere da zarar ya sami siginar farawa.
.Haka nan jikin ya kamata ya kasance

Wani lokaci muna lura da wasu tsofaffi waɗanda ke cikin
koshin lafiya kuma suna da kuzarin ƙuruciya
Jikinsu yana kama da ƙuruciya kuma cike yake da
maganadisu, kuma duk da shekarunsu, suna da halaye masu
kyau

Jinkiri da kuma yin kasa a gwiwa yana rage kuzari. Ka
lura da yadda mutane ke zaune a kujerunsu; wasu suna
bayyana a kasa da kuma barci, har da zarar ka gan su, sai
ka ji gajiya. Wasu kuma suna zaune a tsaye, kuma ka san
suna da haske; da zarar ka kalle su, sai ka yi mu'amala da
.su

Duk wanda ya yarda ya zauna yana lankwasawa kuma
ba tare da kulawa ba yana ba da gudummawa ga lankwasa
da lankwasa kashin bayansa ta hanyar rashin daidaito.
Wannan nau'in zama kuma yana shafar yanayin tunani kuma
.yana sa tunani ya zama mara kyau

Waɗanda ke zaune a tsaye da kuma kyakkyawan yanayi
sun fi kyawawan halaye da kyakkyawan fata. Waɗanda,
saboda yanayi na musamman, ba za su iya zama a tsaye ba,
za su iya rama wannan ta hanyar kyakkyawan fata,
kyakkyawan hangen nesa, da kuma ƙarfin kasancewarsu a
.cikin tunani

Koyaushe ka mai da hankalinka kan duk abin da kake yi,
komai kankantarsa ko rashin muhimmanci da zai iya kama,
yayin da a lokaci guda kuma ka sa hankalinka ya kasance
mai sassauka don ka iya komawa ga wani abin sha'awa idan

ya zama dole. Amma sama da komai, yi komai da cikakken
.hankali, domin wannan zai kara maka kwarjini sosai

Mafi yawan 'yan kasuwa masu nasara a kowane fanni
sun san yadda ake amfani da wutar lantarki ta maganadisu
sosai

Kame kai yana ba mutum damar samun kyakkyawan
yanayi, da kuma ikon samun daidaiton tunani wanda ba ya
.shafar motsin rai da sha'awa

Dole ne a canza sha'awar motsin rai zuwa karfi, zuwa
aikin tunani, kuma hikima dole ne ta sarrafa motsin rai
.domin maganadisu ta bayyana

Hankali tare da motsin rai yana haifar da maganadisu
Mutumin da ke da maganadisu yana magana da kwarin
gwiwa

Yana magana cikin hankali, amma kalmominsa suna
cike da motsin rai. Dole ne mu kasance masu gaskiya a duk
abin da muke faɗa da aikatawa, amma gaskiya ba ta nufin
.bata wa wasu rai ko kunyata su ba

Kayan lambu da 'ya'yan itatuwa suna da kaddarorin
maganadisu, musamman 'ya'yan itatuwa, domin ba sa kawo
cikas ko kawo cikas ga tsarin narkewar abinci, yayin da
yawan shan furotin da sitaci yana taimakawa wajen tara
.guba a jiki

Duk wani gabobi da ke da rashin lafiya zai haifar da
rashin daidaito a jiki. Musamman, ciki dole ne a kiyaye shi
lafiya kuma ya kasance mai kyau; misali, iskar gas a cikin
ciki yana haifar da rashin jin dadi kuma don haka yana
.shafar maganadisu mara kyau

Cin abinci mai yawa yana da mummunan sakamako,
yayin da azumi ke taimakawa wajen bayyana yadda mutum
ke ji, haka nan kuma rashin cin abinci lokaci zuwa lokaci,
amma wannan ba yana nufin yunwar da ke sa mutum ya yi
.ta'adi har ya kai ga cutar da lafiyarsa ba

Wadanda ke cin nama sau uku a rana suna da raunin
gani da kuma karancin maganadisu. Duk da haka,
ingantaccen abinci mai gina jiki kawai bai isa ba; bukatar
tunani mai kyau, dabi'a mai kyau, da tafiya a miki a kan
.hanyoyin rayuwa

* **

Idan har kullum kana amincewa

Cikakken aminci, babu shakka

Cewa ikon Allah yana aiki a cikinka

Bayan tunaninka, addu'arka, da kuma yakininka

Domin ba ku iko mara iyaka

Don magance duk wani yanayi na rayuwa

Kuma idan ka yarda cewa Allah yana tare da kai

Kulawarsa tana tare da ku a kowane mataki

Kullum za ku ji albarkarsa

Kuma ku ji kasancewarsa

A kowane fanni na rayuwarka

* **

Allah kauna ne, kuma shirinsa na halitta ba zai iya samo
asali daga, ko kuma ya samo asali daga wani abu banda
kauna ba. Shin wannan ra'ayi mai sauƙi ba zai ba zuciyar
ɗan adam kwanciyar hankali da bege fiye da kowace dabara
?ba

Duk mutanen da suka san gaskiya sun shaida wanzuwar
wani tsari na Allah na duniya baki ɗaya, kuma yana da kyau
.kuma cike da jin daɗi

Allah ya haliƙce mu a matsayin mala'ikun kuzari,
waɗanda aka lulluɓe su da raƙuman ruwa na rayuwa, suna
gudana ta cikin fitilun zahiri
Amma saboda yadda muka mai da hankali kan rauni da
raunin fitilar zahiri, mun manta da yadda za mu ji halayen rai

madawwami da marasa lalacewa na kuzarin rai madawwami
.da ke cikin fitilar, wanda ke iya canzawa da canzawa
,Lokacin da ka wuce fahimtar wannan duniyar
Fahimtar cewa kai ba jiki ba ne ko tunani
Duk da haka, kuna sane da kasancewarku
Hakikanin halinka shine wannan sani mai tsarki, mara
ɗaurewa

Wanda ya kunshi komai a cikin duniya
Soyayyar Allah tana tsarkake dukkan sha'awar duniya
kuma tana mayar da su zuwa manyan buri da manyan buri,
kuma tana warkar da zuciya daga wahalhalun da galibi ke
haifarwa daga dangantaka da ba ta dogara da tushe mai
karfi na kauna mara misaltuwa, fahimtar juna da girmama
.juna ba, ko kuma mutuwar kaunatacce
Idan muka kaunaci Allah gaba ɗaya, ba za mu iya
gamsuwa da wata kauna ba sai dai idan ta kasance wani
ɓangare na wannan kauna mafi girma, kuma a cikin wannan
kaunar Allah za mu sami kaunar dukkan zukata domin Allah
shine tushen kauna a cikin sararin samaniya
Duk abin da duniya ta ba ka sannan ta ɗauke maka, ta
bar ka cikin bakin ciki, zafi, ko takaici, za ka samu a wurin
Allah a cikin mafi girma kuma ba tare da sakamakon takaici
.da bakin ciki ba

Na jefa tarkon sha'awata
A cikin babban teku na tunanina

Sau da yawa yakan zame min hankali
Ya Soyayyar Allah
!Kai, ganima mai daraja
Duk da haka, ina ci gaba da nutsewa
A cikin zurfin zaman lafiya

Kuma ba tare da gushewa ba, ina jefa tarkon soyayyata
a gare ki

Daya bayan ɗaya
Dole ne in kama ka wata rana a ciki
Sha'awata marar iyaka a gare ku ita ce hanyar sadarwa

Ina jefa wannan tarkon soyayya ta ko'ina
Sama da rakuman ruwa masu rikitarwa na rayuwa
Kuma game da taurari masu walkiya
Kuma a cikin zurfin kyawawan ruhohi

Abin da kawai na sani shi ne ni mafarauci ne
Kuma zan ci gaba da kokarin kama ku
Ya kai babban buri da kuma babbar taska da ke
!wanzuwa

* **

Masu warkarwa ta ruhaniya ko firistoci na yau da kullun
ba su da ikon gafarta zunubai ko masu zunubi 'yantacce
wadanda suka zo wurinsu suna neman shawara; abin da
kawai za su iya yi shi ne ba su umarni na ruhaniya, babu
.wani abu kuma

Wadanda suka san Allah sun kai mataakai na ruhaniya
masu zurfi, har ba sa gamsuwa da kawai ba wa masu zunubi
shawara ta ruhaniya, amma za su iya - ta wurin alheri da
taimakon Allah - su ɗora musu ikon ruhaniya wanda ke
'yantar da su daga sakamakon ayyukansu na zunubi

Duk ayyukan alheri da mugunta suna boye a cikin
kwayoyin kwakwalwa kuma suna bayyana a matsayin halaye
nagari ko mugunta ko halaye a cikin tunani

Mutumin da ke fama da halaye marasa kyau saboda
kwayoyin kwakwalwarsa suna da karfin wadannan halaye zai
iya 'yantar da kansa ta hanyar karfin niyya, bimbini, addu'a
ta gaskiya, da ci gaba da tabbatarwa mai kyau har sai duk
halayensa marasa kyau sun canza zuwa kyawawan halaye
.na zaman lafiya da natsuwa

Wannan yana faruwa ne lokacin da ikon rai da aka tsara
daidai yake aiki don canza yanayin kwayoyin kwakwalwa
mara kyau ta yadda wadannan kwayoyin za su cika da duk
abin da yake nagari, adalci, da kyau

Wannan yana nufin cewa kwayoyin kwakwalwa da ke
cike da ra'ayoyin karya suna konewa ta hanyar ayyukan
rayuwa masu mahimmanci lokacin da aka tattara su sosai a
cikin kwakwalwa kuma aka yi amfani da su don dalilai masu
.daraja da amfani

Mutumin da ke da matuƙar sha'awar jikinsa yana sa
ayyukansa masu mahimmanci su kasance tare da tsokoki da
jijiyoyi, amma wanda ke da sha'awar ruhaniya mai tunani
yana kiyaye tsokoki da jikinsu cikin yanayi na annashuwa,
kuma hankalinsa yana nesa da hankali, ta yadda karfin rai
zai daina kasancewa a cikin tsarin jijiyoyi ya kuma taru a
.cikin kwakwalwa

Saboda wannan dalili, tunani shine hanya mafi inganci
don ruhin kwayoyin kwakwalwa da kuma kawar da tushen
duk wani hali da ba a so daga tunani

Dabi'a iko ce, kuma mutane suna amfani da wannan
ikon ta hanyar aikata munanan ayyuka maimakon amfani da
.shi wajen ayyukan alheri

Jahilci, rashin tunani, rashin zaɓar kyakkyawan abokin
tarayya, da kuma sakaci ga ayyukan alheri galibi suna jefa
mutum cikin tarko da tarkon munanan halaye, waɗanda
suke kamar yashi mai sauri wanda ke haɗiye mutumin da ke
.tafiya a kai ba tare da son ransa ba

Tasirin abota ya fi karfin niyya da kuma kyakkyawan
:hukunci

Kada ka yi abota da mugun mutum, domin mugun)
(mutum zai iya bata halayenka

Mutane masu hikima suna yin aiki mai kyau ba tare da
koƙari ba, yayin da waɗanda ke son mugunta kamar an
tilasta musu yin ayyuka masu cutarwa da kiyayya ta hanyar
.karfin dabi'a da ke tilasta musu aikata zunubi da mugunta

Muna rokon Allah Maɗaukakin Sarki da Ya zaburar da
mu da kyawawan tunani
Domin mu ga alheri da kyau
Muna bambance tsakanin abin da ke da amfani da abin
da ke cutarwa
Kuma domin mu iya komawa gare shi
Kuma muna fatan hakan
Asalin dukkan alheri
Kuma tushen dukkan alheri

* **

A bayan inuwar wannan rayuwa akwai haske mai ban
mamaki da ban mamaki na Allah

Duniya gaba ɗaya babban haikali ne don kasancewarsa
mai albarka

Idan muka yi tunani game da Allah ta hanya mai zurfi da
mahimmanci

Kuma muna kaunarsa da kauna mai girma
Mun dogara gare shi gaba ɗaya
Kofofi marasa adadi suna buɗewa a gabanmu

Kuma idan muka ga haskensu
Kuma muna jin kasancewarsa
Ba duk munanan abubuwan da suka faru a rayuwa ba
ne za su iya faruwa
Domin hana mu zaman lafiya da kwanciyar hankali
Wadannan abubuwan da ke sa mu ji muna kusa da Allah

* **

A rayuwa da kuma a mutuwa
A cikin cututtuka da yunwa
Ko talauci da wahala
Kuma a cikin rikice-rikice, hargitsi, da tashin hankalin
duniya
Ina neman tsari a gare ka, ya Ubangiji, koyausha

?Menene soyayya
Soyayya ita ce kamshin furannin fure
Kuma wakar wardi masu shiru
Bikin kyawun yanayi

Soyayya waka ce ta rai tana rera waka don rayuwa
Kuma rawar da ta dace ta duniyoyi
A cikin tafiyarsa ta har abada zuwa cikin zurfin sararin
samaniya

Kishin furanni ne don shan hasken rana
Kuma yana bunkasa kuma ana ciyar da shi da ruwan
magani na rayuwa

Shine burin duniya
Don ciyar da tushen kishirwa da madararsa
Kuma don ciyar da halittu masu rai da ainihin rayuwa

Ita ce babbar wasiyyar rana
Domin ci gaba da aiki da dukkan halittu
Ita ce karfin tuki na rayuwa
Don samar da kariya da kulawa ga kananan yara

Murmushin rashin laifi ne ke haifar da kaunar iyaye ga
jariri
Biyayya ce ta bazata a zukatan masoya
Don samar da hidima da ta'aziyya kyauta

Wannan shine bugun abota
Wanda ke gyara karyewar zukata kuma yana warkar da
raunuka

Kira ne na zuciya wanda ke kin bayanin

Mawaki ne mai cike da kaunar ɗan adam
Wanda ke fama da wahalar da take sha

Da'irar kusanci ce tsakanin 'yan uwa ɗaya
Ci gaba da faɗaɗawa da faɗaɗawa zuwa manyan
wurare
Kuma fannoni masu faɗi

Rawanin rayuwa ne
A cikin sararin buɗewar tunani
Kuma sararin zukata cike da taurarin ji na alfarma

Soyayya ita ce jin daɗin rai
Abin da rayukan masu kauna ke burin yi
Kuma tana sha'awar isa gare shi da kuma yin magana
da shi

* **

Mutuwa - Allah ya sa rayuwarka ta yi tsayi - ba ita ce
karshen ba, amma saki na ɗan lokaci ne da aka ba wa
mutum lokacin da dokar adalci ta duniya ta yanke shawarar
cewa jikinsa da muhallinsa na yanzu sun cika manufarsu, ko
kuma lokacin da ya shiga cikin damuwa, gajiya, ko wahala
.har ba zai iya ɗaukar nauyin rayuwa ta duniya ba

Ga waɗanda ke shan wahala, mutuwa tashin matattu ne
ko kuma 'yanci daga azabar jiki mai radadi zuwa farkawar
.zaman lafiya, kwanciyar hankali, da hutawa

Ga tsofaffi, ritaya ce da suka samu ta hanyar shekaru na
gwagwarmaya da aiki tukuru a cikin mawuyacin rayuwa

Ga dukkan rayukan kirki, hutu ne mai kyau da maraba

Lokaci ya yi da ɗan adam zai kunna ikon da ke cikin
kansa wanda ke bayyana gaskiya Farin ciki yana da alaƙa da
wannan wahayi, kuma waɗanda ke son isa ga waɗannan
sararin samaniya dole ne su yi ƙoƙari mai ma'ana kuma su
ciyar da tunaninsu da ra'ayoyi masu ƙirƙira don taɓa
gaskiyar da Allah ya sanya a cikinsu da kuma amfana daga
.ikon da ke cike da albarka da ke cikin rayuwarsu

Wa ke son gamsar da hankalin jiki ba tare da ɗanɗano
?ruwan farin cikin ruhaniya ba
Yana zuba jari daga tushen allahntaka, tushen dukkan
gamsuwa da jin daɗi, ta hanyar da ba ta da amfani, don
.haka cinikinsa ya gaza kuma kwarewarsa ba ta da yawa

Waɗanda suke son sanin Allah za su sami biyan
bukatarsu daga Allah domin shi mai karimci ne kuma mai
alheri. Duk da haka, yawancin mutane suna bin sha'awar
duniya, suna ta'azantar da kansu da farin ciki na duniya
wanda ba ya ɗorewa, kuma suna shan wahala saboda rashin
!cimma shi ko kuma saboda cimma shi

Har ma waɗanda suka yi nasara a fannin kuɗi za su ji
wani fanko a rayuwarsu wanda yake da wahalar cikawa. Duk
da haka, waɗanda suka haɗa rayuwarsu da Allah suna da
.wadata, masu iko, kuma suna jin daɗin gamsuwa da wadata

Yin watsi da umarnin hikima da kuma yin watsi da
muryar lamiri yana haifar da hanyoyi marasa kyau, masu
santsi, masu haɗari, da kuma marasa daɗi, yayin da bin
hanyar adalci ke haifar da 'yanci daga sarkakiyar da kuma
samun ikon yin abin da ya dace, ba abin da aka tsara ta
.hanyar tunanin da ba daidai ba da halaye masu batarwa

Waɗanda ke neman farin ciki za su iya amfana daga
gogewar mutane masu hikima waɗanda suka magance
matsalolin rayuwa kuma suka sami mafita a kansu

Hakika, duk wanda ya dace da manufofin Allah yana iyo
a cikin teku na gamsuwa da natsuwa, kuma hakika ya yi sa'a

* **

Kowace tunanin da muke da shi yana haifar da wani
takamaiman rawar jiki

Idan ka yi tunanin Allah da dukkan halittarka,
hankalinka, da gaɓoɓinka - ka kuma yi rada "Ya Ubangiji"
akai-akai a cikin kanka, za ka kirkiro wani karfi mai karfi
wanda ke kawo kasancewar allahntaka cikin rayuwarka

Idan muka fahimci cewa Allah shine kaunataccenmu na
har abada kuma abokinmu na dindindin, kuma kaunarsa a
gare mu ta fi kowace kauna, to muna jin kusancinsa kuma
mu taɓa kasancewarsa, kuma zukatanmu sun natsu kuma
muna jin kwanciyar hankali na ruhaniya mafi girma

Idan ka yi bimbini a kan Allah kuma ka ji karin farin ciki
a cikin zuciyarka da kuma a cikin jikinka, kuma fashewar
wannan farin cikin yana zuwa maka lokaci zuwa lokaci, ka
sani cewa Allah ya amsa sha'awar zuciyarka kuma cewa jin
.daɗɗin da kake ji shaida ce ta wannan amsa mai albarka

Halaye kayan aiki ne na tunani da hanyoyin da ke
taimakawa wajen aiwatar da ayyuka masu mahimmanci
.cikin sauki da sauki

Mutane da yawa suna barin halaye na rauni da rashin
nasara su bautar da su, kuma mutum zai iya kare kansa idan
yana rayuwa daban, muddin yana da gaske game da yaƙi da
halaye masu cutarwa har sai ya isa aminci da gabar nasara

Sha'awa mara iyaka tana karfafa halaye marasa kyau ta
hanyar ciyar da su da kuma ba su hujja da bege na karya da
alkawarin farin ciki na karya da gamsuwa mai jinkiri

A waɗannan lokutan, lokutan rauni da ruɗani, mutumin
da ke son shawo kan halaye marasa tsari dole ne ya tattara
ikon fahimtarsa domin ya fahimci ainihin yanayinsa kuma ya
.magance su yadda ya kamata

Mummunan halaye suna da mummunan sakamako
kuma 'ya'yan itatuwa masu daci da guba suna da illa

Wadannan halaye masu barna, idan ba a yi taka-
tsantsan ba, za su kara karfi, su rike mutumin a cikin rikonsa
.mai karfi da kuma tasirinsa mai girma

Da zarar hankali ya gamsu da rashin amfani da kuma
illar wadannan halaye, tasirinsu zai ragu kuma daga karshe
.ya bace daga rayuwar dan adam

Haka muke tunani, haka muke tunani

Abubuwan da muka saba gani a tunaninmu suna
kayyade yanayin baiwarmu, iyawarmu, da halayenmu

Wasu mutane suna tunanin su marubuta ne, masu
fasaha, mutane masu aiki tukuru, ko kuma marasa aiki, da
sauransu. Amma idan kana son zama wani daban da kai
?yanzu

Za ka iya jayayya cewa wasu mutane an haife su da
baiwa ta musamman wadanda ba ka da ita amma kana
fatan kana da ita. Wannan gaskiya ne. Amma sun yi aiki don
habaka wadannan baiwar ko sha'awar mallakar su a gaba.
.Idan ba a wannan rayuwar ba, to a cikin wanda ya gabata

Saboda haka, ya kamata ka fara aiki yanzu don bayyana
abin da kake son zama

Za ka iya cusa kuma ka kafa kowace irin fahimta a cikin
tunaninka a yanzu, muddin ka zuba wani tunani mai karfi a
cikin zuciyarka, sannan ayyukanka za su bi kuma dukkan
jinkanka zai amsa wannan ra'ayin kuma ya yi aiki daidai da
.haka

* **

Sanin ruhaniya yana samuwa ne a cikin tushen soyayya,
.wanda ya fi karfin barna na kiyayya girma sosai

Duk abin da muka fada ko muka yi wa wasu ya kamata
ya zama kauna ce ta motsa mu

Bai kamata mu cutar da wasu ko mu la'anci su ba, sai
dai mu kaunace su mu kuma raba musu ni'imomin da Allah
.ya ba mu

Abubuwan da muke da su ba namu ba ne; an ba mu su
ne don mu yi amfani da su na dan lokaci, kuma za a dauke
.mu idan muka bar wannan duniyar

Dole ne mu tashi sama da mallakar kanmu mu kuma
bayar da abin da za mu iya; sannan za mu kawo alheri da
.albarka ga kanmu ta atomatik. Don bayarwa, ana bayarwa

Sau da yawa ban sami ko sisi ba, amma na dogara ga
bankin allahntaka, kuma wadata mai tsarki tana tare da ni
kuma ikon allahntaka ya taimake ni

Imanina ga Allah da taimakonsa shine babban garantin
.rayuwata, domin bai taɓa bani kunya ko ya ɓata mini rai ba

Idan kana da wayewar ruhaniya, duk inda ka je, da duk
abin da kake buƙata, dokar duniya za ta yi aiki don cika
.maka ita

Kallon halitta da idanu masu gani

Jagora Paramhansa Yogananda

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

Hakika wannan duniya abin mamaki ce! A cikinta, Allah yana kwatanta kuma yana nuna abubuwan al'ajabi na halittarsa. Bai kamata mutane su yi tafiya kamar matattu a wannan duniyar ba, sai dai su yi tunani, su yi nazarin abin da suke gani, su kuma yaba wa abin da Allah da mataimakinsa, ɗan adam, suka yi a wannan duniyar. Yaya tsarin sararin samaniya yake daidai! Yadda aka halicce mu da tsarin da aka tsara wanda injinan halitta ke aiki, bisa ga dokar sararin samaniya, su ne misalin daidaito da kamala (aikin Allah, wanda ya kammala komai)

Duk muna ganin furanni kuma muna jin daɗin kyawunsu da daɗinsu, amma wa ke da ikon sanin sirrin wanzuwar furanni? Dole ne mutum ya yi tunani kuma ya yi tunani game da hanyoyin da kayan da suka kunshi duk abin da yake gani kowace rana, ko littafi ne, kayan kida, gida, ko itace

Misali, motoci galibi ana ɗaukarsu a matsayin marasa amfani. Amma idan za ka ziyarci masana'antun da ake haɗa su da kuma kera su, za ka fahimci yadda tsarinsu yake da sarkakiya da rikitarwa. Ka yi la'akari da abin da ake amfani da shi wajen yin jaridu na yau da kullum da kuma injinan da

ke buga su. Babu hannun ɗan adam da zai iya aiki da irin wannan saurin.

Idan abubuwan da mutane suka yi suna da irin wannan rikitarwa da haɗin kai, to yaya game da sarkakiyar da ba ta da iyaka ta samuwar tsirrai, dabbobi, da mutane!

Ana buƙatar shekaru goma don nazarin kimiyyar likitanci domin fahimtar abubuwan da ke cikin jiki da buƙatunsa, wanda ya yi kama da abu na yau da kullun.

Idan shuka tana cikin farkon matakin girma a cikin ruwa a cikin akwati na gilashi, saiwoyinta suna kama da gashin gashi masu kyau. Amma, idan aka shuka su, kuzarin da ke cike da basirar Allah da ke cikin tushen yana bawa shukar damar shan abubuwan gina jiki da ake buƙata don girma daga kasa da ruwa.

Shin ba abin mamaki ba ne cewa ruwan da ke ciyar da ganyen shuka yana kwarara sama da nauyi? Ta hanyar cire bawon daga tushen shuka ko kuma gangar bishiyar, mutum zai iya ganin yadda bututun da ke daidaita kwararar wannan ruwan yake aiki. Karfin da ke bayan wannan tsari na abinci da girma wani asiri ne da ake kira rayuwa da kanta.

Lokacin da nake cikin sanin Allah, ina hango rayuwa har ma a cikin zare na ciyawa da ban taɓa mafarkin zan iya ganin abubuwan al'ajabi na halitta da aka boye ba. Yin tunani game da waɗannan abubuwan al'ajabi shine tsayawa cikin tsoro da girmamawa a gaban ɗaukaka da ɗaukakar Allah.

(Kuma na yi tafiya da tafiyar mutum mai tawali'u da biyayya)

(Allah ba mai girman kai ko girman kai ba ne)

Da cikakken daidaito, nufin Allah ya tsara siffar kowace halitta mai rai, tare da duk buƙatun da ake buƙata don ciyar da ita, kiyaye ta, da kiyaye ta a cikin kyakkyawan yanayi kuma tana da ikon yin ayyukanta Idan akwai wata matsala a cikin waɗannan buƙatun abinci mai gina jiki, misali, tsire-tsire, dabbobi, da mutane za su sha wahala sakamakon haka.

Matsakaicin mutum yana samun dukkan sinadarai daban-daban da jiki ke buƙata daga abincinsa. Duk da haka, mutane da yawa suna watsi da ka'idodin abinci mai gina jiki, suna cin abinci wanda ba shi da dukkan abubuwan da ake buƙata ko kuma daidaitaccen abinci mai gina jiki don lafiya. Rashin isasshen abinci mai gina jiki babban abin da ke haifar da cututtuka da yawa na ɗan adam. Rashin abinci mai gina jiki yana da tasiri nan take ga shukar da aka hana ta wasu muhimman sinadarai.

Akwai muhimmin musayar ra'ayi tsakanin mutane da dukkan halittu masu rai. Musanya tsakanin mutane da dabbobi sananne ne. Mutane suna shaƙar iskar oxygen da fitar da iskar carbon dioxide, yayin da bishiyoyi ke shaƙar da adana carbon dioxide da ruwa, waɗanda ake raba su ta hanyar photosynthesis don samar da carbohydrates (mahadɗan carbon, oxygen, da hydrogen, kamar sitaci da sukari)

A cikin wannan tsari, bishiyoyi suna fitar da iskar oxygen mai mahimmanci ga ɗan adam. Tsarin photosynthesis yana karewa da dare saboda yana dogara ne akan hasken rana. Duk da haka, ta hanyar wani tsari da ake kira numfashi, bishiyoyi koyaushe suna fitar da iskar carbon dioxide zuwa sararin samaniya, musamman da dare lokacin da babu wani tasiri mai karfi daga photosynthesis, wanda ke shan iskar carbon kuma yana samar da iskar oxygen.

Da daddare iska tana da kwanciyar hankali, kuma yawan iskar carbon dioxide yana sauka kusa da kasa. Wannan shine wani bangare na dalilin da ya sa dabi'ar kwanciya a kan gadaje, wato, sama da matakin kasa, ta bunkasa.

Kimiyya ta bayyana mana hanyoyi da yawa masu rikitarwa na wannan duniyar—abubuwan da aka halicce mu duka daga gare su. Amma har yanzu akwai ilimi mai yawa da ba a gano ba. Idan muka haɓaka ikon boye na hankalinmu, za mu iya samun fahimta mai zurfi da zurfi. Akwai abubuwan da ya kamata mu gani da idanunmu, amma ba mu gani ba. Abubuwan da ya kamata mu ji da kunnuwanmu, amma ba mu gani ba. Saboda hankalinmu ya saba da kuma ya dogara ne akan abubuwan da suka faru a duniyar zahiri mai cike da iyaka.

'Yanci daga wannan alaƙar ba hana jin daɗin sha'awa ba ce, a'a faɗaɗa iyawarmu ta sha'awa—wanda Allah ya ba mu—zuwa ga cikakkiyar karfin ruhaniyarsu.

A matakin zahiri, ɗan adam ya gano hanyoyi daban-daban don haɓaka iyawarsa ta gani. Ido tsirara yana samun ɗan karamin ra'ayi na launi; duk da haka, wasu duwatsu masu launin ruwan kasa masu haske suna nuna launuka masu sheki a karkashin hasken ultraviolet Lokacin da aka toshe wannan hasken, duwatsun suna komawa zuwa launinsu na asali. Launuka da yawa a duniyar zahiri, kamar shuɗin sama, ruɗani ne na gani wanda aka kirƙira ta hanyar hasken haske daga nau'ikan kwayoyin halitta daban-daban. Tunda ido zai iya hango iyakataccen kewayon girgiza wanda ya kunshi komai a cikin sararin samaniya, mutane ba za su iya ganin kananan ra'ayoyi na ethereal da ke boye a cikin duk abin da ke kewaye da su ba. Idan za mu gan su, za mu yi mamakin kyawunsu da kyawunsu. Ko da launuka mafi haske a duniya suna bayyana marasa haske da duhu idan

aka kwatanta da launuka masu ban mamaki na duniyar duniya ko sararin samaniya.

Saboda haka, ido ko kunne ba za su iya fahimtar duk abin da za a iya fahimta ba. Mutane ba za su iya shakar kamshi mai kamshi na ethereal ko kuma ganin siffofi, hotuna, da ra'ayoyi marasa adadi da ke yawo a cikin fadin ether ba.

Mutane sau da yawa ba sa iya fahimtar ko da abubuwa a cikin hankalinsu. Mutane masu gani suna son kyau a ko'ina. Wasu kuma suna yin kamar ba su da idanu; ba sa gani ko fahimta—"kurma, makafi, da bebaye, don haka ba sa fahimta"—saboda ba sa iya fahimtar komai, ko da a wurare masu kyau.

Lokacin da na ziyarci Mexico na ga "lambun da ke iyo" na Tafkin Zuquemilco, kyawunsu ya cika zuciyata, kuma na ji girman da girman mai zane mai tsarki. Akwai wani mutum wanda ya yi kama da ya shagaltu da wadannan abubuwan al'ajabi na halitta, amma wani yanayi na ciki ya nuna mini cewa bai ga abin da nake gani ba, na tambaye shi game da ra'ayinsa game da wadannan kyawawan ra'ayoyi, sai ya amsa, "Ina tunanin wata hanya mai inganci ta zubar da ruwan domin in kara noma kasa."

A matsayinsa na injiniya, ya kalli tafkin daga hangen nesansa. Don haka, duk muna fahimtar abubuwa bisa ga ra'ayoyinmu da son zuciya.

Kowace rai tana cikin rawar jiki daban-daban na ji, tunani, da ji - duk abubuwan da ke taimakawa wajen samar da halin mutum ko saninsa. Kowane mutum yana da wani tsari na musamman, wani rawar jiki daban. Duk abin da mutum ya yi tun yana yaro yana nan a cikin kwakwalwa a matsayin matsewar kwayoyin halaye da sha'awa. Tunda ba za mu iya ganin wadannan kwayoyin da ba a gani ba, muna

mamakin ayyukan mutane, kowannensu bisa ga sha'awarsa. Wasu suna jin daɗin rayuwa ba tare da wani dalili ba, ko kuma su yi fushi da fushi ta hanyoyin da ba su dace ba. Ko da daga kansu. Wasu kuma suna shagaltu da suka, suna haifar da rashin jituwa, suna yaɗa jita-jita, da kuma fallasa wasu, yayin da zukatansu na ciki suna cikin tsananin buƙatar tsaftacewa da tsarkakewa. Waɗannan sha'awar tunani suna binne rai kuma suna hana mutum bayyana babban karfinsa. Yaya mutane masu rikitarwa da iyakance kansu suke! Kowane mutum, a cikin kansa, labari ne mai babi da yawa, tare da abubuwan da suka haɗu da juna da kuma yanayi daban-daban.

Baya ga cin abinci, barci, da aiki, ana sa ran mutane su sami wani abu mai ma'ana daga rayuwa. Masu tunani suna yin la'akari da yanayinsu kuma sau da yawa suna mamakin abin da suka gani. Suna lura sosai kuma suna tambayar dalilin da yasa abubuwa ke faruwa ko ba sa faruwa ta wata hanya. Misali, muna samun haƙora ɗaya, sannan na biyu, don haka me yasa ba mu sami na uku ba? Me yasa tsarin yake aiki ta wannan hanyar?

Mutane suna karɓar ra'ayoyi da yawa na karya game da iyakokin halitta ba tare da wata tambaya mai tsanani ba, don haka suna barin waɗannan ra'ayoyin su mallaki rayuwarsu da ƙaddararsu. Masu tunani ba sa yarda da yanayin da ake ciki cikin sauki; maimakon haka, suna ƙoƙarin canza shi, kuma wannan shine ainihin abin da ke sa ci gaba ya yiwu.

Ina farin ciki idan na ga nasarori da kirkire-kirkire na ɗan adam da ba kasafai ake samu ba waɗanda ke yi wa ɗan adam hidima ta wata hanya ko wata. Nawa abubuwan al'ajabi suka fito daga tunanin ɗan adam! Duk da haka, hankali da kansa ya kasance mafi rikitarwa fiye da duk abin da ya samar.

Akwai wani labari game da wani sarki wanda ya nuna babban alheri da kauna ga babban hadiminsa, wanda ya tayar da kishi da hassada a zukan sauran fadawan da suka lura da son zuciyar sarkin. Lokacin da sarkin ya fahimci haka, yana son ya bayyana musu dalilin da ya sa ministan ya fi so.

Wata rana sarki da tawagarsa suka ji kiɗa daga nesa, sai ya juya ga ɗaya daga cikin masu kula da shi ya ce: "Ku nemo mana labarin"

Bayan ɗan lokaci kaɗan mutumin ya dawo ya ce an yi taron aure ne. Sarki ya tambaya, "Auren wa?" amma mai ɗakin shari'a bai sami amsa ba.

Sai ya aika wani jami'in tsaro wanda ya dawo da amsar tambayar sarki ta karshe, amma bai iya amsa ɗaya daga cikin sauran ba. Haka abin ya faru da mutane da yawa.

A karshe, sarkin ya kira babban ministansa ya umarce shi da ya je ya binciki lamarin. Ministan ya tafi nan take, kuma bayan ya dawo, sarkin ya yi masa tambayoyi da yawa, waɗanda duk ministan mai hazaka da amintacce ya iya amsa su da cikakkun bayanai masu gamsarwa.

Mutane da yawa masu jinkirin tunani da rashin hankali suna kama da masu tsaron kofa marasa hankali. Ba lallai ba ne su zama wawaye, amma suna da karancin tunani har ba sa yin wani kokari fiye da bukata. Zan iya ba da uzuri ga lalaci na jiki, domin akwai dalili mai kyau na ilimin halittar jiki, amma babu uzuri ga rashin aikin tunani! Waɗanda ba su da aikin tunani ba sa son yin tunani domin ko da tunani yana musu aiki mai wahala.

Tunani abu ne mai ban mamaki da ban mamaki Babu wanda zai iya rarraba halaye da fahimtar tunani. Ikonsa ba shi da iyaka. Saboda haka, idan ka duba sosai ka yi tunani

sosai game da kowane batu, za ka sami amsar duk wata tambaya da ta shafi wannan batu.

Dole ne yadda kake ji ya dace da tunaninka Idan ba ka daidaita yadda kake ji da tunaninka ba, sakamakon bincikenka ba zai kasance daidai ba koyaushe. Ji wani irin fahimta ne, ma'ajiyar dukkan ilimi. Ji dole ne ya daidaita hankali, domin kawai sai siffar Allah mai tsarki a cikinka ta bayyana a cikin cikakken asalinsa. Don haka, yoga yana koya wa mutum yadda ake daidaita ikon tunani da ji. Waɗanda ba su da duka biyun daidai gwargwado ba su da girma.

Yayin da mai neman ya ci gaba a ruhaniya kuma yana kusantar Allah, haka Allah ke bayyana masa abubuwan al'ajabi na rayuwa. Bayan kowane abu na zahiri akwai tsarin haske mai launi a cikin sararin samaniya ko na duniya, komai yana da rai. Babu wani abu kamar rashin rai a can.

Masana'antar sararin samaniya da ba ta da tushe ta wuce tunanin tunani. Duk duniya ra'ayi ɗaya ce a cikin tunanin Allah! Har ma taurari suna aiki kuma ana sarrafa su ta hanyar dokokin lissafi fiye da fahimtar ɗan adam. Komai yana aiki bisa ga tsarin cikakken daidaito da kamala. Wannan tunani mai karfi ne da tunanin sararin samaniya yake! Cikakken iko mara iyaka yana aiki a cikin komai, kuma duk nau'ikan motsi daban-daban da muke kira rayuwa suna karkashin wannan tunanin sararin samaniya.

Kowace shekara ɗari, biliyoyin mutane suna barin wannan duniyar, kuma ana haifar da kari Akwai wadata da bukata, tare da duk abubuwan da ke tattare da su Duk da haka, Allah ya tanadar da isasshen abinci don biyan bukatun ɗan adam Ɗan adam kaɗai ne ke da alhakin talauci da wahala a duniya Lokaci ya yi da za mu rayu a cikin zamanin wadata da wadata, inda kowa ke jin daɗin lafiya da rayuwa cikin farin ciki da zaman lafiya Wannan zai yiwu idan ba don

son kai na ɗan adam da kuma karkatar da kaddarar al'ummomi ta hanyar karamin tsiraru masu son kai ba

Yawancin mutane suna cikin barci mai zurfi a cikin wannan rayuwa mai mafarki. Mai ilimi ne kawai yake a farke. Ba ya damuwa da abubuwan da ke mamaye tunanin talaka, wanda abin da kawai ya dame shi shine neman arziki da jin dadin rayuwa, da bata lokaci akan ayyuka da abubuwan sha'awa na waje.

Mutane suna gajiyyar da kansu suna bin jarabawar da ba ta daɗewa a cikin wannan duniyar ta wucin gadi, duk da cewa farin ciki na gaskiya, wanda ba za a iya misaltawa ba yana cikin su. Tabbas za su same shi idan suka yi bincike da himma kuma da gaske suna son gano shi.

Dole ne a yi amfani da hankali cikin hikima da daidai don gano dakin gwaje-gwaje na allahntaka da ke boye a bayan wannan duniyar. Da zarar, da alherin Allah, na ga abubuwan al'ajabi marasa iyaka na halitta tsawon yini ɗaya, sai na ce wa Allah: "Ya Ubangiji, lokacin da nake makaho, ban sami kofa ɗaya da ta kai ni gare Ka ba. Amma saboda Ka buɗe mini gani da fahimtata, yanzu ina ganin kofofi a buɗe ko'ina... a cikin zuciyar furanni, a cikin muryoyin abokai masu aminci, da kuma cikin tunanin abubuwan da suka faru masu daraja. Hakika, kowace karamar addu'ata tana buɗe sabon shiga zuwa babban haikalin kasancewarka mai tsarki."

Mai nema dole ne ya kasance mai karfi da juriya, mai rashin tsoro da jajircewa a cikin kudurinsa na neman Mafi Tsarki wanda aka boye a bayan labulen halitta Dole ne mutum ya nisanta kansa daga bukatun duniya marasa iyaka kuma kada ya mika wuya ga barci da dare kafin ya yi mu'amala da Allah a zuciya da rai Bukatun rayuwa ba su karewa, don haka dole ne mu keɓe lokaci kowace rana don mu kasance tare da kanmu da kuma tare da Allah, nesa da hayaniyar duniya da kuma sautin rayuwa. Sannan za mu ga

rayuwa ta hanyar sabon tabarau domin za mu sami sabon hangen nesa game da ita.

Kamar yadda masana kimiyya suka sami damar yin bincikensu ta hanyar bin dokokin halitta da ka'idodin kimiyya na musamman, haka nan ma mai neman gaskiya zai iya samun Allah ta hanyar bin dokokin ruhaniya da kuma sanya ilimin Allah babban burinsu a rayuwa. Don wannan dalili, ɗan adam ya zo wannan duniya, duk da cewa ya zama wani buri da aka ware ga yawancin mutane. Amma ɗan adam yana yaudarar kansa ta hanyar manta da manufar rayuwa da kuma shagaltuwa da abubuwan da ba su da muhimmanci da kuma kananan abubuwa.

Kuma ku tuna, abokina, ko da kuwa yanayin da kake ciki ya yi muni a wannan duniyar, idan ka juya ga Allah, za ka gan shi yana aiki tare da kai kuma ka ji kasancewarsa duk da duk gwaje-gwajen da kake fuskanta. Haka kuma za ka gan shi a bayyane a cikin komai da ke kewaye da kai kuma ka cika da kaunarsa da farin cikinsa.

Ba lafiya, ko wadata, ko nasarorin abin duniya, ko dukiya ba za su dawwama ba har abada. Don haka me zai sa ka damu da waɗannan abubuwan da aka kaddara su lalace su bace?

Ina rokon Allah Maɗaukakin Sarki da Ya fitar da mu daga duhu zuwa haske

Daga kiyayya zuwa soyayya

Daga takurawa zuwa 'yanci

Daga jahilci zuwa hikima

Daga ciwo da mutuwa zuwa rai madawwami da hutawa madawwami

Kuma Allah Ya kama mu da hannunSa Ya shiryar da mu zuwa ga iliminSa

Kuma Yana sa mu farka cikin saninSa

Kuma ya buɗe dukkan kofofin da ke kaiwa ga sama ta hikimarsa

Bari mu rayu da yakini, farin ciki, kwanciyar hankali, da gamsuwa

Kowace rana ta rayuwarmu

Salam alaikum barka da warhaka

Neman ma'anar rayuwa

Tunda mun zo wannan duniyar daga inda ba mu sani ba, abu ne na halitta a gare mu mu yi mamakin asalin da manufar rayuwa. Muna jin labarin mahaliccin wannan duniyar kuma muna karanta game da shi, amma ba mu san yadda za mu isa gare shi ba. Abin da muka sani shi ne cewa dukkan sararin samaniya yana shelar wanzuwar tunaninsa na allahntaka. Kamar yadda kananan sassa da na'urori na karamin agogo ke sa mu yaba wa mai yin agogon, kuma kamar yadda manyan injunan masana'anta ke ba mu mamaki da kuma karfafa sha'awarmu ga mai kirkira su, haka nan idan muka ga abubuwan al'ajabi na yanayi, muna mamakin basirar da ke boye a bayansu, kuma muna tambaya: "Wa ya ba furen siffarsa mai haske kuma fuskarsa ta juya zuwa ga rana? Daga ina kamshinsa da kyawunsa suka fito? Kuma ta yaya aka samar da furanninta da daidaito marar iyaka kuma aka rina su da launuka masu ban mamaki da farin ciki?"

Da dare, taurari da wata, suna watsa hasken azurfarsu a kusa da mu, suna zaburar da mu mu yi tunani game da sanin da ke jagorantar waɗannan halittun sama a cikin

sararin samaniya. Hasken taushi na cikakken wata bai isa ga ayyukan yau da kullun ba, don haka hankali mai hikima da taushi yana ba da shawarar hutawa da dare. Sannan rana ta fito, kuma haskenta mai haske yana ba mu damar ganin duniyar da ke kewaye da mu cikin haske da natsuwa, yana ba mu damar daukar ayyukan da ke gabanmu.

Akwai hanyoyi guda biyu don biyan bukatunmu: na zahiri da na ruhaniya. Idan lafiyarmu ta tabarbare, misali, za mu iya zuwa wurin likita don neman magani. Amma lokaci yana zuwa da babu likita ko wani da zai iya taimakawa, kuma muka juya zuwa hanya ta biyu: zuwa ga ikon ruhaniya wanda ya halicci jikinmu, hankalinmu, da ruhinnmu. Ikon jiki yana da iyaka, kuma idan ya gaza, muna juyawa zuwa ga ikon allahntaka mara iyaka. Wannan kuma ya shafi bukatunmu na kuɗi. Lokacin da muka yi iya kokarinmu amma har yanzu ba mu sami isasshen ba, muna juyawa zuwa ga wannan ikon.

Kowa yana tunanin matsalolinsa sune mafi muni Wasu suna jin matsin lamba fiye da wasu saboda juriyarsu tana da rauni Kuma saboda bambance-bambancen karfin tunanin mutane, suna kashe kuzari daban-daban Idan mutum ya fuskanci matsala mai matuƙar wahala kuma hankalinsa yana da rauni, ba zai iya shawo kanta ba Waɗanda ke da hankali masu karfi za su iya shawo kan matsalolinsu ta hanyar rushe shingen da girgiza tushen cikas dɪnsu Duk da haka har ma da mutane mafi karfi wani lokacin suna fuskantar gazawa Lokacin da muke fuskantar matsaloli da matsaloli da yawa na kayan duniya, ilimi, da ruhaniya, mun fahimci yadda ikon rayuwa ke da iyaka a cikin wannan duniyar ta zahiri.

Bai kamata kokarinmu ya zama na musamman don cimma lafiya mai kyau da tsaron kuɗi ba, har ma don neman ma'anar rayuwa Menene manufar rayuwa? Lokacin da matsaloli suka mamaye mu, da farko muna komawa ga

yanayinmu, muna kokarin yin duk wani gyara na zahiri da muka yi imani zai samar da sauƙi. Amma idan muka kai ga wani yanayi na rashin tabbas muka ce, "Duk kokarina ya gaza; me kuma zan iya yi?" mukan fara la'akari da gaske don nemo mafita mai tasiri ga matsalarmu. Kuma lokacin da tunaninmu ya yi zurfi sosai, za mu sami amsar a cikin kanmu. Wannan, a cikin kansa, nau'i ne na addu'ar da aka amsa.

Addu'a: Bukatar ruhaniya

Addu'a buƙatu ce ta ruhaniya Allah bai halicce mu a matsayin masu bara ba, domin ya halicce mu cikin siffarsa Littattafai Masu Tsarki sun bayyana wannan Mabaraci wanda ya je gidan mai arziki ya roki sadaka yana karɓar rabon mabaraci Amma ɗa zai iya samun komai daga mahaifinsa mai arziki. Saboda haka, bai kamata mu yi kamar masu bara ba.

Wasu mutane suna da komai kuma an haife su cikin jin daɗi da jin daɗi, yayin da wasu kuma suna jawo matsala da gazawa Ina siffar Allah take a cikinsu? Ikon ruhun allahntaka yana zaune a cikin kowannenmu Amma ta yaya za mu iya haɓaka wannan ikon? Wataƙila kun ji karaya a baya saboda ba a amsa addu'o'inku ba, amma kada ku rasa bege da imani Don sanin ko addu'o'inku suna da tasiri ko a'a, dole ne ku sami imani na asali game da ikon addu'a a cikin zuciyaƙu.

Wataƙila addu'o'in wasu mutane ba a amsa su ba saboda sun zaɓi yin roko Haka nan, dole ne mutum ya san abin da zai roki Allah. Za ka iya yin addu'a da dukkan zuciyaƙa da dukkan karfinka don mallakar ƙasa da duk abin da ke cikinta, amma ba za a karɓi addu'o'inka ba saboda duk addu'o'in da suka shafi rayuwa ta zahiri suna da iyaka, kuma lallai, ya kamata a iyakance su. Amma akwai hanyar da ta dace ta yin addu'a. Ana cewa kyanwa tana da rai tara.

Amma matsaloli suna da rai casa'in da tara! Dole ne ka sami hanya mai inganci don kawar da "matsalolin" Sirrin addu'a mai tasiri yana cikin canza matsayin mutum daga na maroki zuwa na wani mai hakki. Lokacin da ka roki Allah wani abu na wannan yanayin ruhaniya, addu'arka za ta mallaki iko da hikima.

Tushen nasara yana cikin karfin zuciya

Yawancin mutane suna jin tsoro da damuwa sosai lokacin da suke kokarin cimma wani abu mai matuƙar muhimmanci a gare su Yin aiki da damuwa da tsoro ba ya jawo hankalin ikon allahntaka, amma amfani da karfin niyya cikin natsuwa da dorewa yana girgiza karfin sararin samaniya kuma yana kawo martani daga Maɗaukaki mara iyaka Tushen nasara ga duk abin da kake niyyar cimmawa yana cikin nufinka Wasiyya wadda matsaloli suka karya ta kuma suka murkushe ta na ɗan lokaci. Amma mutumin da ya dage kuma ya kuduri aniyar cewa, "Jikina zai iya tsagewa, amma kan nufina zai kasance a sama kuma an motsa shi ta hanyar kuduri," yana nuna mafi girman karfin niyya.

Karfin zuciya da kuma yadda ya dace su ne abin da ke ɗaga darajar mutum. Idan mutum ya bar amfani da karfin zuciya, sai ya zama mutum na yau da kullun, wanda ba shi da tasiri a cikin abubuwan da ke faruwa. Mutane da yawa suna cewa bai kamata mu yi amfani da karfin zuciyarmu don canza yanayi ba, saboda tsoron hana shirin Allah. Amma me ya sa Allah ya ba mu karfin zuciya idan bai so mu yi amfani da shi ba? Na taɓa haɗuwa da wani mutum mai taurin kai wanda ya ce bai yarda da amfani da karfin zuciya ba saboda yana ciyar da kai. Na amsa, "Kana amfani da karfin zuciya a yanzu, kuma da karfi, don tsayayya da ni. Kana amfani da shi don yin magana, tsayawa, tafiya, cin abinci, zuwa sinima, har ma da barci. Kana son duk abin da kake yi. Ba tare da karfin zuciya ba, za ka zama robot." Wajibi ne

mutum ya daidaita nufinsa, wanda sha'awa ke iko da shi, tare da nufin Allah. Saboda haka, idan aka yi addu'ar da ta dace akai-akai, sai ya zama karfin zuciya a cikin kansa.

Dole ne ka yi imani da yiwuwar samun abin da kake addu'a a kai. Idan ka yi addu'a don mallakar gida, kuma a lokaci guda zuciyarka ta ce, "Ta yaya za ka iya samun gida, wawa?" kana raunana nufinka da irin wannan tunani. Lokacin da ka kawar da kalmar "Ba zan iya ba" daga zuciyarka, za ka sami iko mafi girma. Tabbas, gidaje ba sa faɗuwa daga sama, kuma don samun gida, dole ne ka yi amfani da karfin hali da ɗaukar mata kai masu amfani don cimma burinka. Lokacin da ka dage kuma ka fi yarda da gazawa, za ka iya bayyana abin da kake burin yi. Kuma idan ka ci gaba da amfani da wannan karfin hali ta hanyar tunaninka da ayyukanka, sha'awarka za ta cika, kuma duk abin da kake sha'awa da sha'awa zai zo maka. Lokacin da ka ci gaba da kokari da kuduri da juriya, sakamakon da ake so zai bayyana ta wata hanya, ko da abin da kake so ba ya wanzu a wannan duniyar. A cikin irin wannan karfin hali, amsar Allah ce, domin alheri yana zuwa daga Allah. Nufin juriya nufin Allah ne.

Kone 'ya'yan "Ba zan iya ba" daga kwakwalwarka

Rauni nufin mutum ne mai rauni. Lokacin da gwaji da gazawa suka ratsa shi suka kuma wargaza shi, ya rasa alakarsa da Mai Samar da Karfi mara iyaka. Amma a bayan nufin ɗan adam akwai nufin Allah, wanda bai san karaya ko shan kashi ba. Ko da mutuwa, cikin dukkan karfinta, ba za ta iya karya ko hana nufin Allah ba. Tabbas Allah zai amsa wannan addu'ar da nufin kuduri da juriya suka jagoranta.

Yawancin mutane suna da kasala da kasala, ko dai a zahiri, a hankali, ko kuma duka biyun. Suna son yin bimbini amma suna tunanin barci kawai. Da zarar barci ya same su, sai su yi barci mai zurfi, kuma wannan shine karshen

addu'arsu! A cikin wannan yanayi, ana binne karfin nufin. Kwakwalwar talakawa tana cike da tsaban "Ba zan iya ba". An haife su cikin iyali mai wasu halaye da halaye, waɗannan suna rinjayar su, suna gamsuwa da cewa ba za su iya yin hakan ba ko kuma cewa dole ne a kone waɗannan tsaba masu cutarwa kuma a kawar da tasirinsu daga sani. Kuna da ikon cimma duk abin da kuke so. Ikon yana cikin zuciyar nufinku.

Waɗanda ke son haɓaka karfin hali suna buƙatar kyakkyawar alaƙa Idan kana son zama kwararren masanin lissafi kuma abokan karatunka ba sa son lissafi, babu shakka sha'awarka za ta ragu. Amma idan ka yi hulɗa da kwararrun masana lissafi, karfin zuciyarka zai karu, kuma za ka iya cewa, "Idan wasu za su iya yin nasara, ni ma zan iya."

Kada ka yi gaggawar yin manyan abubuwa don kawai ka gina karfin zuciyarka. Domin samun nasara, dole ne ka fara gwada karfin zuciyarka da kananan abubuwan da ka yi tunanin ba za ka iya yi ba. Idan ka yi koƙari, nasara za ta biyo baya.

Har yanzu ina tuna duk burin da abokaina da wasu suka gaya min ban taɓa cimmawa ba, duk da haka na yi. Waɗannan mutane masu kyakkyawar niyya na iya haifar da babbar illa da ra'ayoyinsu. Allah ya kare mu daga gare su da kuma shawararsu. Abota tana da tasiri mafi girma akan karfin niyya. Zuwa rawa da barasa da kiɗa mai karfi, maimakon yin bimbini a cikin mafakar shiru, tana gurbata hankali da kurar girgiza ta duniya, yana sa ya yi wuya a kawar da karfin niyya. Babu makawa karfin niyya yana karuwa ko raguwa ta hanyar tasirin abokan mutum. Haɓaka karfin niyya ta hanyar koƙarin kai kaɗai yana da matuƙar wahala. Kuna buƙatar kyakkyawan misali don yin koyi da shi. Idan kuna son zama mai zane, ku zauna kewaye da kyawawan zane-zane kuma ku yi hulɗa da masu zane. Idan

kuna son zama mutum mai ruhaniya, ku yi abota da mutane masu ruhaniya masu halaye masu kyau.

Akwai babban bambanci tsakanin imani da gogewa Imani yana fitowa ne daga abubuwan da ka ji ko ka karanta game da su kuma ka yarda da su a matsayin gaskiya ta asali. Kwarewa, a gefe guda, ita ce abin da ka shaida da kanka kuma ka fahimta da gaske. Tabbacin waƙanda suka fuskanci Allah ba shi da tabbas. Idan ba ka taɓa ɗanɗana lemu ba, za a iya ruɗe ka game da halayensa. Amma idan ka taɓa cin lemu a da, ba za a iya ruɗe ka ba, domin ka ɗanɗana 'ya'yan itacen kuma ka san shi sosai.

Ka nemi rakiyar waƙanda ke karfafa imaninka

Tunani game da Allah, nasara, warkarwa, da sauransu, duk suna cikin zuciyarka kamar maganin tunani Gwada su Don gwada tunaninka, dole ne ka yi amfani da ikonka don bayyana su Don haɓaka karfin nufin da ake buƙata, dole ne ka yi hulɗa da mutanen da ke da karfin zuciya. Idan kana son warkarwa ta hanyar nufin Allah, ka nemi ra'ayin waƙanda ke karfafa imaninka kuma suna karfafa nufinka.

Na yi yawo a faɗin Indiya ina neman sanin Allah na gaskiya, amma ba kasafai suke ba. Kowanne malami da na haɗu da shi yana raba imaninsa na kashin kansa. Amma a al'amuran ruhaniya, na kuduri aniyar kada in gamsu da kalmomi kawai game da Allah. Ina so in dandana Shi kuma in ji kasancewarSa. Abin da aka gaya mini ba shi da ma'ana sai dai idan na fahimci hakan ta hanyar gogewa ta kaina.

Wata rana, ina magana da wani abokina game da waliyyai na Indiya Abokina dillali ne, kuma bai nuna sha'awata ba, sai ya ce, "Duk waƙanda kuke kira waliyyai a zahiri mayaudara ne waƙanda ba su san Allah ba." Ban yi jayayya da shi ba, amma na canza batun, kuma muka fara magana game da sana'ar dillali Bayan ya gaya mini

abubuwa da yawa game da shi, na ce a hankali, "Shin kun san cewa babu dillali daya mai aminci a Calcutta, kuma duk makaryata ne?" Ya fusata ya amsa cikin fushi, "Me kuka sani game da dillalai?" Na amsa, "Wannan shine ainihin abin da nake nufi Kuma me kuka sani game da waliyyai?" Ya kasa magana. Na ci gaba da nutsuwa da kirki, "Ban san komai game da dillali ba, kuma ba ku san komai game da waliyyai ba"

Aikin addini ya kai wani matsayi inda mutane da yawa ba za su iya fassara ra'ayoyinsu na ruhaniya zuwa gogewa ta rayuwa ba Ina magana a nan daga gogewa ta kaina Ba na son yin magana game da abubuwan da na sani kawai ta hanyar tunani. Yawancin mutane suna karanta littattafai kaɗan game da gaskiya kuma suna dogaro da kansu ba tare da yin kokarin fahimtar gaskiyar da ke bayan kalmomin ba. Furucin gaskiya ta ruhaniya ba ta da amfani a gare mu kuma ba ta barin wani kyakkyawan ra'ayi. Dole ne mu bambanta tsakanin wa'azin mutum da labarin rayuwarsa. Duk wanda ke son koyar da wasu dole ne ya fara nuna cewa ya taba abin da yake koya kuma ya fahimci abin da yake faɗa ta hanyar gogewa.

Kasadar Rayuwa: Menene Ita

Jagora Paramhansa Yogananda

Fassara: Mahmoud Mas'ud

Rayuwa ita ce babbar kasada da ake iya tunaninta Duk da cewa wasu rayuka ba su da wani abin sha'awa da ban sha'awa, wasu kuma suna cike da jarabawa masu ban mamaki da na ji labarin wani mutum da ya yi yunkurin kashe kansa fiye da sau talatin, kuma a duk lokacin da wani abu ya hana shi kawo karshen rayuwarsa Ka yi tunanin yadda zai zama abin ban mamaki a san game da rayuwar dukkan bil'adama da suka rayu a Duniya, wadanda suka mutu, da wadanda ke tafe! Duk abubuwan da bil'adama suka fuskanta

an rubuta su a cikin tunanin sararin samaniya: tunawa da Allah, kuma abin mamaki ne! Yana da wuya a fahimci sanin komai, amma sanin Ruhu Mai-sani shine babban kasada da ke wanzuwa.

Gaskiya ta fi gaskiya, kwanciyar hankali, kuma mai mahimmanci fiye da tunani, duk da haka tushensu shine dukkan ra'ayoyi a cikin tunanin Allah. Duk wani abu na atom kuma yana kunshe da ra'ayoyi na allahntaka waɗanda za a iya narkar da su cikin ra'ayoyi sannan a sake haɗawa cikin abubuwa. Mutane kuma suna da ikon yin tunanin ra'ayoyi, amma tunaninsu bai isa ya haɗa su ba. Idan tunaninsu ya yi karfi sosai, za su iya kirƙirar abubuwa a wannan duniyar. Mutane suna da irin ikon kirƙira da Allah ya yi amfani da shi wajen kirƙirar halittunsa a duniya. Amma ya zama ba zai yiwu ba ga mutane su saka ra'ayoyinsu cikin abubuwa domin ba su yi amfani da ikon tunanin da Allah ya ba su ba kamar yadda ya kamata.

Idan muka yi ƙoƙarin fahimtar sanin Allah, muna mamakin yadda zai iya tunawa da fahimtar komai, domin muna auna komai da ma'aunin kwarewar tunaninmu kuma muna fahimtar abubuwa bisa ga abubuwan da muka fuskanta na kanmu. Waɗanda ke da raunin tunani suna ɗaukar cewa ƙwaƙwalwar kowa tana da rauni kamar tasu. Duk da haka, akwai mutanen da ke da ƙarfin tunani mai kaifi waɗanda za su iya tunawa da littafi gaba ɗaya cikin sauki kamar yadda za ku iya tunawa. Waɗanda ke da mantuwa sau da yawa suna ganin yana da wuya su yarda cewa wani yana da ƙwaƙwalwar ajiya mai ƙarɓa wanda zai iya adanawa da dawo da bayanai cikin sauki.

Mai yin kayan ado yana tuna da duwatsu masu daraja, kuma mai lissafin littattafai yana tuna da lambobi a cikin littattafansa. Haka nan, Allah yana tuna duk abin da ya halitta a cikin wannan duniyar. Kasancewarsa mai iko duka,

nan take yana tuna duk abin da ya faru a cikin wannan duniyar domin saninsa na cikakke kuma mara iyaka yana da cikakken sani.

Tunawa da kanta baiwa ce mai ban mamaki Kuma tunawa da ɗan adam yana da alaƙa da babban tunanin Allah. Misali, ba za ka iya tuna cikakkun bayanai game da kowane fim da ka taɓa gani ba. Amma idan na sake nuna maka ɗaya daga cikin waɗannan fina-finan, za ka tuna da shi nan take. Wannan tunawa mai tsarki a cikinka tana ci gaba da gane abubuwan da suka gabata. Da zarar ka ga abubuwan da suka fara, za ka tuna da labarin gaba ɗaya ka ce, "Oh, na ga wannan fim ɗin a da, kuma na tuna yadda ya kare."

Ta yaya muke tuna hotuna masu motsi dalla-dalla duk da cewa mun gan su shekaru da suka wuce? Domin duk abubuwan da suka faru an rubuta su a cikin kwakwalwa Da zarar ka sanya allurar hankali a kan faifan gwaji (ko ka kunna hanyar sadarwa ta kwakwalwa da kwamfuta), kwakwalwarka za ta fara dawo da wannan gwajin kuma

Ikon kwakwalwar ajiya ta ciki ya fito ne daga Allah kuma ba shi da kuskure. Ba ya taɓa mantawa. Tunawa da mutum na yau da kullun ba zai iya riƙe duk abubuwan da suka faru a lokaci guda ba. Amma tunawa mai tsarki, ta ciki tana riƙe komai a lokaci guda kuma har abada. Saboda haka, ra'ayin tunawa mai kyau ko mai rauni kawai fahimta ce ta mutum. Mutum yana shawo kan kansa cewa kwakwalwar ajiyarsa tana da rauni, saboda haka suna da kwakwalwar ajiya mai rauni. Duk da haka, ba abu ne mai sauƙi ba a canza daga wannan imani zuwa akasin haka. Yana buƙatar ƙoƙari mai yawa don shawo kan kansa cewa kwakwalwar ajiyar mutum haƙika alama ce ta tunawa mai tsarki na Allah.

Babban abin tunawa da ɗan adam ba komai ba ne illa hasken sanin Allah, wanda a cikinsa ake rubuta dukkan

abubuwan da suka faru na ɗan adam da sauran siffofi da bayyanannun rayuwa.

Labarin halittar Allah labari ne mai ban mamaki da ban mamaki! Ta yaya Allah ya halicci dukkan halittun da ke wanzuwa a wannan duniyar? Kuma ta yaya yake aiki daga bayan labule da labule don dawo da mu ga ainihin wanzuwarmu tare da Shi? Ba zai yiwu ba harshen ɗan adam ya taimaka mana mu samar da cikakken bayani game da kasadar halittar Allah da kuma daidai hanyoyin da suka haɗu da kasadar mutane marasa adadi.

Mun gano cewa matsakaicin rayuwar ɗan adam tana kusa da shekaru saba'in, yayin da matsakaicin rayuwar kada ke tsakanin shekaru sittin zuwa ɗari. Itacen redwood zai iya rayuwa na tsawon shekaru dubu biyu. Matsakaicin rayuwar rakumi yana tsakanin shekaru hamsin zuwa sittin, kuma doki yana da shekaru talatin da shida a mafi yawan lokuta. A bayyane yake cewa wasu halittu sun kayyade waɗannan rayuwa daban-daban. Duk da haka, mun ji labarin wasu manyan yogis waɗanda suka rayu tsawon ɗaruruwan shekaru. Daya daga cikin waɗannan shine babban Babaji, wanda aka san ya rayu tsawon karni yayin da yake raye a jikinsa kuma yana jin daɗin kuruciya. Trilanga Swami shi ma ya rayu tsawon kusan karni uku: an haife shi a 1601 kuma ya mutu a 1881 (wasu ma suna cewa ya rayu fiye da karni uku!) Baya ga rayuwarsa ta ban mamaki, ya shahara da mu'ujizai. Yana da nauyin kimanin kilogiram 130, kodayake ba kasafai yake cin abinci ba. Sau da yawa yana yin bimbini na tsawon kwanaki, yana zaune a kan ruwan Ganges, ko kuma wani lokacin yana boye na tsawon lokaci a karkashin rakuman ruwa. Sau da yawa ana ganinsa kwance tsirara kuma ba ya motsi a cikin rana mai zafi a kan duwatsu masu konewa. Rashin kula da dokokin yanayi ya zama abin tunatarwa ga kowa. wanda ya gan shi cewa haɗin kai da sanin Allah shine mafi girma daga cikin dukkan dokoki

Kamar yadda aka rubuta a cikin *tarihin rayuwar Yogi*, manyan tsarkaka waɗanda suka farka daga mafarkin yaudarar sararin samaniya ko ruɗani kuma suka fahimci cewa sararin samaniya kawai ra'ayi ne a cikin tunanin allahntaka za su iya yin duk abin da suka ga dama da jiki, suna sane da cewa ba komai bane illa wani nau'i na karfin da aka tattara ko kuma wanda ya daskare. Duk da yake masana kimiyya na halitta yanzu sun fahimci cewa abu ba komai bane illa aiki mai iyaka, manyan malamai masu cikakken haske sun yi manyan ci gaba wajen sarrafa abu, suna canzawa daga ka'ida zuwa aiki.

Hakika, gaskiya ta fi ban mamaki fiye da tunaninmu. Za mu iya tunanin cewa a farkashin yanayi mai kyau, idan babu batar da kuzari ko ruwan maniyyi, kuma tare da ingantaccen abinci mai gina jiki da tunani mai kyau, jikin ɗan adam zai iya dorewa har abada. Ruwan maniyyi yana ɗauke da kuzari mai karfi; idan ba a batar da shi ba, wannan ikon yana nan a kwance kuma ana iya amfani da shi don haɓaka lafiyar jiki, hankali, da ta motsin rai, da kuma kirƙirar tunani da ci gaban ruhaniya.

Lura ga mai fassara: A cikin wannan nassin, Shugaba Abu Ali Ibn Sina yana cewa:

Ku ci abinci sau ɗaya a rana, kuma ku guji cin abinci kafin abincin da kuka ci a baya ya narke.

Kiyaye maniyyinki gwargwadon iyawarki, domin ruwan rai ne da aka zuba a cikin mahaifa

Matsi da ke kan jiki yana da yawa Idan aka kama linzami a cikin tarko, zuciyarsa tana bugawa da sauri fiye da yadda aka saba Haka nan, idan mutum bai iya biyan kuɗinsa ba, zuciyarsa tana yin hakan! Don haka, damuwa ta tunani tana da illa! Akwai wasu nau'ikan damuwa kuma gwaje-gwajen dakin gwaje-gwaje sun nuna cewa kawar da hayaniya a

birane na iya kara matsakaicin shekaru goma ga rayuwar 'yan kasa Duk da haka, muna rayuwa a cikin duniya mai ban mamaki Waɗanda manufarsu ɗaya tilo a rayuwa ita ce ci, sha, barci, da jin daɗin abubuwa masu kyau ba su da damar fahimtar abubuwan al'ajabi na rayuwar ɗan adam.

Kasadar ta fara ne da gwagwarmayar da rai ke fuskanta don shiga mahaifa yayin daukar ciki. A duniyar duniya ko ta duniya, miliyoyin rayuka suna kofarin komawa Duniya ta hanyar shiga kwayoyin da aka yi wa aure inda maniyyi da kwai suka haɗu a lokacin daukar ciki. Ko rai mai tsarki ne ko mai zunubi, kuma sai dai idan ya sami 'yanci na karshe, akwai babban sha'awar sake rayuwa a Duniya. A lokacin daukar ciki, haske yana haskakawa a cikin ether, kuma rai yana shiga ta hanyar haɗin maniyyi da kwai. Ɗan adam ya yi fama da shiga mahaifa saboda rayuka da yawa suna fafatawa don shiga. Waɗanda suka yi nasara su ne kai, ni, da mu duka. Kuma ba nasara ce mai sauƙi ba!

Hakika, akwai wurare da yawa tare da Allah. Sama da kasan sararin samaniya, waɗanda suka kunshi haske mai haske da kuzari masu mahimmanci, su ne aljanna (ko jahannama) da rayuka ke zuwa bayan mutuwar jiki. Tsawon zamansu a can an kayyade shi bisa ga karmarsu. Muddin mutum yana da sha'awar abin duniya da ba a cika ba ko karma ta duniya (sakamakon ayyukan da suka gabata waɗanda ba a kare ba), dole ne su koma ga jiki na duniya don ci gaba da ci gabansu a kan hanyar zuwa ga Allah.

Bayan shiga cikin mahaifa, rai yana mamakin: "Me na yi? Na daɗe ina da 'yanci, na 'yantu daga jikin ɗan adam mai ɗaure da takura, ina tafiya cikin sauƙi da sauƙi a kan jirgin etheric a cikin jiki mai haske, kuma yanzu na sake makale a cikin siffar jiki"

Duk da haka, a hankali ya saba da waɗannan sabbin yanayi a cikin watanni tara a cikin mahaifa. Wannan shine

hukuncin: watanni tara na rayuwa a cikin kwayar halitta mai duhu inda dole ne ya shaka ta wani mutum kuma ya sami abinci da jini ta hanyar dogaro da tsarin zagayawa na wani mutum. Ruhinsa da yanayinsa sun dogara ne da wasu, kuma yana kira ga Allah: "Ka sake ni daga wannan gidan yari! Ba na gani, ba na ji, an dāure ni."

Idan akwai wata jahannama ko purgatory, to waɗannan watanni tara ne a jikin uwa: rashin taimako sosai a cikin duhu, an killace shi a wuri dāya kamar itace, tare da tunanin da ba ya dādewa na baya, sai kuma lokutan barci. Kuma idan waɗannan tunanin suka dawo, tayin zai yi rawa, yana yin kokari mai yawa a cikin jikin uwa, na canza sanina zuwa ga waɗannan yanayin haihuwa, kuma na san abin da nake faɗa.

Barcin da farkawar tayi a jikin uwa ba ya dogara ne akan barcinta da farkawarta. Motsin tayin na son rai ya samo asali ne daga tunawa da abin da ya gabata na rai. Don haka, yana motsawa cikin rashin natsuwa a cikin mahaifa har sai gajiya ta shawo kansa, kuma ya yi barci. Bayan haka, yana farkawa na dān lokaci kuma yana sake motsawa. Yana jin yunwa kuma yana gamsar da shi ta hanyar abinci da aka watsa ta jinin uwa.

Jariri zai iya jin, har zuwa wani lokaci, rawar bugun zuciyar uwa da zagayawar jini, kuma waɗannan sautuka suna sa shi ya san jikinsa, suna kara masa kuzari ga sha'awar 'yanci. Don haka, kasada ta farko ta rai gwagwarmaya ce tsakanin ra'ayoyi biyu: sha'awar komawa Duniya a siffar dān adam da kuma sha'awar 'yantar da kai daga siffar dān adam da ke iyakance rai.

Bakin ran dān adam (jiki) yana farawa kamar kifi mai wutsiya mai laushi Wannan hoton yana tasowa zuwa siffar dabba da aka naɗe a cikin mahaifa Kamar yadda aka ambata a baya, wasu abubuwan tunawa da rayuwar da ta

gabata sun sake bayyana, suna sa tayin ya yi kananan motsi. Gwagwarmayar tana karuwa yayin da tayin ya girma ya zama siffar ɗan adam a cikin jikin uwa, kuma rai ya yi ihu, "Ku bar ni!" Lokacin da wasiyya ta yi karfi sosai, ana haihuwar yaron. Jarirai da ba su kai ba (wanda aka haifa bayan ɗaukar ciki na kasa da makonni 37) su ne rayuka masu karfi da taurin kai. Ba sa son su zauna a cikin jikin uwa na tsawon watanni tara, saboda haka ana haihuwarsu da wuri fiye da yadda aka saba.

Jariri yana zuwa wannan duniyar yana kuka domin, kamar yadda masu hikima da ilimi ke faɗa, rai yana tuna da yanayin da ya gabata kuma baya son komawa Duniya don ya sake shan wahala a fannoni daban-daban na gwagwarmayar ɗan adam.

An haɗa sautin "thaa" mai karfi a kai, don haka ya zama wuri tsakanin wuraren tarihi da kango masu kaskantar da kai.

Tana kuka idan ta tuna da alkawuran da aka yi a wurin ibada, da hawaye da ke gudana kuma ba sa karewa

Dangane da waɗannan abubuwan tunawa, akwai kuma yanayin addu'a inda tayi ke riƙe da hannayenta kafin ta zo duniya kamar tana roƙon Allah: "Ina roƙonka, ya Ubangiji, kada ka sake ba ni haihuwa ta biyu a duniya"

Bayanin ilimin halittar kukan jariri shine cewa dole ne huhu ya buɗe don fara numfashi, kuma kukan farko na jariri ƙoƙari ne na kunna huhu da kuma fara numfashin rai. Lokacin da aka haifi yaro, numfashi ya fara, kuma rai, wanda ke cikin yanayin barcin da ya kusa kwantawa, ya zama halitta mai rai mai zaman kanta. Mutane da yawa sun yi kuskuren yarda cewa rai yana shiga jiki a lokacin haihuwa, amma idan rai bai riga ya kasance ba, da jiki bai samo asali

daga kananan kwayoyin halitta na asali ba. Idan rai ya bar tayin kafin haihuwa, jaririn zai kasance a mace.

Jikin ɗan adam ya kunshi abubuwa goma sha shida na zahiri, waɗanda abubuwa goma sha tara masu haske masu karfi waɗanda ke wakiltar ainihin jikin etheric da ke zaune a cikin siffar ɗan adam ta zahiri. Wannan jikin etheric shine tushen motsi da aiki a cikin jiki ta zahiri. Abubuwa goma sha tara na duniya sune hankali, motsin rai, da mahimmanci. Abubuwa goma sha tara sune hankali, kai (girman kai), ji, tunani mai bayyana (sanin ji), kayan aiki guda biyar na ilimi waɗanda suka dace da jin gani, ji, kamshi, ɗanɗani, da taɓawa, kayan aiki guda biyar na aiki waɗanda suka dace da ikon tunani na haifuwa, fitar da ruwa, magana, tafiya, da kwarewar hannu, da kayan aiki guda biyar na karfin rai waɗanda aka bai wa ikon yin ayyukan jiki na lu'ulu'u, sha (haɗa abinci bayan narkewar abinci), kawar da sharar gida, metabolism (canza abinci zuwa abu mai rai ko amfani da shi don samar da makamashi), da zagayawa. Wannan harsashi mai haske na duniya na abubuwa goma sha tara ya kasance bayan jikin jiki, wanda ya kunshi abubuwa goma sha shida masu kauri, ya mutu. Duk waɗannan abubuwan za a iya canza su zuwa sani mai tsabta ta hanyar yin amfani da dabarun yoga na ci gaba.

Idan aka haifi jariri, idanunsa suna kiftawa idan ya ga haske, yana jin sauti, yana kamshi, yana ɗanɗani, kuma yana numfashi. Sauti yana kama da na al'ada a gare shi, kuma yana gane yana rayuwa a cikin jiki na zahiri. Juriyar haihuwa ta baya ta kare da numfashinsa na farko. Yayin da mafarkin ya kama cewa "rayuwa" ya dogara ne akan jiki da numfashi, yana sha'awar duniyar zahiri kuma a hankali yana saba da ita.

Yayin da lokaci ke wucewa, yaron yana yin kokari sosai don sarrafa jikinsa Sau nawa kuke ganinsu suna jujjuya

hannayensu da kafafunsu a sama, suna kokarin daidaitawa da siffar jikinsu? Wannan yana karkashin jagorancin tunanin rai, ta hanyar tunanin da rai ya yi game da abin da ya gabata Tunawa koyaushe yana nan. Mutane suna jin tsoron mutuwa saboda suna tuna lokutan da suka taɓa fuskantar sa, kamar yadda suke jin tsoron ciwo saboda sun sha wahala sosai a baya.

Yayin da yaro ya girma ya zama karami, iyayensa da danginsa suna rinjayarsa. Kowa yana son su bambanta, har da takwarorinsu masu mugunta waɗanda suke son su zama kamar su kuma su bi halayensu da ayyukansu! A tsakiyar wannan rikici, yaron yana jin matsin lamba sosai. Duk da haka, kananan yara waɗanda ke jin daɗin 'yanci mai yawa daga baya suna cewa cikin nadama, "Ina fata iyayena sun gaya mini game da mummunan sakamakon ɗabi'ata; da sun yi, da na fi kyau yanzu"

Akwai da yawa daga cikin gwagwarmayar tunani da ta motsin rai da mutum zai jure kafin ya kai ga girma. A wannan matakin, hankulan suna kara aiki, kuma saurayi ko budurwa suna shiga cikin wani gagarumin yaƙi na ciki. Wannan gwagwarmaya da hankula tana da yawa, kuma babban nasara ga matasa ita ce nasarar da suka samu a kan ilhami da kuma rage sha'awarsu mara iyaka.

Abin mamaki ne a rayu, amma akwai rundunonin da yawa da ke jira don halaka mu Kasada tare da masu farauta a Afirka ba komai ba ce idan aka kwatanta da kasadar rayuwa kanta Kuma babu wata kasada a tarihi da ta wuce ta cikin jin daɗi da annashuwa Godiya ga hankali, mutane sun san yadda za su kare kansu daga dabbobin daji, amma ba su san yadda za su kare kansu daga munanan halaye da illolinsu ba. Babban abokin gaban mutum shine kansu. Fiye da kowane abokin gaba, fiye da kwayoyin cuta masu kisa, bama-bamai masu lalata, ko wata barazana, mutum ya

kamata ya ji tsoron kansa lokacin da ya yi kuskure. Lokacin da mutum ya rayu cikin rashin sanin yanayin ruhaniyarsa kuma ya bar miyagun halaye su mallake shi, sai ya zama abokin gabansa. Hanya mafi kyau ta cin nasara a wannan yaƙin rayuwa ita ce abota da kansa. Kai mai ci gaba a ruhaniya abokin mutum ne, yayin da kai mara ci gaba shine abokin gabansa.

Yana da sauƙi mu yi tunanin kanmu za mu bincika wata ƙasa mai daji, wadda ba a sani ba. Idan za mu je da jirgin ruwa, ya kamata mu ɗauki jirgin ceto tare da mu domin idan jirgin ya nutse, mu yi amfani da jirgin don ceton kanmu. Amma a cikin abubuwan da suka faru a rayuwa, jiragen cetonmu suna zubewa duk da cewa mun ɗauki duk wani mataki na kariya.

A cikin daji mai cike da mafarauta, za ku iya ɗaukar matakan kariya daga waɗannan dabbobin, amma shawo kan haɗarin da ba a iya ganewa ba, ya fi wahala Ta yaya mutum zai iya kare kansa daga miliyoyin kwayoyin cuta da ke kewaye da mu koyaushe? Muna tsammanin muna lafiya lokacin da muka ɗauki matakan kariya daga haɗarin da za mu iya gani da ji, amma tsaronmu bai isa ya kare mu daga kwayoyin cuta ba. A cikin jini, kwayoyin jini na farin jini koyaushe suna yaƙi da waɗannan kwayoyin cuta. Magunguna kawai suna rage su. Kwayoyin jini na farin jini su ne sojojin da ke fuskantar su kuma suna lalata su. Idan jininku ya yi rauni, waɗannan "sojoji" ba za su iya taimaka muku ba. A cikin huhu na mutane da yawa da ke da aminci da kwanciyar hankali, kwayoyin tarin fuka masu mugun hali suna boye, a shirye suke su afka wa mai masaukinsu su lalata shi. Yanayi yana samar da shingen kariya don hana waɗannan hare-haren kwayoyin cuta, amma tasirin wannan shingen ba zai daɗe ba idan jiki ba zai iya tsayayya ba. Wannan gwagwarmaya ta ci gaba a cikin dajin rayuwa da ba a gani a cikinmu. Idan kun bincika abincinku a ƙarƙashin

na'urar hangen nesa, ba za ku dandana shi ba. Kwayoyi suna cin sa, kuma kuna haɗiye shi duka! Har ma da ruwan da kuke sha yana cike da waɗannan halittu masu rai. Babu wani mai cin ganyayyaki ko ɗaya a duniya domin kowa yana cin miliyoyin kwayoyin cuta kowace rana. To, shin mutane za su daina cin abinci?

Domin a yi tafiya cikin dajin rayuwa lafiya, dole ne mutum ya samar wa kansa da makaman da suka dace kuma ya zama soja mai horo sosai. Waɗanda ba su san hanyar da ta dace don kare kansu ba da sauri suna rasa rayukansu. Amma mutum mai hikima, wanda aka shirya don duk abin da zai faru—rashin lafiya, tunani masu karo da juna, munanan halaye, mummunan kaddara, da kuma karma mara kyau—zai yi nasara a cikin wannan kasada, wadda ke buƙatar taka tsantsan, taka tsantsan, da wasu hanyoyi da dabaru da za su ba mu damar fuskantar da kuma shawo kan maƙiyanmu na ciki, waɗanda suka fi karfinsu da kuduri fiye da kowane abokin gaba na waje.

Yayin da muke ci gaba da tafiyarmu ta rayuwa, muna koyon hanyoyi mafi kyau don shawo kan cututtuka da abubuwan da ke haifar da cututtukan jiki, na hankali, na ɗabi'a, da na ruhaniya. Idan muka shawo kan cututtuka na jiki da gwagwarmayar tunani cikin lumana, za mu iya cewa rayuwa ta kasance abin birgewa. Amma ba hikima ba ce a ce rayuwa tana da daɗi kafin ta kai ga nasara ta gaske. Sai dai idan mutum ya kai matakin karshe kuma ransa ya 'yantu cikin Allah, rayuwa ba ta kare a gare su ba. Dole ne su hau cikin ruhu, sannan babi na karshe na kasada zai kare.

Idan mutum ya ga wani yana shan wahala, sai ya gode wa Allah cewa ba ya fuskantar wannan kalubalen. Amma wa ya sani, zai iya zama lokacinsa na gaba. Yiwuwar cutar da jiki ba ta da iyaka, don haka dole ne mutum ya kasance mai

taka tsantsan kuma ya shirya don duk wani abin da zai faru da abubuwan mamaki.

Masanin kimiyyar ya ce: "Ku ci abinci mai kyau da gina jiki kuma ku bi ka'idodin lafiya don kare kanku daga kwayoyin cuta" Dan siyasar ya ce: "Ku zama jaruman sojoji don kare kanku da kasarku daga makiyanku"

Hakika muna rayuwa a cikin wata duniya mai ban mamaki Har ma iyaye mata, wadanda suka nuna kauna, tausayi, da sadaukarwa, ana horar da su don kashe 'ya'yan wasu. Abin takaici ne! Amma wani lokacin, yaki yana kawo alheri; yana cire mana tsoro da raunin nufinmu.

Dazuzzuka da dazuzzukan rayuwa suna cike da makiya: cututtuka, talauci, wahala, munanan halaye, da kuma sha'awar da ba ta dace ba. Akwai kuma wasu abubuwa marasa adadi da za a yi la'akari da su da kuma ka'idodi da za a bi, har rayuwa ta zama ba za a iya jurewa ba idan muka yi kokarin sanya su a cikin zukanmu. Matsaloli sun zama ruwan dare a kowane fanni na rayuwa, kuma mutane suna karkashin wani irin sihiri na hypnotic. Saboda haka, lokaci ya yi da dan adam zai gwada hanyoyi daban-daban don kunna iko da karfin tunani marasa iyaka.

Allah ya bamu wata hanya mai ban mamaki ta kariya: hankali Ya fi karfin bindigogin inji, wutar lantarki, iskar gas mai guba, ko kowace magani. Dole ne a kula da wannan tunanin kuma a karfafa shi. Babban bangare na kasadar rayuwa yana cikin sarrafa hankali da kuma kiyaye shi cikin ladabi da jituwa da Allah a kowane lokaci. Wannan kafai shine daya daga cikin sirrin rayuwa mai nasara da farin ciki.

Ko da yake mutane suna amfani da hanyoyi na zahiri da hanyoyin warkarwa, bai kamata su dogara ga wadannan hanyoyin ba, sai dai ga ikon Allah a bayansu. Dole ne mu roki Allah ya ba mu fahimta da karfin hali don kada mu

dogara ga magani amma mu dogara ga Shi, kuma, da farko, ga ikon tunaninmu.

Ba a koya wa ɗan adam yadda zai cimma wannan yanayin tunani da aka samu ta hanyar horar da hankali da kuma daidaita shi da Allah ta hanyar yin bimbini ba. Duk da haka, dole ne hankali ya kasance karkashin ikonka gaba ɗaya kafin ka yi ƙoƙarin musanta duniyar zahiri da magungunanta na zahiri. Har sai ka cimma wannan, ya fi kyau ka ɗauki mata kai masu ma'ana don taimaka wa jiki. Idan mutum zai iya kama garwashin wuta ba tare da an ƙone shi ba, to za su iya musanta duniyar zahiri kuma su bayyana cewa hankali shine komai. In ba haka ba, kwayoyin halitta suna wanzuwa kuma dole ne a yi mu'amala da su bisa ga dokokinta ta hanyoyi masu ma'ana da aiki.

Allah ya kuma ba mu makami mara rinjaye wanda za mu iya shawo kan dukkan bakin ciki da radadi da shi: makamin hikima, wanda muke samu ta hanyar jituwa da Allah Hanya mafi sauƙi ta shawo kan rashin lafiya, takaici, da rashin sa'a ita ce mu kasance cikin jituwa koyaushe da Mahaliccinmu

Mutane kamar ƙananan yara ne a cikin dajin rayuwa, waɗanda aka tilasta musu su koyi daga gwaje-gwaje da wahalhalun da suka sha kansu, suna tuntuɓe cikin tarkon rashin lafiya da munanan halaye. Dole ne mu nemi taimako akai-akai kuma mu yi ƙoƙari mu daidaita tunaninmu da ayyukanmu da Allah da dokokinsa marasa canzawa.

Idan duniya ta yi duhu a gaban idanunku kuma wahalar rayuwa ta mamaye ku, ku tuna cewa Allah yana kusa kuma ku ji lafiya da kwanciyar hankali a cikin sansanin kasancewarsa Duk da gwagwarmayarku a kan hanyoyin rayuwa da kuma fallasa ku ga dukkan nau'ikan tasirin lalata, ku tuna cewa ba an yi su ne don su halaka ku ba, amma don gwada imaninku da kuma farkar da ƙarfin barcinku Dole ne

mu dage a yakin rayuwa mu fuskanci duk muguntar da ke kewaye da mu, mu wargaza su da kuma kayar da su da ikon dukkan abubuwan da ke kewaye da mu na kasancewar allahntaka a cikinmu. Kuma a karshen kasadar rayuwa, za mu ce: Ya Ubangiji, ya yi wuya a riƙe ƙarfin hali da ci gaba da gwagwarmaya har zuwa ƙarshe, amma ƙarfin da Ka ba mu ya fi tsoronmu girma, kuma godiya ga waɗannan manyan iko, mun yi nasara kuma mun fahimci cewa an haliƙce mu cikin siffar Allah Kai ne Ubangijin duniya kuma kana nan a ko'ina, to me muke tsoro, kuma wa muke tsoro, matuƙar Kana tare da mu?

Da zarar mutum ya fahimci cewa ya zama ɗan adam, tsoro yana ƙaruwa, kuma da alama babu mafaka Ko da kuwa irin matakan da ya ɗauka, akwai gihin da kurakurai za su iya shiga. Babu natsuwa ta gaske sai a wurin Allah, kuma babu zaman lafiya ba tare da Shi ba. Ko muna cikin dazuzzukan Afirka, a fagen daga, ko kuma a cikin muƙamuƙin talauci da talauci, dole ne mu yi wa Allah rada: Ina ƙarƙashin kariyar kasancewarka marar misaltuwa, Ya Ubangiji! Ina ci gaba a kan layin rayuwa, kuma ina jin cewa ina ƙarƙashin kariyarka da kulawarka!

Babu wata hanyar zuwa ga aminci da tsaro Yi amfani da hankali da hankali a cikin duk abin da kake yi, kuma ka dogara ga Allah gaba ɗaya. Allah yana kula da duk wanda ke kula da Shi kuma yake girmama dokokinSa, kuma Yana karɓar duk wanda ya juya gare Shi da zukaƙansu da rayukansu, yana yi musu albarkarSa da kuma tabbatar da cewa abincinsu yana nan ba tare da katsewa ba.

Mutane da yawa sun faɗa cikin rashin lafiya kuma sun zama abin farauta ga munanan halaye, ba za su iya fitar da kansu ba. Bai kamata a ce babu wata hanyar da za a iya tserewa daga tarkon da rayuwa ke takawa a kowace hanya ba. Jarraɓawa da wahalhalun da ke fuskantar mutum na ɗan

lokaci ne kuma sun dogara ne akan kudurinsa da kuma kunna niyyarsa ta shawo kansu ɗaya bayan ɗaya. Rashin nasara na wani takamaiman lokaci ba yana nufin shan kashi a yaƙin rayuwa ba. Mutumin da ya yi nasara kuma ya ci gaba da tabbatar wa kansa cewa sun fi ƙarfi fiye da yanayi kuma ba sa tsoron komai matuƙar suna tare da Allah kuma Allah yana tare da su, suna fahimtar zurfin cewa rayuwa da mutuwa yanayi ne daban-daban na sani.

Allah ya halicci komai domin ya gwada mu da kuma bayyana rashin mutuwa na rai a cikinmu. Wannan shine kasada ta rayuwa kuma manufarta ita ce kawai kasadar kowane mutum ta musamman ce, kuma dole ne su kasance a shirye don fuskantar dukkan kalubale na lafiya, hankali, da ruhi da fahimta, ƙarfin hali, da imani ga Allah, da sanin cewa ransu ba ya mutuwa komai abin da ya faru da jiki. Hakika, babu makami—komai makaman—da zai iya halaka wannan rai. Wuta ko ruwa ba za su iya kone ta ba, domin ita ce siffar Allah ɗaya tilo.

Abin mamaki ne a fahimci cewa mutuwa ba ita ce ƙarshen ba, domin da wannan ilimin muna samun ƙarfin tunani da 'yanci daga ruɗani Lokacin da rashin lafiya ta kama jiki kuma ya daina aiki, rai ya yi imani cewa ya mutu, amma Allah ya taɓa shi ya tabbatar masa cewa har yanzu yana da rai. Soja a fagen daga, wanda bam ko tarkace suka buge shi, ya yi ihu, "Na mutu, Allahna!" Amma Allah ya amsa, "Ba shakka ba! Ba ka yi mini magana ba? Babu abin da zai iya halaka ka Kai rai ne marar mutuwa, kuma kana mafarkin kawai cewa ka mutu" Sai rai ya fahimci cewa abin da ya faru na wucewa daga jiki ta hanyar mutuwa ba shi da ban tsoro kamar yadda ake nunawa sau da yawa. Sanin cewa rayuwa a cikin jiki tana da iyaka yana da alhakin imani cewa asarar jiki ita ce ƙarshen komai, yayin da a zahiri, rai yana da rai kuma ba ya mutuwa domin shine siffar Allah mai rai kuma madawwami.

yogi na gaskiya suna da ikon sarrafa tunaninsu a kowane yanayi Lokacin da mai nema ya kai wannan matakin, sai su sami 'yanci su fahimci cewa rayuwa kasada ce mai tsarki Annabawa da manyan mutane sun nuna wannan gaskiyar, domin babu abin da zai iya cutar da manyan rayukansu tsarkakakku. Sun fuskanci kaunar Allah har zuwa ga karshe, kuma wannan soyayya ita ce mafi ban sha'awa da dorewa a cikin kasadar rayuwa.

Soyayyar ɗan adam ba ta da ma'ana sai dai idan ta samo asali ne daga kaunar Allah marar sharafi Saurayi da mace na iya fadawa cikin soyayya, sannan su fada cikin kiyayya Sha'awar ɗan adam ba ta da cikakkiya kuma tana daure da yanayi da yawa, yayin da kaunar Allah cikakkiya ce kuma ba ta da iyaka.

Wannan kasada ta rayuwa za ta cika ne kawai lokacin da mutum ya shawo kan hatsarori da kurakurai ta hanyar karfin hali da hankali, kamar yadda manyan suka yi. Sannan za su waiwaya baya su ce, "Wadannan gwaje-gwajen sun kasance masu wahala da haɗari, kuma na kusa faɗuwa, amma yanzu ina da karfin gwiwa a kaina bayan Allah ya buɗe idanuna ya ba ni ilimi mai tsarki."

Za mu iya cewa rayuwa kasada ce mai ban mamaki lokacin da Allah ya gaya mana a karshe: "Duk wadannan jarabawa masu ban tsoro sun kare, ina tare da ku har abada, kuma babu abin da zai iya cutar da ku kuma"

Hankalin ɗan adam yana karfafawa ta hanyar fuskantar cututtuka da wahalhalu, shawo kan matsaloli ɗaya bayan ɗaya Duk abin da ya raunana hankali shine mafi munin ma'iyinsa, kuma duk abin da ya karfafa shi shine mafakarsa. Ku raina wahalhalu da rashin sa'o'i da ke zuwa muku.

(A cikin faɗin Abu al-Qasim al-Shabbi):

Zan rayu duk da rashin lafiya da makiya, kamar gaggafa
a saman babban kololuwar

Ina kallon rana mai haske, ina yi wa gajimare ba'a,
ruwan sama, da guguwa

Allah ya nuna min cewa wannan rayuwa mafarki ne
kawai. Idan ka farka cikin Allah, za ka tuna da ita a matsayin
mafarki mai sauri na farin ciki da bakin ciki, babu wani abu
kuma.

Kuma a sa'an nan za ka san cewa kai madawwami ne
har abada a cikin Allah ɗaya tilo kuma makaɗaici

Salam alaikum barka da warhaka

Abinci mai gina jiki na ruhaniya

Komai zai shuɗe ya bace, kuma Allah kaɗai ne
madawwami kuma mafaka mai aminci daga dukkan guguwa
da guguwa masu karfi da ke busawa a faɗin duniya

Abota mai saurin gushewa ta ɗan adam ba ta da wani
sharaɗi kuma galibi ana gurbata ta da son kai, domin idan
son kai ya kare, haka nan soyayya zumunci ta ruhaniya da
kuma kauna ta gaskiya, duk da haka, suna sanya mana jin
nauyin da ya rataya a wuyanmu na kula da wannan abota da
kuma kiyaye tsarkin wannan soyayyar. Lokacin da muka yi
koƙarin fahimtar wani, ba za mu iya yin abin da ke bata
masa rai ba, kuma idan ba mu yi koƙarin fahimtarsa ba,
.jituwa ba ta wanzuwa

Ranar da zan yi bankwana da wannan duniyar, amma
matuƙar na ci gaba da zama a wannan duniyar, babban farin
cikina yana cikin yin magana da waɗanda suka amince da ni
game da abubuwan al'ajabi na Allah da kuma kara
sha'awarsu ga wannan hasken allahntaka wanda ya ba ni
.ta'aziyya, 'yanci, da tsaro

:Tabbatar da kai

Zan iya cika dukkan ayyukana ne kawai ta hanyar aro
karfina daga Allah. Saboda haka, burina na farko shine in
faranta masa rai. Allah shine kauna ta farko a cikin zuciyata,
.babban burin raina, kuma babban burina na nufin da tunani

Hakikanin kanmu—ruhun—ba ya mutuwa Muna
wanzuwa, kuma wanzuwarmu har abada ce. Rakuman ruwa
suna zuwa bakin teku sannan su koma teku ba tare da sun
rasa kansu ba; maimakon haka, suna zama ɗaya da teku ko
kuma suna iya sake dawowa [zuwa bakin teku] a cikin siffar
wani rakuman ruwa

Idan wayoyin na'urar lantarki suka karye, kwararre zai
iya maye gurbinsu. Amma idan kyallen jijiya ta lalace
sakamakon kaikayi mai tsanani, jijiyoyi za su rasa aikinsu,
kuma wa zai iya maye gurbinsu? Saboda haka, dole ne a yi
taka tsantsan sosai yayin da ake mu'amala da tsarin jijiyoyi
mai daraja, domin yana sake farfadowa daga ciki, kuma idan
ya lalace, ba za a iya gyara shi ko maye gurbinsa da wata
.na'ura ba

Daliban suna jin daɗin yin hutu tare da malaminsu,
:Paramhansa, a yanayi, sai ya ce musu
Abin sha'awa ne a ji daɗin kwanciyar hankali da kuma
wadata cikin farin ciki! Allah yana so mu rayu cikin sauƙi
!kuma mu ji daɗin ruhaniya

Kamar yadda mutum yake farkawa daga mafarki mai
ban tsoro don ya fahimci cewa abin da ya gani ba komai ba
ne illa mafarki, haka nan sanin Allah yake karfafa mutum ya
farka daga mafarkin barci da ruɗani zuwa sabon sani da
.fahimtar ma'anar rayuwa da manufarta
Idan muna son mu fuskanci wayewar wayewar ruhaniya
da kuma shaida hasken tabbas, dole ne mu saurari muryar
.ciki mu kuma amsa ga abin da ya motsa mu
Dole ne mu cire duwatsun ruɗani da duwatsun jahilci
waɗanda ke hana tafiya ta rai da kuma hana motsinta. Dole
ne mu buga kofar farkawa daga barcin rashin kulawa, domin
mu shaƙa iskar ni'ima da kuma kawo wutar lantarki ta sama
ga kowane tunaninmu, kowane irin ji namu, da kowane
.aikinmu

Ba za a iya ɗaɗɗana farin ciki na gaskiya ba sai dai idan
kyawawan sha'awa sun rinjayi munanan sha'awa, kuma sai
dai idan an shirya da nufin zuwa ga madaidaiciyar hanya
zuwa ga maɓuɓɓugar gaskiya da kuma tushen dukkan
.alherin da ke akwai

Abota ta gaskiya ta fi dukkan wadata. Idan za ka iya
.zama aboki na gaskiya ga mutane, za ka sami Allah

Allah shine tushen hikima da wahayi masu haske
waɗanda ke gudana akan rayuka masu kyau. Shi ne kamshin
sama wanda ke fitowa daga murhun zukatan kauna. Shi ne
.babban farin ciki wanda ke cika rai da farin ciki mai tsarki

Ya Ubangiji, ina rokonka ka haskaka raina domin in
fahimci gaskiya ta karshe. Zan gan ka, Ya Ubangiji, a
bayyana a cikin bayyanuwar yanayi—a cikin furanni,
bishiyoyi, da duk kyawawan abubuwa Ta hanyar zurfafa
tunani a ruhaniya, zan buɗe kofofin zaman lafiya kuma in yi
koƙari sosai don inganta rayuwata domin in fahimci ainihin
.ma'anarta

Idan ina tare da wasu, ina nan a wurin sosai kuma ina jin
daɗin yin mu'amala da su, kuma idan ni kaɗai ne, ina jin
daɗin wannan farin cikin. Kuma idan ina aiki, ina aiki da
.dukkann kuzarina da nufina, kuma ina jin ƙarin farin ciki
Dole ne mu yi aiki da sha'awa ta gaske da kuma farin
ciki na ciki, in ba haka ba za mu rasa kuzarinmu kuma ba za
mu iya sabunta kuzarinmu ba. Dole ne kuma mu kasance
masu gaskiya koyausha kuma mu gina gaskiya tare da ƙarfin
zuciyarmu, domin da gaskiya za mu iya yin aiki cikin jituwa
da wasu

Kada ka yi baƙin ciki game da soyayya da ta baƙe maka,
ko ta hanyar mutuwa ko kuma saboda yanayin ɗan adam
mai canzawa da canzawa koyausha Soyayya kanta ba ta
taɓa baƙewa ko mutuwa ba, amma a ɓoye take daga gare ka
na ɗan lokaci, don wataƙila a cikin bincikenka na dindindin
za ka iya gano ainihin asalinta kuma soyayya za ta ci gaba
da ɓoye ta na ɗan lokaci har sai ka same ta a cikin siffar
kaunataccen allahntaka wanda ke zaune a cikin zurfin
.ruhinka

Bai kamata mutum ya rayu kowace rana a cikin irin
wannan yanayi na rashin jin daɗi na tunani ba. Idan mutum
ya yi addu'a da gaske kuma ya amince cewa Allah zai biya
.masa abin da ya roka, zai sami albarka da taimakon Allah
Idan akwai wata mummunar dabi'a da ta yi katutu a jiki,
za a iya wargaza ta ta hanyar samar da wata dabi'a ta tunani

mai karo da juna da kuma ta adawa da ita, sannan a kunna
.ta har sai an kawar da wannan dabi'a mai guba
Dole ne mutum ya tabbatar wa kansa cewa zai canza
zuwa mafi kyau, kuma zai kasance mai karfi duk da wasu
.raunin da yake fama da su a yanzu
Da zarar mutum ya yanke shawarar yin canji mai kyau,
zai ji kamar ya zama wani mutum daban, kuma wannan jin
.zai kawo masa yalwar kuzari da farin ciki na ciki

Wani lokaci Allah yana bayyana kansa ga masoyansa a
matsayin babban haske, murya ta sararin samaniya, farin
ciki mara iyaka, ko kuma kaunar zaki mafi girma
Ko kuma a matsayin fahimta, hikima, da ilimi
Haskenta yana fadaɗaɗawa kuma yana yaɗuwa kamar
fikafikan sararin samaniya har abada, kuma wani lokacin ina
ganin wannan duniya a matsayin mafarki a cikin zuciyar
wannan hasken

Sai na fahimci cewa duniya mafarki ce

Komai yawan rashin jituwa da kai da abokanka na
gaskiya, akwai fahimta da sadarwa a tsakaninku koyausha.
Irin wannan abota ta dogara ne akan girmama juna kuma
tana da ma'ana mai yawa a gare ku. Abota da aka gina bisa
kaunar Allah ita ce kawai dangantakar da aka kaddara za ta
.dawwama

Ana iya fahimtar hasken ruhu mai farin ciki ta hanyar
mayar da hankalin mutum zuwa ciki. Ana iya cimma wannan
ta hanyar amfani da hankali don jin daɗin kyawawan wahayi
na tunani a cikin boyayyen sararin ruhu, yana zaune a cikin
.zurfin kai

Bayan duk abin da mutum ya cimma a wannan duniyar,
rayuwa ta zama kamar babu komai, domin a karshe, dole ne
su bar komai a baya. Wata rana za ta zo da mutum zai rabu

da duk abin da yake da shi na duniya. Mutane suna hassada
ga masu kuɗi saboda dukiyarsu da karfinsu, amma su ma za
su bar komai a baya, kuma ayyukansu ne kawai za su raka
.su daga wannan duniyar

Daya daga cikin almajiran ya gaza a wani abin da ya
faru na ruhaniya kuma ya fara zargin kansa da nadama da
:ɗaci. Malamin, Paramhansa, ya ce masa
Kada ka ɗauki kanka a matsayin mai zunubi, domin idan
ka yi haka, kana bata sanin Allah a cikinka Me yasa kake
haɗa kanka da rauninka? Madadin haka, ka tabbatar da
wannan gaskiyar ga kanka: "Ina kusa da Allah, kuma yana
:kaunata" Ka yi addu'a gare shi
Ya Allahna, ko na gode ko na kirki, ni naka ne Ka farkar"
"da ambatona da sha'awarka, Ya Ubangiji

Mutumin mai hikima Paramahansa ya ce, bayan ya yi
magana da wani bako mai girman kai wanda ya yi magana
:game da kansa fiye da kima
Ruwan sama na rahamar Allah ba ya taruwa a kan"
manyar kololuwar girman kai, amma yana gudana cikin
"sauki zuwa kwarurukan tawali'u

Wannan Duniya kamar babban gida ce da ke ba da
mafaka ga iyali ɗaya na duniya, tsakiyar ɗumin da rana ke
bayarwa, wata ɗaya ke haskakawa, kuma taurari iri ɗaya ke
kawata ta. Membobin ta suna shakar iska iri ɗaya, suna cin
abinci iri ɗaya, kuma suna shan ruwa iri ɗaya. Duk jikin ɗan
adam yana jin zafi da rauni. Akwai tunani ɗaya a bayan
dukan harsuna, da kuma yanayin ɗan adam ɗaya a bayan
.dukan halaye da halayen kasa na dukkan mutane

Ya Ubangiji, ka bar ni in ji kasancewarka a cikin kowane
aiki da zan yi Ka taimake ni in kawar da inuwar tsoro da ke
boye hasken jagorancinka, Ka kuma bar furannin sha'awata
su yi fure a cikin lambun zuciyata yayin da nake jiran
.fitowarka

Ina karanta addu'o'ina a kan rosary na bege, kwallansa
da aka dāure da zaren kaunar Allah
Allahna kaunatacce, Ka sanya ni cikin dare mai dadī na
rayuwa wanda ke rera maka wakoki masu dadī Bari in kirkira
daga mafarkina na Kai da kuma sha'awarka
Tsani da zan hau don in isa gare ku
A cikin tafkin rayuwa mai cike da ruwa, ina ganin
rayuwar sararin samaniyarka ina rokonka ka shirya da
kogunan sha'awata, suna gudana ta cikin hamadar wahala,
.domin su haɗu da tekun sararin samaniyarka

Zunubi shine duk wani abu da ke sa mutum ya manta
da Allah kuma bai damu da Shi ba

Ni digon ruwanka ne mai rawar jiki a kan ganyen rai da
mutuwa, ina gudana zuwa ga teku mai tsarki wanda ba shi
da bakin teku
Ni digon ruwan raba ne mai yawo, a karshe na koma
gidan sama
Ni digo ne na rabar ku ta har abada tana rawa a kan
furannin baya, na yanzu, da na gaba
Ni digon rabar ka ne, wanda aka bugu da kauna, ina
shawagi lafiya a kan ganyen jarabawar duniya don haɗawa
da tsarkakakkun ruwan hikimarka, tsarkakakkun. Ba na son
in rasa kaina, sai dai in faɗaɗa ta hanyar haɗuwa da babban
tekuna. Haka ne, ina so in zama digon rabar ka, wanda
.kowace lebe ke jin kishin Allah ta sha

Allah yana fahimtarka idan kowa bai fahimce ka ba. Shi ne mai kauna wanda ke kula da kai cikin tausayi kuma koyaushe yana tausaya maka. Wasu suna ba ka kaunarsu na ɗan lokaci sannan su yashe ka. Amma Allah ba ya barinka .kuma ba ya yashe ka

Karfin niyya yana canza tunani zuwa kuzari, kuma waɗanda suka sami nasara mai ban mamaki mutane ne masu karfin zuciya. Idan mutum ya gina karfin niyya, ba ya faɗawa cikin mawuyacin hali, komai girman wahalar da yake fuskanta, amma a koyaushe yana tabbatar wa kansa cewa .ba za a ci shi a yaƙin rayuwa ba

Daya daga cikin masu girman kai masu hankali ya yi kokarin rikitar da maigidan Paramahansa yayin da yake tattaunawa kan batutuwa masu sarkakiya na falsafa, don haka maigidan ya ce da murmushi: "Gaskiya ba ta jin tsoron "tambayoyi

Malamin ya ce, "Ba zai yiwu Allah ya yi watsi da mu ko ya yashe mu ba. Yana aiki a boye ta kowace hanya don ".taimaka mana da kuma hanzarta ci gaban ruhaniyarmu

Manyan mutane suna cimma komai ta hanyar ikon mayar da hankali da Allah ya bayar, ikon da za a iya nomawa ta hanyar tunani. Idan muka yi amfani da wannan ikon allahntaka mai mayar da hankali, za mu iya cimma .nasara da kuma haɓaka jikinmu, hankalinmu, da ruhinmu

Mutanen Gabas, a matsayin ka'ida, suna da sha'awar ruhaniya. Suna kallon rayuwa ta hanyar falsafa kuma suna haɓaka sha'awarsu ta halitta don yin tunani. Duk da haka, yawancin mutanen Gabas suna batar da lokacin hutunsu cikin rashin aiki da kasala maimakon neman ilimin ruhaniya, .duk da haka har yanzu suna da wayewar ruhaniya mai zurfi

Idan mutum ya rufe idanunsa, yana tunanin cewa
wannan duniyar gaba ɗaya ba komai ba ce illa wahala da
bakin ciki, amma idan ya buɗe idon hikima ya kuma kiyaye
natsuwar da daidaitonsa, zai ji daɗin wannan duniyar
.kamar dai yana kallon fim mai daɗi

:Don fara yin bimbini

Zauna a tsaye, da kashin bayanka a miki, kuma rufe
idanunka marasa natsuwa da fatar ido. Ka riƙe su a tsaye.

Saki hankalinka daga jin nauyin jikinka, kuma ka huta
jijiyoyin da ke haɗe da tsokoki da kasusuwanka masu nauyi.
Ka manta da ra'ayin ɗaukar da motsa tarin kasusuwa masu
.yawa da aka ɗaure a cikin nama mai kauri

Ka huta, ka 'yantar da hankalinka daga sanin nauyin jiki.

Kada ka yi tunani game da nauyin jiki, amma ka ji cewa
ranka ya 'yantu daga siffa ta dindindin ta zama mai nauyi.
Bari tunaninka ya tashi sama, kasa, hagu, da dama, zuwa ga
.rashin iyaka ko zuwa duk wani wuri da kake so

Ji da kuma tunani game da 'yancin tunaninka daga jiki
Mafarki, rayuwa, da kuma jin wannan tashin hankali Yayin da
kake zaune a matsayi mai tsauri, wannan 'yancin zai karu a
hankali kuma a ci gaba da karuwa

Rufe kofofin fatar idonka ka dakatar da rawar jaraba mai
ban sha'awa Bari hankalinka ya sauko zuwa ga maɓuɓɓugar
zuciyarka mara iyaka kuma marar iyaka Ka sa zuciyarka ta
shagaltu da zuciyarka, wadda ke gudana da jini mai
mahimmanci, kuma ka ci gaba da jan hankalinka a kan
igiyoyinta har sai ka ji bugunta mai karfi. Tare da kowace
.bugun, ji karfin bugun rayuwa

Ka yi tunanin irin wannan rayuwa ta duniya tana buga
kofofin zukan miliyoyin mutane da biliyoyin wasu halittu

Buga zuciyarka ba tare da tsayawa ba a hankali yana
shelar kasancewar iko mara iyaka a bayan kofofin iliminka.

Raɗaɗin motsin rai mai cike da dukkan abubuwa yana yi
:maka rada

Ba wai kawai ka sami ɗan karamin rafi na rayuwata ba,"
amma ka faɗaɗa sararin hankalinka ka bar ni in nutsar da
jininka, jikinka, hankalinka, hankalinka, da ruhinka a cikin
".bugun rayuwata ta duniya

Ya kamata mu rika tunani game da abin da za mu yi da
kuma yadda zai shafe mu

Yin aiki bisa ga sha'awa da kuma ilhami ba 'yanci ba ne,
domin sakamakon rashin gamsuwa na ayyukan da ba daidai
ba suna ɗaure abubuwa ne da hankalinmu ya gaya mana
suna da kyau kuma ya kamata a yi sakamako mai kyau,
domin suna kawo gamsuwa da 'yanci Wannan hanyar da aka
.jagoranta da hikima tana kawo sa'a da albarka

Lokacin da almajirin ya fahimci cewa yana cikin jituwa
da Allah, sai ya yi farin ciki da ruhu ya yi ihu da farin ciki: "Ya
Ubangiji, ban sami wani abu a duniya da ya fi ka kyau da
".daɗi ba

Iska tana wasa
Kuma itacen yana nishi
Kuma rana tana murmushi
Kuma kogin yana rawa
Kuma duniya ta canza bakar rigar taurarinta
A cikin wata riga mai haske ta zinariya mai haske
Kuma yanayi yana son nuna kyawunsa
Canza launuka na lokutan farin ciki
Kuma rafin da ke ratsawa koyaushe yana kofari
Don yin gunaguni game da tunani mai zurfi wanda ruhu
ya yi wahayi zuwa gare shi
Kuma tsuntsayen suna sha'awar waka da yin waka

Da abubuwan da ba a sani ba suna ta yawo a cikin
zuciyarta

Amma mutum yana da ikon
Yin magana cikin hikima da kuma a sarari, da kuma
sabbin ma'anoni

Game da Ubangijin Duniya
yana ko'ina
Wanda sauran halittun ba su iya yi ba
Dangane da bayyana shi da kuma sanar da
kasancewarsa

Malamin Paramhansa ya ga ya zama dole ya ladabtar da
ɗaya daga cikin ɗaliban saboda babban kuskure, daga baya
:ya ce da nishi

Yadda nake son rinjayar wasu ta hanyar soyayya kawai,"
domin zuciyata tana karyewa kuma tana ciwo idan na ga
babu wata hanyar da za a guji horar da su ta wata hanya
".daban

A cikin wurin tunawa, ina kunna kyandirori guda biyu:
kyandir na alfijir da kyandir na farkawa, kyawawan furanni
na sha'awata suna kewaye da kafafun kasancewarka mai
cike da komai. Kamshin kaunarka, wanda ke fure a cikin
tukunyar zuciyata, yana ratsa kowace kusurwa ta rayuwata.
Inuwar tsoro da ruɗani sun bace saboda hasken haskenka
kawai, Ya Allah, wanda ya tashe ni har abada daga mafarkan
wannan rayuwa mai wucewa. Da lura da kuma idanu masu
karfi, zan kalli fuskarka mara iyaka ba tare da tsayawa ba,
!ina tunanin yanayinta na musamman da na yanzu

Idan fushi ko kiyayya ta kama mutum, sai ya ɗauki
yanayi mara kyau. Mutumin da fushi ya mamaye shi ya rasa
ikon sarrafa motsin zuciyarsa kuma yana iya cutar da wasu.
Saboda haka, kuskure ne a bar motsin rai mai karfi ya
sarrafa kuma ya tsara ayyukansa, domin yin hakan yana

ɗaure kansa a cikin kwayar yanayi mai tsanani da halaye masu cutarwa, waɗanda su ne tushen duk bakin ciki da damuwa ta tunani. Don guje wa waɗannan yanayi marasa daɗi na tunani, dole ne mutum ya wargaza waɗannan ji da motsin zuciyar da ke da alaƙa da sanin jiki. Yin bimbini [wato, komawa ga Allah da zuciya, rai, da tunani] ita ce .hanya

:Tabbatarwa

Zan kiyaye tunani da kalmomi na domin abin da yake da kyau da gaskiya ne kawai ya fito daga gare su, zan ci gaba da cikakken imani ga Allah, da sanin cewa ikonsa yana gudana ta cikina, cewa kasancewarsa a ko'ina tana kewaye .da ni, kuma kulawarsa tana kula da ni

Ya Ubangiji, na huda mayafin abubuwa na kuma sami kaunarka, kuma yanzu na fahimci cewa ni abin hawa ne don bayyana tunanin sararin samaniya da kyawun ruhaniya. Zan sadaukar da dukkan karfina da iyawata don bayyana nufinka .na allahntaka

Duk lokacin da na tuna da kai, wani irin sha'awa mai zafi tana tashi a cikina, tana motsa motsin raina tana tafiya daga zuciyata zuwa kowace kwayar halitta ta jikina, tana cika ta da kaunar Allah. Babban burina shine in isa ga zuciyar rayuwarka kuma in yi farin ciki da kasancewarka. Ba zato ba tsammani, kofar raina ta buɗe, kuma kai, farin cikin da ya !mamaye ni da ganin haskenka mai haske

Ta hanyar haɗa kai da kai, Ya Ruhu Mai Komai, zan zama bugun rayuwar sararin samaniya. Zan yi iyo a cikin teku na rayuka kuma in yi rawa a kan rakuman motsin zuciyar ɗan adam masu tsarki, in cika dukkan mutane da farin ciki mai albarka. Zan saki kogunan buri masu ɗaukaka .na duniya

Zan kasance duk hawayen da aka zubar cikin tausayi ga wasu. Zan kasance a cikin shirun tsarkaka masu launin

zinare da kuma bege mai ban sha'awa na zukatan masu sheki. Ya mai ba da buri mai aminci! Lokacin da haskena na har abada ya haɗu da haskenka mara iyaka, zan haskaka a .cikin kowane ido

A lokacin bazara na rayuwa, ina tattara sinadarin motsin rai daga furanni masu daɗi na kyawawan halaye waɗanda ke fure a cikin lambunan mutane masu kirki, kuma ina adana a cikin zuciyata ainihin tushen gafara mai zurfi, kamshi mai daɗi na tawali'u, da furannin lotus masu laushi masu ban mamaki. Kuma lokacin da dusar kankara mai sanyi na jarabawar hunturu da azaba mai raɗaɗi na rabuwar duniya suka kewaye ni, ina neman dumi da kwanciyar hankali a cikin sinadarin nectar da aka adana a cikin kwayar zuciyata. A cikin wannan kwayar, albarkar kasancewarka, sau da yawa ina samun kudan zuma mai tsarki yana shan zakin tsofaffin sha'awata, kuma ina jin natsuwa, farin ciki, da kwanciyar .hankali

Samun dukiya ta duniya ba tare da kwanciyar hankali na ciki ba kamar mutuwar kishirwa ne yayin yin iyo a cikin tafki. Idan dole ne a guji bukatar abin duniya, to dole ne a raina talaucin ruhaniya, domin shine tushen dukkan radadin ɗan adam da wahala lyaye masu arziki waɗanda ke barin kuɗi mai yawa ga 'ya'yansu galibi suna hana ci gaban tunaninsu kuma suna hana ci gabansu da farin cikinsu, wanda ya .dogara da kokarinsu :A ranar Murmushi

A cikin mawuyacin lokaci, na ji muryarki, mahaifiyata ta sararin samaniya, tana raɗawa: "Rana ta kariyata tana haskakawa daidai a lokutanki mafi haske da duhu. Kada ki damu, ɗana, amma ki yi imani ki yi murmushi! Bari hasken warkarwata ya haskaka ta cikin murmushinki mai haske. Ta hanyar farin ciki, ɗana, kina faranta min rai kuma ki gamsar "!da ni

,Ya Ubangiji

Iskar wahayinka ta kawar da dukkan gajimare daga
sararin tunani na, wanda yanzu ya bayyana a sarari da
tsabta. Da idanu masu tsabta, ina ganinka kai kadai a ko'ina.
Hasken rana mai albarka ya ratsa zurfin zurfin rayuwata,
kuma da yunwar shekaru, haskenka mai albarka ya wadatar
.da ni

:Malam Paramahansa ya ce wa gungun almajiransa
Lokacin da ka zurfafa cikin sanin Allah ta hanyar idon"
ruhaniya, za ka ga girma na huɗu yana haskakawa da
abubuwan al'ajabi na duniyar ciki. Yana da wuya a isa ga
wannan yanayin, amma irin wannan yanayi ne mai ban
mamaki da farin ciki! Kada ka gamsu da samun kwanciyar
hankali a cikin bimbinku, amma ka yi marmarin samun
kwanciyar hankali na Allah da kuma kishin ni'imarSa da
".dukan zuciyarka

Abin da duniya ke bukata shine kaunar 'yan'uwa, haɗin
kai, daidaito, da kuma zuciyar cike da kaunar Allah da kuma
bin dokokin sa na dabi'a. Matsaloli da wahalhalu suna tasowa
ne daga rashin sanin ayyukan da suka gabata, waɗanda
suka aikata a wani wuri da lokaci. Wahalar da suke sha a
yanzu ta samo asali ne daga tunani da ayyukan da suka
faɗa, waɗanda suka yi tushe a cikin kasa ta sani, suna
tsirawa zuwa shuka kuma suna ba da 'ya'ya waɗanda ke
.nuna yanayin waɗannan tunani da ayyuka

Haikalin da Allah yake kauna haikalin natsuwa ne,
zaman lafiya, kauna da kyau, kuma duk wanda ya shiga
wannan haikalin zai lulluɓe shi da natsuwar ruhaniya kuma
.zai taɓa kasancewar allahntaka

Ya kamata mutum ya shiga ayyukan gina jiki don
inganta kansa da kuma amfanar da wasu, kuma duk wanda
yake son sanin Allah ya yi kokarin yin alheri da kuma
.taimaka wa wasu gwargwadon iko a kullum

Halayyar waje tana nuna rayuwar mutum ta ciki Jin
daɗin waje ba zai iya kawo farin ciki ba, domin farin ciki ya
dogara ne akan yadda mutum yake sarrafa kansa da kuma
.yadda yake tafiyar rayuwarsa

Idan na tashi kowace safiya, ina yin wasu shawarwari
masu kyau kuma ina alkawarin zan aiwatar da su. Sannan
ina sake duba waɗannan shawarwari a duk tsawon yini
kuma ina karfafa kaina don cimma su. Idan na ga na cimma
abin da na yi wa kaina alkawari, sai in ji na yi nasara. Irin
waɗannan alkawarin da na yanke wa kaina shawara suna
karfafa kuduri da kuma karfafa karfin zuciya; in ba haka ba,
mutum zai iya samun kansa cikin motsin rai masu rikitarwa
.kuma yana karkashin mummunan ji

Ya kamata abota ta fara daga gida Idan ka sami wani a
cikin iyalinka wanda ya dace da kai, to ka fara kula da
wannan abota. Sannan, idan kana jin sha'awar wani da ka
sani wanda yake da irin wannan dabi'a, to ka gina wannan
abota. Ya kamata a kawar da duk wani sha'awar son kai da
lissafin sirri, kuma a karfafa dangantaka ta abokantaka da
.mutanen kirki

Waɗanda suke kaunar Allah su ne 'yan'uwana na gaske.
Ina tausaya wa jahilai kuma ina guje wa abokan girman kai,
amma ina jin kusanci da waɗanda suke kaunar Allah kuma
.ina farin cikin yin magana da su

Ba za a iya kwatanta kaunar Allah ba, amma ana iya jin
dadinta lokacin da zuciya ta tsarkaka kuma sha'awar sararin
samaniya ta karu. Lokacin da hankali da ji suka karkata zuwa
ga Allah, farin ciki na ruhaniya yana gudana sosai daga
.tushen zuciya

A cikin zuciyata, na gina maka gadon sarauta na sirri.

Kyandirori na farin cikina suna haskakawa kafan saboda
jiran isowarka, kuma za su haskaka sosai idan ka bayyana

Jin dadin yanayi mai duhu mutuwa ce a hankali, yayin
da kokarin jin dadin farin ciki da kyakkyawan fata kowace
rana duk da duk gwaje-gwaje masu rikitarwa da wahala
.sabuwar haihuwa ce ta ruhaniya

Idan ka sami Allah, za ka ji dadin gamsuwa ta gaskiya
da dorewa. Abota tsakanin dan adam na iya wargajewa da
kuma wargajewa, amma Allah ba zai taɓa yasar da kai ba Ko
da kowa ya bar ka, idan Allah yana tare da kai, kana da
komai a wannan rayuwar kuma ka sami rabo mai kyau da
.wadata

Jagora Paramahansa ya ce wa ɗaya daga cikin waɗanda
:ke shakkar yiwuwar ganin hasken allahntaka
Idan ka yi shakka, ba za ka gani ba; idan ka gani, ba za"
".ka yi shakka ba

:Ya ce wa gungun daliban da ke jinkirta lokacin karatu
Dole ne ku tsara rayuwarku ku kuma sarrafa lokacinku;"
Allah ya halicci tsari; rana tana fitowa har zuwa faɗuwar
"rana kuma taurari suna walƙiya har zuwa wayewar gari

A mafi yawan lokuta, mutane suna magana da kuma yin
aiki bisa ga ra'ayinsu, ba kasafai suke ganin ko kokarin ganin
abubuwa daga mahangar wani ba. Idan mutane biyu suka
shiga jayayya da ta kai ga jayayya sannan ta zama faɗa,
laifin yana kan su duka biyun, ba tare da la'akari da wanda

ya fara gardamar ba. Waɗanda ke da basira da hikima suna
.fuskantar al'amura ta hanyar hankali, hankali, da fahimta

Zan tashi da asuba in farkar da kaunata mai barci,
domin ta haskaka hasken ibada ta gaskiya ga Allah mai
salama a cikin raina Ya Ubangiji, a cikin haikalin da ba a gani
wanda aka gina da dutsen ibada, Ka karɓi sadakokin
zuciyata masu tawali'u, waɗanda aka sabunta kowace rana
cikin addu'a

Kare kanka a cikin karfin hikima, mafi girman wurin
ibada Cikakken fahimta zai kai ka wurin da babu abin da zai
iya cutar da kai

:Malam Paramahansa ya ce wa gungun almajiransa
Tuba ba wai kawai tana nufin yin nadama a kan"
kuskure ba ne, amma kuma a guji sake yin sa. Idan ka tuba
da gaske, za ka kuduri aniyar barin mugunta ba tare da
komawa gare ta ba. Zuciya tana da tauri kuma ba ta yin
laushi cikin sauƙi da addu'a da roko, kuma albarkar Allah za
".ta sauko a kanka

Sau da yawa muna samun wasu masu kula da iyali ko
masu kula da iyali, ko uba ko 'ya'ya maza, da kuma a wasu
al'ummomi uwaye ko 'ya'ya mata, waɗanda ke nuna halin
kama-karya saboda jin cewa suna cikin wani matsayi da ke
.ba su damar iko da kuma tilasta ra'ayinsu

Bai kamata waɗannan kananan masu mulkin kama-
karya su saki fushinsu ga 'yan uwansu ba, waɗanda suke
bukata kuma suke dogara da su. Domin idan suka yi, za su
.rasa girmamawa da girman kaunatatunsu

Faɗin cewa wani yana da rauni tun daga haihuwa kuma
ba zai iya zama mai karfi ba karya ne, domin akwai yiwuwar

irin wannan mutumin ya zama babba ya kuma aikata
.abubuwa masu ban mamaki a dukkan fannoni na rayuwa

Idan mutum ya sami damar sa wasu su ji kaunarsa da
kyawawan manufofinsa, kaunarsa za ta faɗaɗa ta haɗu da
kaunar duniya baki ɗaya da ke gudana a cikin dukkan
.zuka

A cikin natsuwar rai, da kuma cikin ciyayin hankali da
kuma sha'awar da ke karuwa, babu karshen kaunar Allah,
kuma mai albarka ne wanda ya ji kasancewar albarka kuma
.ya ɗanɗani ruwan haɗin kai

:addu'a

Ya Ubangiji, ka ba ni amanar yara marasa laifi a gare ka
da kuma cikakkiyar ibada a gare ka, Ka albarkace ni domin
in ji kusancinka a bayan addu'o'ina, in fuskanci
kasancewarka a cikin dukkan motsin raina, in kuma gane
.cewa hikimarka mai haske tana riƙe faɗimtata da ilimina

Bayan malamin Paramhansa ya yaba wa ɗaya daga
:cikin ɗaliban, sai ya kara da cewa
Idan aka gaya maka cewa kai nagari ne, bai kamata ka"
daina ƙoƙarin zama mafi kyau fiye da kai ba. Ci gabanka na
yau da kullun zai kawo farin ciki a gare ka da kuma
".kaunatatunka

Idan shugabannin duniya na zamani suka sami wayewa
kuma suka yi aiki tare, za su iya kawar da yaƙi da talauci
cikin 'yan shekaru. Sanin ruhaniya kawai (jin kasancewar
Allah) zai iya ceton duniya, kuma ba tare da shi ba, ba za a
iya cimma zaman lafiya ba. Dole ne ɗan adam ya fara da
kansa, domin lokaci yana da tamani sosai da ba za a iya

ɓatarwa ba, kuma wajibi ne ɗan adam ya taka rawar da ya
.taka wajen kawo mulkin Allah zuwa Duniya

Abota ita ce jan hankali ta ruhaniya ta duniya wadda ke
haɗa rayuka tare da haɗin kaunar Allah kuma tana kusantar
da su ga juna, ta yadda zukata za su kashe kishirwarsu kuma
rayuka za su yi farin ciki da ɗanɗanon kaunar sama da ke
.gudana ta hanyoyin ɗan adam

Wanda ya gina kaunarsa ga Allah kuma ya karfafa
dangantakarsa da Shi a lokutan farin ciki da wadata zai sami
Allah kusa da shi lokacin da yake buƙatarSa, amma wanda
ya jinkirta kuma bai damu da karfafa wannan dangantakar
ba zai fuskanci jarabawarsa da kansa har sai ya sami damar
- da hikima da cikakkiyar biyayya - don nemo Babban Sahabi

Duniya gaba ɗaya tana nutsewa cikin teku na rudani da
asara saboda kwadayi mara koshi da rashin kashewa
Kwadayi da kwadayi yake-yake iri ne na gwarzo na gaske
shine wanda ya ci nasara a yaƙin rayuwa Kuɗi, shahara,
sha'awa, da duk abin da ya saba wa wannan ka'ida suna
.cutar da zaman lafiyarmu da farin cikinmu

Allah yana bayyana cikin natsuwar rai, kuma muna jin
kasancewarsa ta hanyar jin daɗin da ke cike da shi, don
haka burinmu na ruhaniya ya cika kuma sha'awarmu da
.kaunarmu sun kai ga burinsu

Sai dai idan an haɓaka ilimin ruhaniya ta hanyar da ta yi
daidai da ci gaban kimiyyar halitta da sabbin fasahohi,

daidaikun mutane da al'ummomi za su bace a cikin
.mawuyacin hali da halaka

Allah yana so mu zo gare Shi mu san Shi, amma
yawancin mutane ba sa son sa. Duk da haka, lokacin da
duniya ta yi duhu a idanunsu kuma suka fadfa cikin tarkon
matsaloli ko kuma suka zama abin farauta ga rashin lafiya,
.suna gaggawar rokonsa da neman taimakonsa

Mutane da yawa suna jinkirin neman Allah, suna da
yakinin cewa idan suka yi, rayuwa za ta zama duhu, ba tare
da farin ciki da kyau ba. Amma akasin haka gaskiya ne. Farin
cikin da nake samu cikin cikakkiyar jituwa da Allah ba za a
iya kwatanta shi ba; Ina rayuwa cikin farin ciki na ruhaniya
dare da rana. Wannan farin ciki albarkar Allah ce, kuma
sanin Allah yana nufin 'yantar da ni daga wahala da jin
.kwanciyar hankali da gamsuwa

Kalma mafi mahimmanci ga yawancin mutane a wannan
rayuwar ita ce "ni" Waɗanda ke da halin ruhaniya da
sha'awa suna tunanin wasu kamar yadda suke tunanin
kansu Waɗanda ke tunanin kansu kawai suna jawo wa kansu
kiyayya da fushin waɗanda ke kewaye da su. Amma
waɗanda ke la'akari da ji da sha'awar wasu suna ganin wasu
.suna tunanin su kuma suna la'akari da yadda suke ji
Idan akwai mutane ɗari a cikin gari, kuma kowannensu
yana ƙoƙarin ɗaukar wasu, to kowannensu zai sami maƙiya
casa'in da tara. Amma idan kowannensu ya yi ƙoƙarin
taimaka wa sauran, to kowannensu zai sami abokai casa'in
.da tara

Na rayu haka kuma ban rasa komai ba ta hanyar
bayarwa ga wasu. A gaskiya ma, duk abin da na bayar ya
dawo mini da alherin Allah. Yanzu ba na son komai domin
abin da nake da shi a cikin zuciyata ya fi girma kuma ya fi
tamani fiye da duk abin da duniya za ta iya bayarwa. Abin da

mutum yake nema da gaske shine farin ciki, kuma da zarar
an sami farin ciki, bukatar yanayin da ke haifar da shi ya
.bace

Idan ka aika wa wasu kyawawan niyya, saninka yana
faɗaɗa. Idan ka yi tunanin maƙwabcinka, wani ɓangare na
rayuwarka yana aiki tare da wannan tunanin. Amma tunani
kaɗai bai isa ba; dole ne mu kasance a shirye mu aiwatar da
tunaninmu. Altruism yana kawo wa mai yin sa albarka da
yawa da babban farin ciki, domin ta hanyar altruism, mutum
yana kiyaye farin cikinsa. Manufara ita ce in faranta wa wasu
.rai domin farin cikina yana samuwa ne daga farin cikinsu

Tunani shine tushen dukkan matsaloli kuma tushen farin
ciki Mutum ya fi dukkan abubuwan da ya fuskanta karfi
domin Allah ya ba shi ikon sarrafa tunaninsa da jikinsa, kuma
bai kamata tunaninsa ya zama mai guba da tunani mara
.kyau ba

Wadanda suka yi daidai da Allah za su iya shawo kan
manyar kalubalen rayuwa kuma mafi ban tsoro. Kuma yayin
da wannan mafarkin na duniya a wasu lokutan yana iya
zama kamar mafarki mai ban tsoro, idan muka kasance cikin
jituwa da Allah, muna samun kanmu cikin 'yanci daga
.wannan mafarki mai ban tsoro

Akwai wani nau'in kwayoyin cuta da ake haifa, yana
karuwa, kuma yana mutuwa cikin awanni biyu kacal.
Wannan nau'in kwayoyin cuta yana cimmawa cikin kwana
ɗaya, ko ma kasa da haka, abin da ɗan adam zai bukaci ya
.cimma cikin dogon lokaci, wataƙila shekaru tamanin
Shekaru saba'in ko tamanin da muke rayuwa lokaci ne
kawai na ɗan lokaci a cikin har abada. Daga mahangar

dangi, duk abin da ya faru da mu yana faruwa ne a daidai lokacin da yake faruwa da kwayoyin cuta da aka ambata a .sama

Saboda haka, bai kamata mu bata lokaci ba, ko kuma mu bar sha'awa da sha'awa su rinjaye mu, kuma dole ne mu guji yin abin da lamirinmu bai yarda da shi ba. Idan mutum ya mallaki kansa, tunaninsa, yadda yake ji, da ayyukansa, .babu wanda ko babu abin da zai iya rinjayarsa

Rayuwa tana kwance a cikin kasa mai wahala, tana mafarkin kyau a cikin furanni, kuma tana farkawa da karfi a cikin dabbobi da kuma cikin sanin dan adam, tana fahimtar .karfinta mara iyaka

:Masu hikima suna cewa

Ya'yan ayyukan alheri da kaunar Allah da nagarta suka' haifar su ne jituwa da tsarki 'Ya'yan ayyukan da sha'awar son kai da buri suka haifar su ne zafi da wahala 'Ya'yan ayyukan mugunta jahilci da wauta ne Ayyukan alheri suna kawo farin ciki, yayin da ayyukan duniya wadanda son kai ke jagoranta ke haifar da wahala da ciwo. Ci gaba da ayyukan mugunta, a gefe guda, suna lalata .ikon mutum na fahimta da fahimta

Wasu suna rubuta sunan mai hikima kamar haka:

Paramahansa ko Paramahansa Yogananda

Daga kasa zuwa sama: Labarin nasara

Karin lakcoci daga Jagora Paramhansa Yogananda

:A wannan link din

[wwwswaidayogacom](http://www.swaidayogacom)

Wannan labari ne na gaskiya da aka fassara game da)

wani mutum wanda yake ci gaba da gazawa, amma ta hanyar yin tunani mai kirkire-kirkire da kuma tabbatar da kyakkyawan fata, daga karshe ya sami damar shawo kan dalilan gazawarsa kuma ya sami damar amfani da nasara (bisa ga nufinsa

Kamar yadda akwai mutanen da suka yi nasara ta hanyar halitta, akwai kuma mutanen da suka yi kasa ta hanyar dabi'a

Abokina kuma dalibina (S) ya kasance gazawa tun daga haihuwa. Gaskiya ne cewa yaro ne mai hankali, mai himma da sha'awar samun kuɗi, amma da zarar ya yi tunanin aiki ko aiki, abubuwan da suka jawo faduwa sun kewaye shi tun .daga farko

Wata rana ya zo wurina hannu wofi, masu bin bashi suna binsa, abokai suka yi watsi da shi, yana neman .shawarata

Na tambaye shi dalilin da yasa yake cikin damuwa, sai :ya ce

Yallabai, ni gazawa ce saboda wani dalili ban sani ba," da zarar na fara aiki, sai na rasa shi, kuma wurin da nake aiki shi ma yana da lahani. Mai aiki ya rasa kasuwancinsa jim kaɗan bayan ya ɗauke ni aiki. Saboda haka, na ji tsoron neman aiki saboda tsoron kawo cikas ga muradun ma'aikatan da za su ɗauke ni aiki, saboda rashin kwanciyar hankali na da na tabbata cewa babu makawa zan rasa aikina saboda kamfanin da zai ɗauke ni aiki zai bayyana fatarar kuɗi kuma ya rufe kofofinsa, sannan ya kore ni sakamakon haka. Saboda haka, ba ni da ikon haifar da lalata kasuwancin ".wasu mutane kawai saboda alaƙata da su

Na sami damar neman aiki a wata kamfani
kuma na roke shi ya maimaita wannan furucin ga kansa
:kowace maraice, kafin in yi barci da kuma bayan na farka

".Kullum ina kara samun nasara a fannin aikina"

Wata guda ya shude, kuma (S) ya yi min gargadi:
"Yallaɓai, kamfanin da ka ɗauka aiki yana kara zama mara
kwanciyar hankali kuma yanayinsa ba shi da tabbas, ina
rokonka ka fitar da ni daga ciki kafin ya ruguje gaba ɗaya,
domin zan rasa aikina idan kamfanin ya gaza. Amma
murabus dina yanzu zai iya ceton kamfanin daga
".mummunan makoma saboda rashin tabbas da na samu

Na yi dariya, ban kula da abin da (S) ya faɗa ba, sai na
roke shi ya ci gaba da jaddada batunsa ya ci gaba da
aikinsa. Bayan makonni kaɗan, sai ya zo wurina wata rana
:da yamma ya ce da nishi

"Abin da na ji tsoro ya faru daidai"

"?Ta tambaye shi, "Me ya faru

Ya ce, "Kamfanin ya ruguje kamar yadda na gaya maka
"kuma kamar yadda na annabta

Na ce masa, ina nuna rashin amincewa: "Shin ba
gaskiya ba ne cewa lokacin da kake tabbatar wa kanka,
'Kullum ina kara samun nasara a fagen aikina' kana
maimaita waɗannan kalmomin kamar aku? Kuma cewa
dorinar ruwa mai shakku ta ci gaba da riƙe kulle-kullen
kwakwalwarka har kana cewa wa kanka: 'Kai wawa,
yanayinka yana kara muni komai ƙoƙarin da kake yi na
"!shawo kan kanka game da nasara

"Ya amsa: "Eh, hakika abin da ke faruwa kenan

ya ba da shawarar a kawar da girgiza da tunani mara (S)
kyau da zarar sun bayyana a cikin zuciyarsa, musamman a

lokacin maimaita tabbacin tabbatacce, domin tunanin da ke da cikakken yakini zai iya rinjayar tunanin da ba shi da sani ko kuma wanda ba shi da sani, wanda hakan, ta hanyar dokar maganadis, yana shafar tunanin da ke da hankali ta hanyar ikon dabi'a

Na kara da cewa: "Yawancin tabbatar da tunani da halaye masu kyau har sai sun ratsa kuma sun yi tushe a cikin tunanin da ba a sani ba ya isa ya kawar da shingen tunani da aka gada ko aka samu. Babu wata hanyar samun nasara matuƙar tunani da jin takaici da takaici sun kafu a cikin tunanin da ba a sani ba. Daga cikin sharuɗɗan nasara akwai ikon kirkira, yanayi mai kyau, da halaye na asali. Idan za ka iya taɓa mafi girman sani tare da karfinsa mara iyaka, to za ka iya kirkirar sabbin damammaki don wannan nasarar da har yanzu ba ka da shi kuma wanda ba za ka iya fahimta ".ba

Kuma na sami damar taimaka wa (S) samun wani aiki, wanda ya fi na farko girma. Amma bayan watanni shida (wanda shine mafi tsawon lokacin da abokinmu ya yi yana aiki), sai ya ce mini wata rana: "Lamarin kamfanin yana ta "tabarbarewa da sauri, don haka don Allah a kore ni da sauri

Ban kula da damuwarsa ba, amma na roke shi ya ci gaba da aikinsa. Makonni kafan bayan haka, (S) ya ce mini da murmushi: "Aiki na biyu da ka shirya mini, yallaɓai, ya tafi "!da iska

Na ce a hankali, "Kada ka damu, zan sake neman maka "wani aiki

Ya amsa: "To, yallaɓai, matuƙar ka ɗauki alhakin rushe wani kamfani saboda alaƙata da masu shi, ba ni da wata ".jayayya

Ta hanyar kofari mai dorewa, na sami aiki mai kyau ga
(S) a wani babban kamfani Shekara daya ta wuce kuma
babu abin da ya faru, kodayake (S) yana kofarin barin
kamfanin kowane mako saboda tsoron kar a lalata shi kamar
.na baya

A karshe, na roke shi ya saka kuɗinsa a cikin
kasuwancinsa, sai ya tsorata ya kalle ni cikin mamaki, yana
cewa: "Shin haka kake ba ni shawara in yi? Ba ka tsammanin
zan rasa kuɗin da na tara cikin gaggawa idan na saka su
"?ba

Ta tabbatar masa da tabbaci da tabbaci: "Dole ne ka
saka kuɗinka da karfinka a cikin kyakkyawan aiki, kamar
cibiyar cin abinci ta gida wadda ba ta buƙatar babban jari,
".kuma ina da yakinin nasararka

Cikin shekaru kaɗan, (S) ya zama mamallakin kadarori
da yawa da manyan rumbunan ajiya

Da zarar ya gamsu da nasararsa, sai ya sami nasara a
duk abin da yake yi Wata rana ya ce mini, yana dariya:
"Godiya ga Allah da taimakonka, na canza daga gazawa
zuwa mutum mai nasara Na shawo kan gazawa kuma na
fahimci cewa gazawar da nake yi ta kasance saboda rashin
fahimtar aikina. Amma ban san yadda na sami nasarar yin
nasara ba bayan na lalata aikin wasu saboda gazawar da na
".yi

Sai na yi masa bayani: "Ba kai ne ka jawo lalacewar
abubuwan da kake yi wa aiki ba. Dokar jan hankali wadda ke
mulkin mutane, bisa ga irin wannan girgiza, tana aiki mara
kyau ko mai kyau (kamar jan hankali kamar)

Halinka na rashin da'a ya jawo ka ga kamfanonin da
suka riga suka kusa durkushewa, akasin haka, kai gazawa
ne, kuma kamfanonin ma suna kan gab da rugujewa. A

cewar dokar jan hankalin juna, kai da waɗannan kamfanonin
sun faɗi kasa a kan tudun gazawa kuma suka faɗi cikin
.duwatsu a lokaci guda

Darasin wannan labarin shine cewa nasara ta gaske
tana cikin kirkirar abin da mutum ke bukata ta hanyar karfin
niyya ta hanyar farkar da karfin fahimta mara iyaka. Ana iya
farkar da wannan ikon ta hanyar koyon hanyar da ta dace ta
yin bimbini da tunani mai kyau da kirkira domin samun
.lafiya, nasara, hikima, da farin ciki

Salam alaikum barka da warhaka

Daga masussukar rai

Shin ka san dalilin da yasa wasu mutane ba sa iya
samun

Me suke nema a rayuwa ta hanyar halal, komai
?ƙoƙarinsu

Da farko, saboda yawancin mutane suna aiki da sha'awa
mai zafi

Suna amfani da kashi ɗaya bisa goma na hankalinsu ne
kawai

Saboda haka, ba su da ikon cimma nasara
Bugu da ƙari, dalilin na iya zama saboda ayyukan da ba
daidai ba

Sun aikata shi a baya, kuma ya jawo musu illa
Tare da lokuta na takaici da gazawa na yau da kullun

Amma ba dole ba ne ka yarda da hakan

Takaddun Karma da ƙa'idodi

Bai kamata ka yarda cewa kai

Rashin cimma burinka

Idan ka kasa cimma burinka

Dalilin yakan ta'allaka ne akan shawo kan kanka

Cewa ba ka da ikon cimma abin da kake burin cimmawa

Amma idan ka shawo kan kanka

Cewa kana da iko mara iyaka

Za ka iya cimma manyan abubuwa da yawa
Haɗuwa da Allah yana canza rawar da sani ke yi
Yana buɗe hanyoyin tunani da damuwa ta toshe
Shagala da abubuwan duniya fiye da kima
Yana kara girma ta ruhaniya ga tunani da ji
Sakamakon haka, an karya sarkokin da ke kan wasiyya
Kuma sararin 'yanci da hangen nesa mai kyau suna
bayyana a cikin rai
Wannan doka ce ta ruhaniya wadda ke aiki daidai don
amfanin duk wanda ke amfani da ita
Lokacin da aka mayar da hankali kan hasken tunani ba
tare da warwatsewa ba
Ikon Allah mai girma yana zuwa
Kuma godiya ga wannan ikon
Za ku iya cimma nasarar ruhaniya, ta hankali, da ta
zahiri
Na dogara ga wannan iko mai albarka
Lokaci da lokaci a rayuwata
Kuma na san tabbas cewa ikon Allah ba ya taɓa karewa
Haka za ka iya yi idan kana so
Wasu abubuwa na iya haifar da rashin nasara
Nasara ce da ba ta dorewa
Amma idan hankali ya cika da maganadisu na
allahntaka
Haske mai girma zai fito daga gare shi
Ana nuna kasancewar Allahntaka
Wanda ba shi da daidai
Masu sani suna cewa
Ba za a iya samun ilimin Allah ta hanyar nazarin nassosi
ba
Ba ta hanyar hankali da wayo ba
Ko da ta hanyar zurfafa cikin falsafar ba
A maimakon haka, ta wurin alherin Allah ne za a iya
dandana daɗin wannan ilimin

Sai dai masu tsarkin zuciya ne kawai za su zaɓi Allah,
shɪ kuma zai zaɓe su
Kuma da yardaSa za su iya ganin haskenSa
Dole ne masana falsafa da masu ilimin tauhidi su sani
kuma su yarda
Cewa yanayin Allah ba shi da iyaka
Ba za a iya fahimtarsa ko bincika shi ba
Tare da hangen nesa mai iyaka na tunani mai zurfi
Domin mu san Allah, dole ne mu fuskanci kasancewarsa
da kanmu
Allah yana bayyana kansa ga waɗanda suke kaunarsa
A matsayin jin daɗin jin daɗin ruhaniya mafi girma
Fahimtar ɗan adam ta cika da mamaki
Kuma yana kawo tare da tabbatar da wanzuwar gaskiya
mafi girma ba tare da wata shakka ba
Fiye da kwarewar ɗan adam da aka saba da ita
Babu wani adadin dabaru ko tauhidi da zai iya
Cewa wannan jarrabawa mai ban mamaki
Domin kuwa kwarewar ruhaniya ta dogara ne akan ji na
ciki
Da kuma fahimtar da aka fahimta game da girma mai
laushi da haske mai haske mai haske
Don samun wannan kwarewar sihiri
Kaunar Allah tana da mahimmanci
Yin tunani mai zurfi game da Allah
A cikin kaɗaici na ruhɪn mai albarka
Tekun rai ya zama karamin rakuman ruwa na ruhina
Wanda ba zai iya rushewa ba
Kuma ko ta bayyana a wannan matakin duniya
Ko kuma ya boye bayan mutuwa a cikin duniyar sanin
sararin samaniya
.Domin ni madawwami ne, marar mutuwa
An kare shi a cikin rungumar har abada da kuma
sansanin Ruhu Mai Tsarki
A yau zan yi wani abu mai amfani ga wasu

Zan yi duk abin da zan iya don jin yunwa
Ina cikin aminci da kwanciyar hankali a bayan bangon
lamirina mai natsuwa
Tsohon duhun ya kone
Ina sha'awar yau kawai
Ni walkiya ce ta hasken mafi kyawun alheri
Kuma ina so in zama jarumi
Ga rayukan da jiragen ruwansu suka nutse suka lalace
A cikin teku na bakin ciki
Yau ina jin Allah cikin rawar jiki na kwanciyar hankali
Wanda ya taɓa igiyoyin zuciyata, cikin jituwa da kaunar
duniya baki ɗaya
Kuma a kan kursiyin tunani mai natsuwa da nutsuwa
Allah na zaman lafiya ya albarkaci aikina ya kuma
saukaka al'amura na
A yau zan shirya da 'yan'uwana maza da mata
Zuwa Kofar Salama
Yana kaiwa ga Haikalin Allah
Zan yi aiki don ta'azantar da masu bakin ciki
Kuma rayukansu suna cikin gamsuwa
Kuma zan yi gaggawa zuwa ga sararin 'yanci
Ta hanyar barin duk wani sha'awa mai takurawa
Kuma riƙe da sha'awar kusantar Allah da ƙarfi
Wanda ke kawo tunani ga ayyukansa masu ban mamaki
Kuma zuwa ga mulkin kaunata
Zan gayyaci mutane daga dukkan kabilu da kabilu
Domin su zo su zauna tare da ni
A cikin hasken kaunar Allah
Taskokin Gabas
Mujallar Gabas-Yamma
Damar zinare
Rayuwa ta cancanci rayuwa
Yana bayar da damammaki masu kyau don sanin kanka
Sabunta wayewarsa da kuma fayyace matsayinsa a
taswirar wanzuwa

Kuma yin aiki don cimma manufar wanzuwarsa
Wannan ilimin yana karfafa hankali da jiki
Kuma yana cika zuciya da kuzari mai yawa
Yana cike da farin ciki kuma yana tsalle da farin ciki
Wannan shine abin da Mahaliccin ɗan adam yake so ga
ɗan adam

Wasu suna ganin cewa rayuwa cike take da gundura da
gajiya

Mutane da yawa sun gaji kuma sun gaji
Amma gundura yana nufin rasa kanka
Don haɗi da sadarwa tare da ɗakin ayyukan rayuwa
Domin jin ɗaɗin rayuwa
Dole ne mutum ya kawar da kuma kawar da cikas
Wanda ke tsakaninsa da haɗin kansa na halitta da
rayuwa

Idan za ka mayar da tunaninka zuwa ga zamanin yarinta
Watakila ka tuna cewa kai ne a lokacin
Cike da sabbin kuzari da farin ciki
Kana da sha'awar kaura sosai
Tsalle, wasa, da yin wasu abubuwa da yawa
Kai ne a lokacin da ka zo kwanan nan daga duniyar da
ba ta da tabbas

Kuma kai tsaye yana da alaƙa da zuciyar rayuwa
Kuma wayoyin sadarwa tsakaninka da rayuwa
Babban mataki na aiki mai santsi da inganci
Domin kun zo da sanin sauƙi
Farin ciki, farin ciki, da kuma sabo na ruhaniya
Lokacin da ta kai girmanta
Ka yi asarar adadi mai yawa
Daga waɗannan kuzari da ji
Amma lokaci zuwa lokaci
Tunani da aka saba sani suna zuwa gare ku
Kuma iskar sha'awa tana busawa a kanku
Yana dawo da wasu walƙiyar ƙwaƙwalwa
Daga baya mai nisa

Idan ka farka da safe daga barci mai zurfi da kwanciyar
hankali

Kana jin daɗi da farin ciki
Har sai abubuwan da ke ɗauke da hankali na yau da
kullun sun same ka

Yana mamaye mafi yawan tunaninka
Kuma ya zama na gaske da gaggawa fiye da wasu
Duk da duk wahalhalu, sabani, da takaici
Dole ne mutum ya yi aiki don sadarwa da kansa
Mai wadata da taska marasa adadi
Wannan shine abin da ke sa rayuwa ta yi daɗi da
ɗaukaka

Ya kamata a guji ra'ayoyi da ayyuka masu araha
Kuma kada a shagaltu da abubuwan da ba su da amfani
a rayuwar duniya

Domin da zarar ya tabbata a cikin sani
Yana manne wa kwayoyin kwakwalwa
Har sai an kawar da zaman lafiya da jituwa daga rai
Kuma tare da su, ra'ayoyi masu kyau da kuma wahayi
masu tsarki

Saboda haka, ya zama dole a kawar da waɗannan
kuzarin da ba su dace ba
Daga tunani da kuma fitar da motsin rai mara daɗi daga
zuciya

Domin hasken ya isa gare su
Ruwa na lafiya, wutar lantarki, da albarkatu
Manna mai ban mamaki
An yi wahayi zuwa gare shi da koyarwar Jagora
Paramhansa

Ra'ayoyi suna kama da guntun yumbu waɗanda za a iya
siffanta su da ko dai kugiya ko macizai na teku, amma tare
da taurin dutse

Kowane mutum yana da damar zama mai sassaka
rayuwarsa da kuma mai sassaka makomarsa

Bari ya dauki dan karamin manna mai ban mamaki ya yi
wani kyakkyawan aikin fasaha daga ciki, zai sami yalwar
farin ciki

Walkiyar walkiya a sararin samaniya tana da wahalar
mayar da hankali da kuma tura ta cikin wayoyi don haskaka
gidaje da tituna, amma an cimma wannan

Ba abu ne mai sauki ba a tara da kuma tattara karfin da

ba a gani na sararin samaniya cikin tsari Yana kare dan
adam daga tarko kuma yana kare shi daga mugunta, idan
hakan zai yiwu Duk da wanzuwar mugunta da ikonta, haske
ma yana nan, kuma nagarta ta fi mugunta karfi da forewa
domin gaskiya ce mai forewa, wacce ita ce karfi mafi karfi a
.duniya kuma a karshe za ta yi nasara

Mayar da hankali kan tunani mai kyau da na alheri yana

nufin kirkirar hadin kai mai tasiri, ko kirkirar hanya mai
haske, tsakanin hankali da tushen kyawawan halaye na
duniya, wanda shine nagarta kanta. Da zarar mutum ya yi
tunanin alheri, to, kara yawan girgizarsa yana shiga cikin
hankali da jiki. Wadannan girgiza suna da ikon canza yanayi
da yawa na tunani da na jiki, kuma suna da karfi sosai har
suna kawar da girgizar da ba ta dace ba ta atomatik
wadanda ba su dace da yanayin tunanin mutum da na jiki
.ba

Idan mutum ya ce, "Na gaji," jin gajiya yana karuwa
saboda an yarda da shi, don haka yana iyakance aiki da
kuma toshe kwararar kuzari. Duk da haka, idan suka ce, "Ina
bukatar hutawa," suna buɗe kansu ga kwararar ruwa mai
mahimmanci wanda ke wartsake hankali da jiki, kuma suna
iya fuskantar karuwar kuzari a cikin dan gajeren lokacin
.hutawa

Bacin rai, wanda ke haifar da yanayi mai ban tausayi na
tunani, za a iya guje masa ta hanyar rashin mai da hankali a
kai, tunawa da wani abin farin ciki, ko tunanin mutanen da
kuke kauna, kuke amincewa da su, kuma kuke jin dadinsu,
yayin da kuke da tabbacin cewa takaici gajimare ne na

bazara, komai girmansa da kuma abin tsoro da yake iya
.bayyana

Bai kamata a yi watsi da mawuyacin halin da mutum ke
ciki ko kuma a raina shi ba. Maimakon haka, dole ne a
magance waɗannan yanayi cikin gaskiya da hikima ta
hanyar neman hanya mai inganci don sassauta rikonsa da
.rage tasirinsa

Wannan ba yana nufin a rage yawan ayyukan masu
ilimin hanyoyin kwantar da hankali waɗanda ke ba da
ayyuka masu yawa da mahimmanci ta hanyar kwarewarsu
da hanyoyin kimiyya na ci gaba ba; maimakon haka, tunani
mai kyau yana taimakawa wajen shuka iri na warkarwa a
cikin jiki kuma don haka ya zama ɗaya daga cikin hanyoyin
.magani

Hakazalika, maimakon a ce "Ina rashin lafiya," ya
kamata a mai da hankali kan buƙatar warkarwa. Wannan
halin yana sa hankali da jiki su fi karɓar hanyoyin warkarwa
da kuzari, yana buɗe ramuka ko hanyoyin da wannan
kuzarin ke buƙata don kwarara zuwa cikin kwayoyin halitta
da kyallen takarda, yana gyara yanayi mara kyau da mara
kyau, da kuma sake daidaita kayan aikin jiki masu laushi.
Don haka, mutumin da ya saba da yawan rauni da gajiya zai
ga, a kan lokaci, cewa tunani mai kyau yana taimakawa
wajen rage yawan waɗannan abubuwan, wanda ke haifar da
jin sabon karfi da yalwar walwala, tare da taimakon Allah,
.Mai warkar da dukkan cututtuka da cututtuka
Girbin Kiyayya

Nasi da Zakir sun fi junansu, kuma faɗansu ya fara ne
tun suna kanana ɗalibai a makaranta, kuma lokacin da suka
girma . Kiyayyarsu ta karu, kuma ta zama abokan hamayya
.a harkar sayar da takalma

A wani lokaci, sun yi fafatawa don neman auren wata
yarinya, kuma tunda Nasi ya ɗan fi Zakir karfi, ya yi masa
duka mai tsanani ya bar shi a suma. Lokacin da Zakir ya

farfado, kunya, da nadama suka mamaye shi da abin da ya
.same shi

Shekaru bayan haka, Zakir ya yanke shawarar kaura
zuwa wani birni don yin aiki da zama

Nasi ya manta da abin da ya faru, amma Zakir bai iya
goge wulakancin da Nasi ya yi masa ba daga cikin tunaninsa.
Duk da haka, ya ci gaba da maimaitawa yana tabbatar wa
kansa: Zan yafe wa Nasi kuma ba zan tuna laifin da ya yi
.mini ba

Amma bayan watanni da dama, Zakir ya fahimci cewa a
lokacin da yake furta gafarar sa a kullum, a cikin zuciyarsa
yana fatan daukar fansa kuma yana jiran damar da zai
mayar masa da martani da kuma kashe kishinsa na daukar
.fansa

Bayan wani lokaci, Nasi ya ji wani abin mamaki da ya
jawo shi zuwa birnin da tsohon abokin hamayyarsa, Zakir, ya
kaura. Babu shakka cewa wani abu zai faru, duk da haka,
Zakir ya san kasancewar Nasi a birnin kuma ya fara sa ido
.sosai kan motsinsa

Wata rana da yamma, Nasi ta tafi yawo ta kuma "sha
kamshin iska mai dadi," duk da cewa yanayin yana da duhu
.da ruwan sama

Yayin da yake tafiya shi kadai a kan wata hanya mai
zaman kanta, sai ya wuce ta wani rumbun ajiya a buɗe,
yayin da Zakir ya bi shi a boye da taka tsantsan. Lokacin da
damar ta taso, sai ya yanke shawarar biyan kuɗin da aka
.tara da riba mai yawa

Cike da farin ciki, ya gano wani tayal mai karfi da ya
fado daga daya daga cikin bangon dakin ajiya. Ya kama shi
ya bugi tsohon abokin hamayyarsa da karfi a kai, ya buge
shi kasa, sannan ya yi sauri ya koma kan hanyar da ya zo,
.bai san ko yana nan ba

Bayan sa'o'i kaɗan, ruwan sama ya tsaya, gajimare suka
rabu, sai hasken wata ya bayyana ta cikin wani rami a

saman bango Nasi ya farka ya ga kansa kwance a kasa, yana
.da rauni sosai

Ya yi kokarin gano abin da ya faru, sai ya ga wani tayal
a gefensa da kuma rami a bango a sama, sai ya kammala da
cewa yayin da yake tafiya kusa da rumbun ajiyar kaya,
rashin sa'arsa ta sa tayal din ya fado daga saman bango ya
.fadi a kansa

Darasin wannan labarin shine cewa mutane suna
mantawa da kurakuran da suka yi wa wasu, duk da cewa
sakamakon ayyuka ba za a iya mantawa da su ba, kuma
sakamakonsu yana bin su a hankali cikin duhun jahilci Kamar
yadda saniya za ta iya samun danta a tsakanin dubban
wasu, haka nan sakamakon ayyukanmu yana da ikon ci gaba
da bin diddiginmu da kuma gano inda muke, koda bayan
.dogon lokaci

Da Nasi yana da hikima kuma ya yi kokarin warware
takaddamar da abokin hamayyarsa Zakir tare da ba shi
hakuri bayan wannan lamarin, da ya rage fushin abokin
.hamayyarsa kuma da al'amura ba su kara ta'azzara ba
Amma abubuwa sun kasance ba su canza ba, kuma irin
mummunan sakamako ya girma ya bunkasa a cikin mahaifar
makoma mai duhu, wanda ya kare a cikin mummunan
haihuwa. Don guje wa abubuwan mamaki marasa dadi, dole
ne a kone tsaban rikici na mugunta da ke boye a cikin kasan
tunani, kuma hangen nesa dole ne ya riga ya faru, domin
doka duniya ta umarta cewa mutum ya girbe 'ya'yan
.ayyukansa, ko nagari ne ko na mugunta, mai dadi ko fadi
Bari mu tuna cewa kowane aiki yana barin alamun da
aka adana a matsayin halaye da sha'awa a cikin tunani Sai
dai idan an yi maganin wadannan da hikima da hankali, za
su haifar da sakamako mai haɗari. Duk da haka, idan aka
kone tsaba na munanan ayyuka da wutar hikima, ba za su
.iya sake girma ba

Ma'anar wayar da kan jama'a
farkon rayuwa

Rai yana yin amfani da na'urar zahiri
Har sai ta daure gaba daya da shi
Shi ya sa dole mu rayu
Domin kada bukatun jiki su mamaye mu
Ba ma jin kamar an takura mu da ka'idodin kayan
duniya

Ci gaban tunani samfuri ne
Don girma ko ci gaba na jiki
Dangane da juyin halittar halitta
Haka ruhi yake fitowa
Ta hanyar tashi zuwa matakin tunani
Ko kuma matakin kerawa da yalwa
Don haka nuna baiwa ta musamman
Wanne ya bambanta mutane
Game da dukkan sauran halittu
Sannan yana hawa
A matakin ilimin ruhaniya
Wanda ke ba da ma'ana da kima
Don wadatar kayan duniya
cimma nasara ta tunani
Babu shakka cewa nasarorin ilimi suna da amfani
Domin duk kyawawan abubuwa suna da daraja
Kuma a hankali za mu fahimci cewa mataki na gaba
Yana kara wayar da kan jama'a game da jiki
Don fahimtar ruhaniya
Ta hanyar motsa jiki da tunani
Ta hanyar rashin batar da muhimman karfin jiki
Kuma mai da hankali kan hasken tunani, mai binciken
A kan muhimman abubuwa
Har sai sun zama
Hanya mai inganci da jituwa
Ruhi zai iya shiga ta ciki
bayyana kanta
Kuma tana nuna baiwarta
Kuma yana kunna ikon ruhaniya nasa

Yantar da ruhi yana nufin 'yantar da rai'
Daga kejin jahilci
Kuma a daga shi zuwa matakin da ya cancanta
Kuma 'yantar da shi daga kuntatawa na karancin

wayewa

Rayuwar dan adam sau da yawa tana da kyau sosai
Amma haɗe shi da shi
Kamar tsuntsun aljanna ne da ke manne da kejin
Don haka idan ka buɗe kofar keji
Tsuntsun yana jinkirin tafiya
Saboda dabi'a da kuma tsawon lokacin da aka ɗauka a
cikin keji

?Shin hakan ba abin mamaki bane
Tsuntsun ba ya son barin yankinsa mai kunkuntar
Zuwa ga 'yancin sararin samaniya mara iyaka
?Daga wa ya fito
Wannan ya shafi mu ma
Domin mun rayu na tsawon lokaci
A cikin keji na zahiri
Muna jin tsoron tafiyarsa zuwa ga manyan fannoni
Amma hikima tana nuna cewa mu
Yantar da Tsuntsun Rai'
Daga cikin kejin kuntatawa
Kuma a sake shi zuwa cikin duniyar sani mara iyaka
Za su sake ɗanɗana farin ciki na ciki
Dokar motsi ta dogara ne akan dokar dalili da
sakamako, ko aiki da martani

Mutumin da aka haifa da nagarta a wannan rayuwar ya
kasance a cikin wani yanayi na baya {saboda abin da
hannayensu suka gabatar} kuma idan ya yi kokarin yin
alheri, to girman alheri zai karu sosai a cikin yardarsa (ga
wanda ya samu, za a ba shi kari da kari)
Wadanda ke da kyawawan halaye kaɗan kacal za su iya
rasa ɗan kaɗan saboda munanan halaye da ke kai musu hari
.da mamaye su

Mutumin da ke karkata ga mugunta dole ne ya kasance
yana da wannan mugun hali a rayuwar da ta gabata, kuma
wadannan munanan halaye na iya karuwa kuma su mamaye
su. Wadanda ke da wasu munanan halaye suna kama da
haka a da, kuma idan nagarta ta fi muni, to kyawawan
.halaye za su fitar da munanan halaye daga ransu
Wannan shine aikin halitta na dokar dalili da sakamako
(Karma). Duk da haka, bai kamata mutum ya ji kamar ba shi
da taimako da tarko ba idan mutum yana da halaye marasa
kyau da ake son kawar da su. Yanzu lokaci ne da ya dace
don shawo kan wadannan halaye ta hanyar gina kudurin da
.ya gabata da tunani mai kyau
Mutum zai iya 'yantar da kansa daga kamawar munanan
halaye ya kuma kirkiro halaye nagari a cikin tunani da aiki,
.wanda zai kawo masa sakamakon da ake so
Ko da kuwa munanan halaye sun yi karfi a cikin mutum,
dole ne su tuna cewa su ne suka kirkiro wadannan halaye ta
hanyar maimaita takamaiman tunani da ayyuka, kuma za su
iya maye gurbin wadannan munanan halaye da nagari ta
.hanyar tunani mai kyau da ginawa
Tunani nagari da na mugunta suna bambanta yanayin
sanin dan adam ta hanyar dabi'a, ya fi kyau a yi mafarki mai
dadi fiye da shan wahalar mafarki mai ban tsoro. Sanin abu
ne mai sassauka da kuma tausayi; yana iya daukar kowace
irin yanayi da yake so ko mafarkin mafarkin da ke burge shi.
Duk da haka, matsalar da ke tattare da mutane ita ce suna
barin duniyar saninsu - bisa ga son rai da za'insu - ta
kasance karkashin halaye marasa kyau da kuma karkatattun
al'amura da suka samo asali daga halaye na baya. Don haka,
ikon fahimtarsu ya kasance mai gudu da kuma boyewa,
kamar yadda tsaron metaphysical da ke cikin katanga na
.fahimta da fahimta ke daurewa
Lokacin da wadanda suka bugu da halaye masu cutarwa
suka dandani facin azabar da rayuwa ta rashin dabi'a ke
haifarwa, za su juya zuwa ga hasken fahimta da rayuwa ta

adalci don neman ceto, komai yadda miyagun halayensu
.suka yi katutu da lalata

To, idan suka yi aiki kan habaka da kuma kula da
kyawawan halaye ta hanyar yin rayuwa mai jituwa, za su
sake gano farin ciki na ciki kuma su ji dadin zaman lafiya a
matsayin sakamako na halitta na kamun kai da kuma gina
.kyawawan halaye

Muna rokon Allah Madaukakin Sarki da Ya taimake mu
mu 'yantar da kanmu daga dukkan ka'idodi, Ya kuma shiryar
.da tunaninmu zuwa ga hanyoyi masu kyau da amfani

Sanin ruhaniya

Wasu mutane suna rayuwa cikin farin ciki

Da rashin hankali da kuma rashin fahimta

Suna ci suna barci

Kuma suna jin dadin wasu abubuwan jin dadi

Ba kasafai suke tunani mai zurfi ba

A gaskiya ma, yawancin mutane

Ba su isa zurfin da ya isa ba

A cikin teku na ra'ayoyin ruhaniya

Domin sun gamsu cewa duniyar zahiri

Shi ne komai da ke wanzuwa

Amma wannan rayuwar

Mafarki ne kawai mai saurin tafiya

?To me yasa ake gudu da kuma shawagi

?Kuma kokarin samun tagomashin duniya

?Shin ba haka ba ne

?Kuna kokarin faranta wa Allah rai da farko

Dabbobi ba su da 'yancin zaɓe

Domin Allah ya ɗaure ta da tunaninta

Amma ya sanya hikima a cikin mutum

Mutane suna da 'yanci

Ko dai a tashi ko a fadi

Zabar ko dai nagarta ko mugunta

Lokacin da sani ya nutse

A cikin abubuwan jin dadi masu ban sha'awa

Yana da rinjaye da ra'ayoyi masu duhu da yawa
Yana faɗuwa daga aljannar farin ciki
Ya rasa jin dadɓin ruhaniya
Kuma fahimtar ruhi ta makance
Ba za ta iya samun hanyarta ta zuwa ga Allah ba
Amma ana iya yin la'akari da fahimtar ruhaniya
Ta hanyar yin tunani game da Allah
Da kuma addu'a mai zurfi da gaskiya zuwa gare Shi
Domin kofar mai albarka ta buɗe
Kaiwa ga Mulkin Haske da Ni'ima
ɓoye a cikin zurfin zurfin sani
Daga taskar malamin Paramahansa
Ji da kuma jagora



Koyarwar Jagora Paramhansa Yogananda
Idan zuciya tana tare da wani
Yana jawo shi zuwa gare shi
Duk halayen wannan mutumin
?Wa yake tunanin mutanen kirki
Alherinsu yana gadar masa
Kuma waɗanda suka mai da hankali kan mutane masu
wahayi cikin kauna
Wahayi ya zo masa
Kuma duk wanda ya raka, ko da a cikin tunani
Mutane masu hankali
ɗabi'u masu daraja
Kuma niyya mai daraja

Yana raba daraja da dabi'unsu
Domin tunani yana raba hankali kamar maganadisu
Kamar yana jan hankalin kamar
A yi rana mai kyau da kuma salama a gare ku

Kowa yana neman farin ciki mai dorewa
Kada ka juya zuwa toka a hannunka
Wannan binciken ya haifar da abubuwa da yawa
Daga mafarki, matsaloli, da kuma takaici
Mutane suna neman sabon farin ciki
Ba ya bushewa, ko raguwa, ko bacewa
Kuma mutum yana koyo daga abubuwan da ya fuskanta
Farin cikin duniya shine farin ciki
Na dan gajeren lokaci kuma ba na dindindin ba
Sau da yawa yakan gano hakan bayan ya gano abin da
yake nema

Har yanzu bai gamsu da abin da ya cimma ba
Sannan yana neman cika wata buri
Ba tare da samun farin cikin da ake so ba
Duk da haka, ya sake gwadawa
!Komawa zuwa murabba'i na daya da sauransu
Farin ciki na gaske shine farin ciki na fahimtar ruhaniya
Farin cikin yin tunani game da Allah da kuma yin
magana da shi

Farin cikin kwanciyar hankali da natsuwar zuciya
Farin cikin kaunar Allah
Kuma kaunar wasu da wannan kaunar
Da kuma farin cikin jin tabbatacce mai karfi, mai karfi
Cewa rai ba ya mutuwa
Kuma cewa farin cikinta yana tare da ita
Ko bayan tafiya ma
Wannan rayuwa ta duniya ta dan lokaci

Ya Ubangiji, ka taimake ni
Domin in sami farin ciki a cikinku

Ina fatan jin dadin duniya
Kuma ta hanyar yin ayyukana na duniya
Kuma ku koya mini yadda zan tsaftace hankalina
Domin ku iya bambance tsakanin nagarta da mugunta
Don haka ku ji dadin abin da ke da amfani da kyau
kawai

Bari in ji dadin duniya
Jin dadin ruhaniya wanda aka ciyar da shi ta hanyar
farin cikinka mai tsarki
Kuma ku taimaka min in yi muku
Wani muhimmin bangare na rayuwata
Kuma muhimmin abu ne don gudanar da ayyukana na
yau da kullun
Ina jin cewa kana tare da ni
Koyaushe
Kuma a kowane mataki

nufin dan adam
Yana nuna nufin Allah ne
Kuma idan hikima ta jagorance shi
Ikonta ya zama mara iyaka
Nufin Allah yana mulkin makamashin sararin samaniya
Don amfana daga makamashin sararin samaniya
Wanda hannun jarinsa ba ya taba yin kasa da kasa
Kayayyakinsa ba sa karewa
Ya kamata a mayar da shi ga jiki
Ta hanyar wayoyin tunani mai kyau
da kuma ainihin jituwa
Da nufin Allah

Manyan malamai ba sa ba da shawara kan lalaci da
sakaci; maimakon haka, suna koyar da hanyar daidaito. Abu
ne na halitta mutum ya yi aiki don ya kula da jikinsa da
kuma samar da tufafi da abinci. Duk da haka, idan aka bar

ayyukan mutum su saba wa ko su saba wa wasu, to wannan
.ba aiki ne na gaske ba

Akwai dubban 'yan kasuwa da suka shagaltu da tara
dukiya, amma ba su san irin radadin da matsalolin zuciya da
suke haifarwa kansu ba. Idan neman jin daɗi ya sa mutum
ya yi sakaci da aikinsa na kula da lafiyarsa, to ba wajibi ba
.ne kwata-kwata

Ya kamata mutum ya girma cikin jituwa da daidaito
Babu wani amfani a mai da hankali sosai kan gina jiki mai
karfi idan kwakwalwar da ke cikin wannan jikin ba ta da karfi.
.Dole ne kuma a haɓaka hankali

Duk wanda ke da lafiya mai kyau, rayuwa mai daɗi, da
kuma karfin tunani mai girma, amma har yanzu ba shi da
.farin ciki, bai yi nasara a rayuwa ba tukuna

Duk wanda zai iya cewa, "Ina farin ciki kuma babu
wanda zai iya ɗauke min farin cikina," ya kai kololuwar
.nasara kuma ya sami siffar albarka a cikin kansa

Ya kamata mutum ya yi alfahari da cewa Allah ya
halicce shi cikin kamanninsa. Amma idan yana alfahari, yana
fushi, ko kuma ana iya fusata shi cikin sauki, kuma yana
raina wasu, kuma idan ya bar jiki a cikin wannan yanayin
.tunani, ba zai ji kusanci da Allah ba

Wata rana, ɗaya daga cikin mutanen Allah yana wanka
a cikin kogi sai wani mutum ya zo ya fara wanke dokinsa
kusa da wannan mutumin adalci, yana yayyafa masa ruwa
da gangan ba tare da kulawa ba. Almajiran waliyyin sun
fusata suka so su buge mai laifin su kore shi, amma
malaminsu ya ce musu, "Kada ku yi haka, amma ku bar shi
"kawai

Ba zato ba tsammani, dokin ya bugi mai shi, yana karya
haƙoransa da dama. Mutumin kirki ya matso kusa da shi
cikin ƙauna ya fara kula da shi da warkar da shi. Dokar
yanayi mai tsauri ce, ba waliyyi ba, ce ta hukunta mai
.zunubi

Allah da dokokinsa na duniya suna aiki ba tare da
gajiyawa ba kuma a koyaushe don rage wa duk wanda ya
dogara da Shi wahala, neman taimakonSa, da tallafawa da
karfafa juna a kan tafiyar rayuwa {Kuma Allah a shirye yake
koyaushe ya taimaki bawanSa matuƙar bawan yana
taimakon ɗan'uwansa}

Wasu abubuwa na iya jira
Komai yana wanzuwa saboda Allah yana wanzuwa Kuma
domin yana wanzuwa, muna wanzuwa, kuma godiya ga
alherinsa da wanzuwarsa, muna da wadata da farin cikin
rayuwa. Saboda haka, godiyarmu ga Allah ya kamata ta
kasance mai zurfi kuma godiyarmu ta yi yawa, domin Ya ce,
"Idan kun gode, tabbas zan kara muku alheri," kuma ya
kamata mu gode wa Allah ba tare da gushewa ba
Muhimmancin Allah ga ɗan adam ba shi da misaltuwa,
duk da haka yawancin mutane suna ba da fifiko ga rayuwar
.duniya don haka ba su san Allah sosai ba
Dole ne a cika ayyukan duniya da wajibai na
zamantakewa yayin da ake tunanin Allah, domin Mala'ikan
Mutuwa - Allah ya kiyaye rayuwarku - yana kwace mazauna
duniya kowace rana, ɗaya bayan ɗaya, kuma muna iya barin
.wannan gidan mai mutuwa a kowane lokaci
Dole ne mu gudanar da al'amuranmu a wannan duniyar
da lamiri mai tsabta yayin da muke haɗa tunaninmu da
Allah. Ina ƙoƙarin bauta wa kowa, amma lokacin da nake ni
kaɗai ina tunani, ban yarda kowa ya dame ni ba. Wasu
abubuwa na iya jira, amma dole ne mu ci gaba da yin
alkawarin yau da kullun tare da Allah, wanda ya ba mu duk
.abin da muke buƙata a wannan duniyar
Yayin da Mai Girma Alkali ke yanke hukunci na ƙarshe
game da wani lamari mai sarkakiya wanda ke nufin rai ko
mutuwa ga wani mutum, a daidai lokacin da yake tunanin
matsalolin gida da suka same shi a wannan rana kuma ya
!damu saboda ba a aiwatar da dokarsa a gida ba

Idan irin wannan alkali ya yanke hukunci mara adalci
wanda zai kai ga mutuwar wani marar laifi saboda rashin
maida hankali, to shi ma zai tsaya a gaban Alkali Mai Girma,
Alkalin dukkan zunubai: dokar duniya wadda ba ta san son
.kai ba kuma babu wurin nuna son kai
Mutane da yawa ba sa samun kuɗi kuma ba sa samun

nasara a harkokin kasuwanci

Ba su da hikimar fahimtar al'amura domin idan suna
wurin aikinsu suna tunanin matsalolin gidansu, yayin da suke
.gida kuma zukatansu suna cikin damuwa game da aiki
Saboda haka, bai kamata mutum ya mai da hankali kan
,abubuwa fiye da ɗaya a lokaci guda ba

Da zarar, a lokacin rana

Na zo ɗakin sani

Kuma tagogi na wakokin sun buɗe

Abubuwan da ake gani, kamshi, dandano, taɓawa

Kuma na nemi wakokin da suka fi laushi da launuka mafi

kyau

Domin ta zo ta yi rawa a gabana ta yi rawa

Wani lokaci nakan yi dariya wani lokacin kuma nakan yi

kuka

Idan idanuna suka fashe da kuka

Raunin gogewa yana min ciwo

Rufe kofar hankula

Kuma shigar da sarari mara iyaka

A duniyar barci da mafarki

A can na kwanta cikin kwanciyar hankali da annashuwa

A karkashin bargon duhu

Bayan na sami isasshen hutu

Daga barci, na buɗe wata kofa

Kuma shiga ɗakin mafarki

Don haka ina kallon fina-finan gwaji da bincike

A cikin sinima na rashin sani

Inda nake aiki kamar yadda nake so

Kuma ina saka mafarkan velvet na abubuwan tunawa

masu dadi

A kan labulen siliki

A kai, rubuta sunan kaunataccen sararin samaniyar

Amma lokacin da nake wajen waɗannan ɗakunan biyu

Wani lokaci ina shiga cikin zurfin da ba a sani ba na

sararin samaniya da gangan

Cin Nasara a kan duhu mafi duhu da kuma mafi zalunci

Ketare kwaruruka masu zurfi

Isa gaɓar sararin samaniya na har abada

Akwai a duniyar haɗin kai

Babu 'yan biyu, babu mafarki

Babu damuwa, babu zafi

A'a, cikakken hangen nesa

Kuma farin ciki mai sabuntawa koyausha

Da kuma hasken sammai da kasa

Da zarar mun kara rayuwa cikin aminci da Allah

Duk lokacin da za mu iya

rayuwa cikin kwanciyar hankali

Da kanmu da kuma duniya

Bari mu yi kokarin daidaita tunaninmu koyausha

Zuwa ga cikakkiya kuma marar iyaka

Babu wani farin ciki da za a iya kwatantawa da shi

Da farin ciki, ina neman Allah

Kuma ku tuntube shi

Kewaye kanka da kyawawan tunani

Waɗannan ra'ayoyin za su taimaka muku

Kusantowa da kusanci

Daga Allah ne dukkan alheri da farin ciki ke zuwa

Zaman lafiya da soyayya ga kowa

Rukunin kidayar jama'a

Daga saninsa na musamman: ainihin mutum

Allah ya halicci kidayar jama'a

Yana kokarin samun kidayar
Komawa ga haɗin kan duniya kuma
Lokacin da guguwar ta busa a saman teku
Yana kirkirar rakuman ruwa marasa adadi
Lokacin da guguwar ta lafa
Rakuman ruwa suna komawa cikin zuciyar teku
A cikin bambancin halitta da bambancinta
Akwai na'urar boyewa da ke cikinta
Kamar yadda teku take da ma'anar rakuman ruwa
Sanin iyali yana kusantar da mutane wuri ɗaya
Kasashe suna da shugabanni da za su haɗa su wuri
.ɗaya su kuma shirya da su a hanya madaidaiciya
Akwai kungiyoyin zamantakewa waɗanda ke raba
matsaloli iri ɗaya
Lokacin da mutum ya sami Allah
Ya gano cewa dukkan rundunonin suna haɗe a cikinsa
Yana haskaka tunaninsa
Wani sabon hangen nesa na rayuwa ya bayyana a cikin
saninsa
Rayuwa ta zama mai daɗi
Kuma zaman lafiya ya cika rai
Kuma abubuwan da ke faruwa a rayuwa suna canzawa
Zuwa ga wani abu kamar mafarki

Lokacin da mai neman ya kammala karatunsa daga
makarantar rayuwa kuma lokaci ya yi da zai koma manyan
matakai, sai ya cika da farin ciki, ya fahimci cewa ya yi kyau
a yaƙin rayuwa kuma ya sami tagomashin Allah, kuma yana
.da tabbacin haɗuwa da Shi da ke tafe
Da kaunataccen duniya, sha'awarsa tana karuwa, kuma
waɗannan sha'awar suna canzawa zuwa makamashin
ruhaniya wanda ke kai shi cikin sauƙi zuwa ga zaman lafiya,
haske, da kuma jin daɗi mai sabuntawa wanda ba shi da
.iyaka

* **

Ruwan sama mai rahama na Allah ba ya taruwa a kan
manyar kololuwar girman kai, sai dai yana gudana cikin
!sauki zuwa kwarurukan tawali'u
Malam Paramahansa ya yi magana game da hanyar da
sauri wadda, ta wurin alherin Allah, muka 'yantu daga rudun
:rudin sararin samaniya. Ya ce
A cikin wannan duniyar da alama muna nutsewa cikin"
teku mai cike da matsaloli da radadi, don haka Allah ya
girgiza mu ya tashe mu daga wannan mummunan mafarki
"mai ban tsoro
:Ya ce, yana karfafa daya daga cikin almajiransa
Ka sani cewa duk abin da kake nema da abubuwa da"
"yawa suna jiranka a wurin Allah
Ya ce wa wani dalibi wanda ya yi kama da yana cikin
:munanan halaye
Idan ba ka da karfin hali, ka yi kokarin haɓaka karfin"
aikin da ba shi da son rai (watau, aikin da ba shi da son rai
"na rashin yin kuskure)
Tabbatar da kai
A yau zan wargaza hoton jahilci
Wanda ke kazantar da wurin tsarki na rai a cikina
Kuma zan tuna cewa Hasken Allah Mai Tsarki
Yana haskakawa a raina koyaushe
Kuma yana kawar da duhun ruhi daga tunani da raina
Kuma wanda ya haliƙƙe ni ba zai bar ni ba
* **
A farkashin kowace irin rayuwa
Tekun da ke cike da kasancewar Allah yana nan
Bayan kowace bugun zuciya
Tekun soyayya mara iyaka yana cikinsa
* **
Kowace dare zan tabbatar wa kaina cewa ba ni ba ne
jikina
Maimakon haka, ruhun da ke zaune a jiki
Kuma cewa ruhaniyata ba ta mutuwa har abada

Idan na farka, zan tuna na sake tabbatar da hakan

* **

A cikin tsarin barci, zan warke kuma in sabunta karfina

Amma hakan bai isa ba

Ina bukatar mafaka ta shiru da tunani

Inda zan iya yin iyo a kowace rana

Don bincika sararin fahimtar da nake da ita

Kuma ina binciko sirrin raina

Ma'anar natsuwa

Natsuwa tana nufin tunani mai kwantar da hankali

Kwantar da hankali ga jiki da kuma kula da bukatunsa

Duk wanda zai iya yin hakan zai sami kwanciyar hankali

mai wartsakewa

Zai ji rakuman ruwa masu ban mamaki da ra'ayoyi daga

duniyoyi masu kyau

Kuma duk wanda ya zurfafa cikin natsuwa, to

Zai gano mulkin Allah a cikin kansa

Muddin mutum yana tafiya a kan hanya

Kowace lokaci na lokacinsa tana da matuƙar daraja

Muna nan a wannan kasar (gidan wucewa) na ɗan lokaci

kaɗan

Komai na ɗan lokaci ne, amma jin daɗin Allah har abada

ne

Babu wani abu da zai iya goge shi daga zuciya da ruhi

Bai kamata mu bari jarabawar wannan duniyar ta

rinjaye mu ba

Ta hanyar karkatar da mu daga babban manufarmu da

kuma babban burinmu: Allah

Sanin Allah yana yiwuwa

Dole ne mu sami ubangijin halittu

Daga haskensa taurari ke haskakawa

Kuma da ikonsa zukata ke bugawa

Dole ne mu neme shi a Haikalin Shiru

Idan muka kira Allah da sha'awa da bege

Kuma idan muka yi tunaninsa da sha'awa mai zafi

Za mu same shi
Ba ina magana ne game da allahn da ba a sani ba
A'a, yana game da Ubangijin da na sani ne
Kuma gaskiya ne a gare ni
Ya fi dukkan abubuwan zahiri gaskiya ne
Teku ne mai tsarki wanda ke riƙe da kuma riƙe rakuman
rayuwar ɗan adam
Za mu iya yin komai ba tare da komai ba sai Allah
Allah yana so mu ba wa junanmu
Dole ne mu tuna cewa a cikin ƙoƙarinmu na biyan
bukatonmu, ya kamata mu taimaki wasu da abin da suke
.bukata kuma mu raba abin da muka samu ga marasa galihu
Bari mu tuna cewa mu ɓangare ne na iyali na duniya
kuma ba za mu iya rayuwa ba tare da ita ba. Yaya rayuwa za
ta kasance ba tare da kafinta, mai ƙirƙira, ko manomi ba? Ta
hanyar musayar ayyuka da ƙwarewa, Allah yana so mu yi
tunanin wasu, domin babban kuskure ne a rayu don kai
.kaɗai
Idan muka yi tunanin farin cikinmu, ya kamata mu yi
tunanin faranta wa wasu rai. Ba lallai ba ne mu bar komai
Domin kare iyali na duniya, domin hakan ba zai yiwu ba.
Amma dole ne mu tausaya wa wasu mu kuma ɗauki
.bukatunsu a matsayin namu
Allah yana so mu ba wa junanmu gwargwadon abin da
muka karɓa daga junanmu, domin wasu su ne mafi girman
.kanmu
Amsa da kuma tunkarar hare-haren yaudara masu
tsanani
Muddin mutum ya zama abin farauta ga fushi, kishi, da
hassada, ba su da 'yanci. Dole ne su zama masu iko da
motsin zuciyarsu da ayyukansu, kuma su 'yantar da kansu
daga ilhami masu lalata, sha'awa marasa iyaka, da kuma
.sha'awa mara kyau

Idan ka yi wa kanka gaskiya, hikima za ta tallafa wa tunaninka, adalci zai jagoranci shawararka, kuma fahimta za .ta haskaka maka tunaninka

Dole ne a "kona" tsaban ayyukan da suka gabata waɗanda jahilci ya haifar a cikin wutar tunani da hikima don su kasa sake tsirowa da girma. Wannan ita ce hanyar da za a .iya korar da kuma dakile hare-haren yaudara masu tsanani Mafarkin sararin samaniya - ko Shaidan - yana yaudarar mutum da alkawuran karya da jarabawar jan hankali don bin kawance na jin daɗin sha'awa kuma yana sarrafa ikonsa domin yana yi masa alkawarin farin ciki na duniya wanda ba shi da gaskiya, don haka yana aiki tukuru don hana shi ɗaɗaɗano 'ya'yan farin ciki na gaske da ke akwai a cikin .lambunan rai

Masu hikima sun san bambanci tsakanin gaskiya da ruɗani kuma sun kware wajen fahimta Yayin da suke zurfafa zurfafa cikin tunani, suna fahimtar muhimmancin 'yancin zaɓi da kuma wajibcin amfani da 'yancin zaɓi don yin abin da ya dace da kuma guje wa ayyuka masu illa da sakamako .mara daɗi

Daya daga cikin almajiran ya tambayi malami Paramahansa game da ra'ayinsa game da kaddara, kaddara, :wahala, da ciwo, sai ya ce

Mutane suna tsara makomarsu ta hanyar nufinsu kuma suna kayyade makomarsu ta hanyar niyya da ayyukansu. Za ku iya 'yantar da kanku daga wahala idan kun zaɓi yin haka.

Allah, wanda ainihinsa kauna ne, ba ya son masoyinsa ya sha wahala sakamakon ayyuka marasa kyau da tunani mara kyau. Ya bai wa ɗan adam ikon fahimta da 'yancin zaɓi. Duk da haka, saboda yanke shawara mara kyau da zaɓuɓɓuka marasa kyau, mutane suna kawo wa kansu da wasu wahala .da wahala

Dole ne ka kasance cikin 'yanci kuma kada ka bari wani ya kwace maka shawararka ko ya mallake ka, kuma kada ka

bari muhalli, al'adu, da al'adu marasa kyau su takaita ka da
.kuma sarrafa salon rayuwarka

Yi aiki da hikima, saurari muryar lamiri, yi la'akari da
sakamakon ayyuka kafin ci gaba da abin da kake niyyar yi,
ka guji cutar da wasu saboda rashin kyawun halayenka,
kuma ka nemi taimako da jagora daga Allah

Yin aiki bisa ga jagorarin ciki

Dole ne mu fara fayyace burinmu, sannan mu nemi
jagora daga Allah don ya jagorance mu zuwa ga matakin da
ya dace wanda za mu iya bayyana iyawarmu. Ya kamata mu
yi tunani har sai hankalinmu ya kwanta kuma mu ga mataki
na gaba a sarari. Bayan haka, dole ne mu yi aiki bisa ga
jagorar ciki da muka samu, kuma za a cimma sakamakon da
.muke so

Idan hankali ya natsu, za ka fahimci abubuwa cikin sauri
da sauƙi, kuma abin birgewa ne! Za ka cimma abin da kake
burin samu, kuma za a rubuta maka nasara a cikin komai
cikin ɗan gajeren lokaci domin karfin sararin samaniya yana
.iya gudanar da doka daidai kuma ya tabbatar da aikinsa
Wasu mutane suna cewa kwayoyin kwakwalwarmu suna
da wasu halaye waɗanda ba za a iya ingantawa ko canza su
ba. Wannan ba daidai ba ne Tunda Allah ya halicce mu cikin
siffarsa, babu abin da zai iya iyakance mu ko hana ci
gabanmu. Idan muka binciki kanmu, za mu fahimci gaskiyar
.wannan, tare da taimakon Allah

Kowane ɗan adam yana wakiltar iko mara iyaka
Dole ne mu nuna wannan karfin a duk abin da muke yi

Idan muna son kirƙirar wani abu

Bai kamata mu dogara kawai da tushen waje ba
Maimakon haka, dole ne mu zurfafa cikin zurfin ciki

Muna neman tushen da ba shi da iyaka

Duk hanyoyin aiki masu nasara

Duk kirƙira

Kuma duk wani ingantaccen rawar kiɗa

Ra'ayoyi masu ban sha'awa

Kuma mafi kyawun ayyuka da mafi ban mamaki
An rubuta a cikin littafin Allah
Na yi ta nemanka tsawon shekaru da shekaru
A kan hanyoyin sha'awa da buri
Kuma yanzu na fahimci cewa kana zaune a cikina
Kuma yana motsa zuciyata ta ji da na fi tsarki
Kada ka boye min komai kuma
Bayan furannin motsin rai
Tunani da bugun zuciyar
Ka kawata raina da kayan ado na hikimarka
Kuma Ka ba ni iskar ni'imarka
Ka cire mini duhun da ya lullube ka
Dangane da ganina da kuma fahimtar da nake yi
Ya kai wanda ya wuce taurari da sararin sama mai shuɗi
Kuma bayan yadudduka na sararin samaniya da dukkan
halittu da halittu
Ka yarda da raɗaɗina na soyayya
Ka nutsar da rayuwata cikin kaunarka, haskenka, da
kuma salamarka
Nuna min fuskarka mafi tsarki
Ina jin ki a cikin zurfin tunani na
Ina jin kasancewarka a cikin mafi zurfin ji na
Kuma ina ganin kina fure a cikin lambun kaunata
Cika ni da kamshin kasancewarka
Zan iya jin daɗin kamshinki mai albarka
Ku zo gare ni daga sama da taurari
Da tunani da ji
Nuna min fuskarka mafi tsarki
Bari in fahimci kasancewarka a cikin raina
Kuma waɗanda ke kewaye da ni
Ko'ina
Waɗannan sakin layi sun fito ne daga mujallar * Inner
Culture* kuma an samo su ne daga koyarwar Master
Paramhansa

Sirrin nasara yana cikin gina tunani mai kyau: sanin
wadata, yalwa, kyakkyawan fata, farin ciki, da kuma cimma
nasara. Wannan yana gina mana sansanin soja mai karfi
wanda ba za a iya shawo kansa ba wanda ke jure wa
.mawuyacin yanayi, wanda galibi ɗan adam ne ya kirkira shi
Dole ne mu yi kokari mu cimma zaman lafiya da jituwa,
mu kuma fahimci cewa ba za mu iya kawo wa kanmu wani
abu da ba ya cikinmu ba, kuma mu yi imani cewa Allah ne
tushen dukkan abubuwa masu kyau da jin daɗi, kuma bisa
ga imaninmu da kyawawan halayenmu, zai zuba mana
.alherinsa ya kuma mamaye mu da albarkarsa
Annabawa da manyan mutane sun san sirrin nasara,
kuma tarihi ya sanya sunayensu ya mutu fiye da sunayen
sarakuna da dauloli, kuma lokaci ba zai iya goge sunayensu
.daga tarihin wanzuwa ba
Masanan Gabas sun gwada kowace doka da aka sani
kuma aka gwada don cimma wadata ta duniya da wadatar
ruhaniya. Idan wasu sun koya kuma sun amfana daga
wannan falsafar don canza rayuwarsu zuwa mafi kyau da
.kuma sarrafa yanayinsu, za ku iya yin haka
Duk wanda ya gurbata tunaninsa da tunanin gazawa ko
bukata zai jawo hankalin abokan da tunaninsu ya cika da
bukata da gazawa, kuma zai kirkiri yanayi mai irin wannan
.girgiza da inganci
Irin waɗannan tunanin suna cika mai su da takaici,
bakin ciki, bakin ciki, da kuma yanke kauna, ta yadda
yanayinsa ya tsananta kuma yanayinsa ya lalace a hankali,
kuma ya mika wuya ga abin da yake ɗauka a matsayin
.kaddararsa da kaddararsa
Ba wanda za a ci nasara ba sai ya yarda da shan kaye a
matsayin tabbas, kuma idan ya gaza, laifin ba ya cikin
hanyar ko doka, sai dai ga mutumin da ya yi amfani da
doka ba daidai ba
Idan muka kudura niyyar yin wani abu kuma muka
tabbata da tsarkin manufarmu da kuma daidaiton

shawararmu, za mu ajiye tsoro a gefe kuma ba ma jin tsoron
yanayin ko kuma mu kula da kuntatawa da iyakokin da ke
.tattare da waɗannan yanayi

Me kake bukata? Shin shahara ce? Ko maganadisu na
mutum? Ko iko? Ko tsaro? Ko lafiya? Ko farin ciki? Ko zaman
?lafiya

Idan ka san abin da kake so, kuma idan ka san yadda za
ka sami abin da kake so, kuma idan kana shirye ka yi amfani
da kowace dama da halattacciyar hanya a cikin kanka da
kewayenka, kuma idan ka yi wa kanka alkawari mai 'yanci
kuma ka kudura cewa ba za ka yarda da shan kaye ba, to
abin da kake neman samu naka ne, kuma ka yi farin ciki da
.cimma abin da kake so

Lokacin da aka nemi malami Paramhansa ya fayyace

:ilimin kai, sai ya ce

Sanin kai shine fahimtar, tare da jiki, hankali, da ruhi,"
cewa mu ɗaya ne da cikakken wanzuwar Allah. Ba wai kawai
muna kusa da wannan wanzuwar ba, amma cikakken Allah
shi ne cikakken halittarmu, kuma muna kusa da Shi yanzu
kamar yadda za mu kasance a kowane lokaci. Abin da kawai
".za mu yi shi ne inganta iliminmu game da Shi

Ya ce: "Gaskiya wajen kammala kananan ayyuka yana

karfafa mu mu riƙe shawarwari masu wahala waɗanda

".rayuwa za ta tilasta mana mu yi

Ya ce: "Akwai nau'ikan almajirai na ruhaniya guda uku:

masu bi waɗanda ke halartar gidajen ibada kuma suna
gamsuwa da hakan kaɗai... masu bi waɗanda ke son rayuwa
mai aminci da adalci amma ba sa yin ƙoƙarin da ake bukata
don sanin Allah... da masu bi waɗanda suka kuduri aniyar

"gano ainihin kansu a cikin Allah

Ya ce: "Allah yana biyan duk wata bukata ta masu bauta

masa da sauri domin sun 'yantar da kansu daga son kai da

"ke wargaza ƙoƙari da kuma bata bege

A cikin zurfin duwatsu da sararin sama mai natsuwa, a
cikin boyayyun raina da kuma kogon shiru, ina jin
kasancewar Allah kuma ina jin dadinsa har abada
Kuma zan sha daga mabuɓɓugan ruwansa masu tsarki
wadanda ba sa gushewa kuma ba sa bushewa har abada.
Zan nutse cikin teku mai zurfi na tunani da tunani game da
.Allah

Har sai na sami lu'u-lu'u na hikima da farin ciki na
allahntaka

Ya Ubangiji, ka ba ni ruhu mai karimci
Don raba abin da nake da shi ga wasu
Kuma ku taimake ni in gani a cikin tafkin tunani na
dawwama

Hasken wata na ruhaniya, wanda ke haskakawa da
hasken kasancewarka

A yau zan zurfafa cikin teku na tunani da tunani game
da Allah

Har sai na sami lu'u-lu'u na hikima da farin ciki na
allahntaka

Zan kaunace ka, ya Ubangiji, fiye da komai
Domin ba tare da kai ba ba zan iya kaunar kowane
mutum ko wani abu ba

Zan bauta maka, Ya Ubangiji, wanda kaunarsa ba ta
misaltuwa

A kan kursiyin kowace irin zuciya mai kauna da kuma

A rayuwa da kuma a mutuwa

A lokutan bakin ciki da wahala

Imanina a gare ka, ya Ubangiji, ya tabbata

Mai karfi kuma ba ya girgizawa

Mai karfi kuma ba ya girgizawa

Kowace numfashin bege da addu'ata

Kofofi da tagogi a buɗe suke a cikin raina

Daga nan zan koma ga ni'imar Allah

Kamar yadda rana ke haskakawa

A kan titunan da suka fi cunkoso

Ta haka zan fahimci hasken kaunar Allah
A duk wuraren da ke cike da jama'a
Don ayyukana na yau da kullun
Ya Ubangiji, ka albarkace ni
Don tada raina da wayewar gari
Kuma ina kai shi zuwa ga iyakar albarkar ku

* **

Allah shi ne natsuwar sararin samaniya
A cikinsa ne ake nuna dukkan abubuwa
Daga gare ta ne dukkan ra'ayoyin da suka haskaka suka

fito

Don haka zan yi kokarin yin aikin natsuwa
Domin in ji farin cikin kasancewarsa
Na san cewa Allah yana sauraro
Ga kowace irin rada da nake sha'awa
Soyayya ce ta duniya baki daya
Ta hanyar kaunar Allah
Zan iya samunsa
Ta hanyar kauna, mai neman yana kusantar Allah
Yana sha daga mabuɓɓugan ni'ima masu tsarki
Ya Ubangiji, ka taimake ni
Don caji jikina
Katin sararin samaniyarka
Kuma don warkar da hankali
Da mayar da hankali da kyakkyawan fata
Kuma warkar da ruhu
Ta hanyar fahimtar ruhaniya da aka haifa ta hanyar

tunani

Bari mu fahimta, ya Ubangiji
Cewa jin dadin ji na zahiri ba na dindindin ba ne kuma
ba na dindindin ba ne
Yayin da farin cikin rai yake
Gaskiya ne kuma ana sabunta shi akai-akai
Allah ba kawai kalma ce da muke furtawa ba
A'a, shine ainihin rayuwa da kuma sirrin rayuwa

,Ba za mu iya sanin girman girmansa ba
Amma za mu iya jin kasancewarsa
Kuma muna jin kasancewarsa
A yau zan kawata wurin tsarki na natsuwa
Da furannin sha'awar allahntaka
Kuma ina kira gare Shi, Allahn kauna da farin ciki
Ina rokon Allah ya bayyana mini kansa
Ta idanuna na ruhaniya
Zan iya ganin haskensa yana yaduwa
A kowace kusurwa ta duniya
Zan yi tunanin muhimman abubuwan da nake bukata
Zan kunna karfin zuciyata da kwarewar kirkira ta
Ni mai hakuri ne kuma mai hakuri ne
Domin in cimma burina da yardar Allah da taimakonsa
Na fahimci cewa rashin farin ciki yana faruwa ne
sakamakon gazawa
Saboda haka, zan yi iya kokarina
Domin samun farin ciki mai dorewa
Ta hanyar rashin barin komai
Ta hanyar cin zarafi na da kuma kawo cikas ga tafiyar
da nake yi zuwa ga nasara
Zan zana taswirar kananan abubuwa na tunani
Kuma ina aiki don bayyana shi
Har sai na cimma manyan burina
Da taimakonSa, Allah Ya daukaka Shi
Mu haskoki ne na hasken Mahalicci
Muna rayuwa ne na dan lokaci a cikin jikin mutum
Dole ne haskoki su dawo ga tushen su
Wannan ba yana nufin cewa jiki ba shi da wani amfani

ba

Maimakon haka, bai kamata mu yi tunani ba
Muna karkashinsa da iyakokinsa
Allah ba ya nuna fifiko ga kowa
Maimakon haka, yana mayar da martani ta hanyar doka
mai kayyadadden tsari wadda ba ta canzawa

Duk wanda ya karya dokar Allah
Yana kawo hukunci da azaba ga kansa
Kuma duk wanda ke rayuwa bisa ga wannan doka
Allah zai ba shi lada ya kuma amsa addu'o'insa
Ta hanyar kwanciyar hankali da farin ciki na ciki
Zan yi addu'o'i masu ratsa zuciya
Kullum ina amfani da nufina
Har sai na sami amsoshi masu gamsarwa da isassu ga
addu'o'ina

Cibiyar Wayar da Kan Jama'a Kan Ruhaniya A Gaba
Idan da gaske na yi kokarin gano gaskiya, Allah zai
saukaka mini saninta, kuma zan sami gamsuwa
Kuma amsoshi masu gamsarwa ga duk tambayoyi da
tambayoyi da ka iya zuwa mini a rai
Cibiyar wayar da kan jama'a ta ruhaniya tana cikin
goshi, tsakanin gira, inda idon ruhaniya yake, wanda shine
kofar zuwa ga mulkin ruhu. Saboda haka, zan mayar da
.hankali kan wannan batu

Na fahimci cewa sanina yana canzawa tare da canjin
muhallina, don haka lokacin da muhallina ya guba ni da rufi
da yaudara, zan canza shi zuwa mafi kyawun yanayi
Sirrin kiyaye abota

Daya daga cikin daliban ya ce wa malamin Paramhansa:

""Malam, ina ganin yana da wahala in riƙe abota da nake yi
:Malam ya amsa

Zabi abokanka a hankali Ka kasance mai fara'a da
aminci a gare su, amma koyaushe ka nisanta kanka daga
.wasu abubuwan

Bari girmama juna ya zama alaƙa tsakanin ku da su,
kuma kada ku wuce gona da iri da su
Yana da sauƙi a yi zaman lafiya da wasu, amma idan
kana son kiyaye kaunarsu da girmama su, ya kamata ka bi
wannan shawarar

Duk wanda ya shafa maganadisu na ransa a kan
maganadisu na sararin samaniya da zurfin tattarawa, zai

zama wani bangare na maganadisu, ya sami halayensa,
.kuma ya kawo wa kansa duk abin da yake nagari da adalci

Tabbatar da kai

Zan haɓaka kwarewar mayar da hankali da tunani, in
karanta littattafai masu amfani da kayan aiki masu kyau,

.kuma in kara la'akari da yadda wasu mutane ke ji

Zan yaba wa dukkan kyawawan abubuwan da Allah ya

ba ni kuma ba zan jira yanayi mai wahala ya sa ni tuna da
ni'imomin da Mai Karimci ya yi mini ba

A yau zan yi kokarin zama abin jan hankali na ruhaniya
inda zan kawo alheri ga kaina gwargwadon karfin jan hankali
da nake da shi

Duk abin da ke na jiki yana iya ruɓewa, kuma duk abin
da ke na rai ba ya mutuwa kuma ba ya lalacewa. Saboda
haka, ba zan ba da fifiko ga abubuwan duniya a rayuwata
.ba

Idan na fara neman Allah, duk burina za a biya, kuma ba
zai zama komai ba ko ina zaune a cikin babban fada ko
karamin gida mai tawali'u Hankalina zai faɗaɗa kuma
fahimtar ruhaniyata za ta bunkasa idan na rayu da gaskiya,
gaskiya, da mutunci, kuma idan na ta'azantar da wasu kuma
na ba su tausayi, kirki, kauna, da karfafawa a kan tafiyar
.rayuwa

* **

Daya daga cikin daliban ya tambaya: "Malam, za a iya
"?rasa rai har abada
:Mista Paramhansa ya amsa

Ba zai yiwu ba! Domin kowace rai wani bangare ne na"
Allah wanda ba za a iya raba shi ba, saboda haka har abada
"ne, marar mutuwa, ba a taɓa shi da ruɓewa ba

Daya daga cikin almajiran bai yi kasa a gwiwa ba wajen
:neman alamun ci gaban ruhaniya, sai malamin ya ce masa

Idan ka shuka iri ka kuma tono shi kowace rana domin"
duba girmansa, saiwoyinsa ba za su kama kasa ba kuma ba
"za su girma ba
Kula da ita yadda ya kamata, amma kada ka yi ta yawan
son sani

Fahimtar Ilimin Ruhaniya

Ga malami mai hikima

Paramhansa Yogananda

**Duk ilimin da ɗan adam ke burin samu, a kowane
fanni na kimiyya da fasaha, gami da sirrin atom**

**Tarihin duniya da kuma ɗan adam, duk suna
wanzuwa a cikin ether a cikin nau'in girgiza**

**Wadannan girgizar kasa suna kewaye da mu,
kuma akwai hanyar samun damarsu kai tsaye.
Wannan ta hanyar fahimtar rai ne.**

**Wannan shine zamanin dabaru Dole ne a binciki
kowace kwarewa a hankali da kuma fahimta domin a
fahimta ta.**

**Kuma ta hanyar fahimtar abin da ke cikinsa, za a
iya shawo kan shingen ruɗani. Akwai dalili ga komai,
kuma a wannan zamanin na nazari,**

**Dole ne mu yi aiki don cimma wannan fahimta
Zan iya shiga cikin yanayi na farin ciki na
ruhaniya ta hanyar rera waka:**

"Allah, Allah, Allah"

**Zan iya shiga wannan yanayin ta hanyar yin
bimbini**

**Ko kuma ta hanyar ganin kyakkyawan yanayin
kasa**

**Ko kuma ta hanyar kallon fuska da ke haskakawa
da haske da kaunar Allah**

**** ***

**Muna cinye abin da aka sani ta hanyar fahimta da
jin daɗinsa Sannan mu koma ga binciken abin da ba a
sani ba domin abin da aka sani ba ya**

Yana ba mu gamsuwa mai dorewa Idan ya ba mu wannan gamsuwa, da ba mu dade a wannan duniyar ba.

Kullum kasancewa cikin gamsuwa da abin da aka sani ba tare da hangen nesa na gaba ba, ba tare da yin kokarin ingantawa ba, kuma ba tare da ruhin himma don bincike ba

Ba tare da kwarin gwiwar yin tunani da bayani ba, za a sami tsayawa da rashin kuzari ga bil'adama, sakamakon haka, halaka.

Kuma ya fara faduwa

**** ***

Rayuwa a nan ta yi kama da ba ta da tsari kuma tana cikin rudani har sai mun isa bakin teku na aminci

Bai kamata mu sanya begenmu a kan manufofin duniya masu jinkiri da kuma abubuwan da suka shafi abubuwa marasa karfi ba

Irin waɗannan kananan abubuwan haɗin kai ba tare da saninsu ba suna nisantar da mu daga babban burinmu

Kamar yadda yake nisantar da mu daga ainihin kanmu

Zuma tana aiki tukuru kuma tana shiri don lokutan wahala kuma idan hunturu ya zo, tana jin daɗin abin da ta adana daga girbin bazara.

Kuma lokacin bazara

Saboda haka, dole ne mu koyi yadda ake tattara zumar salama ta Allah da kuma ikon jure wa yanayi masu wahala

Mun haɗu da su a rayuwa

**** ***

**A cikin wannan duniyar mai cike da rudani
Yana cike da haɗari da rashin tabbas
Kana jin kai kaɗai ne Allah kaɗai ba zai yashe ka
ba**

**Fatanka ba zai yi kasa a gwiwa ba
Ya Ubangiji, ka albarkace ni
Don kula da irin karfin ruhaniya da nasara
A boye a cikina
Kuma domin in yi amfani da shi ta hanyar da za ta
faranta maka rai**

**** ***

**Lokaci zuwa lokaci, dole ne mutum ya bar komai a
baya don ya kadaita da kansa, domin ya iya tunanin
manufa**

rayuwa

**Yawancin mutane suna cikin mawuyacin hali na
al'adu da tsare-tsare; a zahiri, ba su taba rayuwa ta
kansu ba da gaske.**

**Suna rayuwa a duniya To me suka cimma, kuma a
ina suka kare?**

**Saboda haka, yana da kyau mutum ya rika cire
kansa daga ayyukan yau da kullum da kuma
"ayyukansa" domin samun kwanciyar hankali.**

**Hankalinsa yana cikin rudani, kuma yana kokarin
fahimtar kansa da kuma tantance burin da yake son
cimmawa**

**** ***

**Duk wanda yake kaunar Allah, saboda haka yana
kaunar kowa, ba yana nufin yana son kurakurai da
kurakuran wasu ba ne.**

**Wanda yake kaunar Allah yana dawwama cikin
dokokin sa Lokacin da na fahimci cewa ayyukana na
sadaukar da kai ga Allah ne, jin cewa imanina na iya
zama ba daidai ba ya bace**

**Ina son a gyara ni idan na yi kuskure, amma idan
na yi daidai, ba zan bar hakan ba**

Jin Ciki

**Wannan jin ba ya samo asali ne daga motsin rai
ba amma ya samo asali ne daga gaskiya, saboda haka**

yana karfafa yakinina kuma yana sa ni dagewa a kan shawarata

Sai dai idan mutum ya hada da jin daɗin wasu a cikin wadatarsa, ba zai san ma'anar rayuwa mai daɗi ba.

Abin da nake nufi shi ne sha'awar gaske ta taimaka wa wasu don su iya taimaka wa kansu. Sannan za ku sami wata hanya mai ban sha'awa da ba za ta kare ba.

Ayyukan alheri suna aiki a rayuwarka

Ko da kuwa irin yanayin da kake ciki, wannan doka za ta yi maka aiki kuma ta samar maka da duk abin da kake bukata

**** ***

Gaskiya mai zurfi tana da mahimmanci a kan hanyar ruhaniya. Domin cikin tsarki da gaskiya ne alfijir na rai ke bayyana.

**** ***

Idan kana kusa da wanda kake kauna, za ka iya fahimtar tunaninsa, amma kila ba za ka iya fahimtar tunanin wani daga nesa ba

Ya wuce ka sai dai idan kana da wani fanni na azanci mai zurfi

Wadanda ke yin amfani da dabarun natsuwa da tunani akai-akai suna jin natsuwa sosai kuma tunaninsu yana kara kyau sakamakon haka.

Saboda aikin kimiyya da suke yi, suna iya fahimtar tunani da manufofin wasu ko da daga nesa mai nisa.

!

Ya dawo babu komai

Labari bisa koyarwar Jagora Paramhansa

Lokacin da 'yar ɗaya daga cikin sarakunan ta kai shekarun aure, mahaifinta, sarkin, ya gindaya

sharadin cewa duk wanda ya nemi aurenta dole ne ya cika sharadin.

Nasarar da aka samu Sharadin shine cewa duk wanda zai nemi auren zai saci wani abu ba tare da kowa ya sani ba

A ranar da aka kayyade, masu magana sun yi ta tururuwa daga kowane bangare, suna kawo ganima daban-daban tare da su, kowannensu yana rera waka.

Daga cikinsu akwai fatan cimma burin ta hanyar cika sharadin

Sai wani saurayi wanda ba shi da komai a sunansa ya bayyana ya ce wa sarki:

"Mai girma, abin da ka roka ba zai yiwu a cimma ba, domin idan na saci wani abu amma babu wanda ya san abin da na aikata a duniya, amma

Duk da haka, zan sani game da shi, kuma wannan abu ne da ba zan iya yi ba."

Sarki ya yi matuƙar farin ciki da abin da saurayin ya faɗa, sai ya amsa:

"Kai ne wanda ya cancanci 'yata, domin kin cika sharadin kuma kin cancanci zama surukina kuma magajina."

**** ***

Mallaka ba shi da amfani Idan ɗaya daga cikin ma'auratan ya yi kokarin mallakar ɗayan, to alama ce ta rashin kame kai.

soyayya

Amma idan suka nuna kaunarsu da kulawa ta gaskiya, abokantaka, la'akari da yadda suke ji, da kuma sha'awar faranta wa ɗayan rai

Soyayya tana samun wani babban hali, kuma a cikin irin wannan dangantaka muna samun ɗan haske na kaunar Allah

**** ***

Hanya zuwa ga Allah ita ce hanya mafi sauki kuma mafi sauki, duk da haka kaɗan ne ke bin ta duk da al'adunta

Kuma manyan tsare-tsare da yawa

Ya fi kyau mu mayar da zukanmu ga Allah mu roke Shi abin da ya fi kyau kuma mafi dorewa a gare mu

A zahiri, Allah yana jiran mu domin yana son ya nisantar da mu daga mummunan yanayi da kuma tarkon haɗari.

Yana son mu kasance tare da shi a cikin zukanmu da tunaninmu domin kayan duniya masu arha ba za su iya gamsar da sha'awar ɗan adam ko cike gihin ruhaniya ba.

Abin da yake ji a cikin zuciyarsa

Allah yana yi mana magana a koyaushe, amma kaɗan ne ke jin muryarsa

Wannan muryar mai natsuwa sau da yawa tana nutsar da ita da hayaniyar tunani mai hayaniya da kuma sha'awa mai ban mamaki.

Amma idan tunani ya lafa kuma sha'awa ta kwanta, muna jin muryar Allah a sarari, duk da cewa shiru ne kuma yana da rauni

Hakika, Allah yana yin komai don taimaka wa ɗan adam; Yana buɗe kofofi kuma yana haskaka hanyoyi domin mu ga inda ya kamata mu taka

Yana tuntube, amma kafarsa ba ta zamewa; duk da haka, yawancin mutane ba su fahimci wannan gaskiyar ba

**** ***

Rana ta bace rana ce da ke wucewa ba tare da tunanin Allah da neman abin da zai faranta masa rai ba

**** ***

**Soyayya mabubbuga ce mai gudana koyaushe
daga mabubbugan ruwa marasa adadi kuma lokacin
da aka toshe budewar zuciya saboda rashin da'a**

**Muna ganin yana fitowa daga wata zuciya amma
tunanin cewa soyayya tana mutuwa a cikin kowace
zuciya**

**Rashin sanin yanayin soyayya ne na duniya baki
ɗaya**

**Bai kamata a toshe hanyoyin soyayya ta hanyar
ayyuka marasa kyau ba**

**Sannan mutum zai iya shan ruwan tsarki na
kaunar Allah**

Gudun daga dukkan kyawawan zukata

**** ***

**Mutanen da aka yanke yatsansu sau da yawa
suna jin kamar har yanzu yana nan Kuma duk wanda
ya rasa wani sashe na jiki**

An san wannan jin

**Akwai wata boyayyiyar abokiyar zama ko abokiyar
zama ga kowace gabobi a jiki. Bayan zuciyar zahiri
akwai zuciya mai boye.**

**Ba tare da shi ba, zuciyar da ake gani ba za ta iya
bugawa ba**

**Mutane suna da gabobi marasa ganuwa kamar
gani, ji, kwakwalwa, kashi, da jijiyoyi na ethereal.
Wadannan gabobi, wadanda sune**

**A matsayin kyallen haske da aiki, su ne jikin
duniya na ɗan adam da ba a iya gani**

**Jikin duniya ko na etheric yana kama da jikin
zahiri da ake iya gani. Bambancin shine siffarsa mai
haske da mahimmanci.**

Mai kyau sosai

**** ***

**Idan mutum ya tabbata cewa yana da ikon
mallakar kansa, nasararsa ta fi nasarar mai mulki
gaba daya, domin nasara ce.**

Yana tsaye tsayi a gaban kotun lamiri

**Ra'ayoyi su ne alkalai kuma mutum shine wanda
ake tuhuma**

**Ya kamata mutum ya dauki alhakin kansa kowace
rana, kuma za su ga cewa gwargwadon yadda
lamirinsa yake horar da shi da kuma hukunta shi,
haka nan za su kara kokari don inganta kansa.**

**Da zarar mutum ya fi yin abin da ya dace, mai
gaskiya, da kuma adalci, to, zai fi samun nasara da
nasara a rayuwa.**

**** ***

**Wadanda suka zurfafa cikin zurfafa bincike kan
sanin sararin samaniya suna habaka kwarewa ta
ruhaniya mafi girma da iko akan karfi ta atomatik**

**Na Halitta Amma babu mutumin da ya fahimci
Allah sosai yana amfani da ikonsa don yin fahariya da
nuna isa, ba tare da hikima ko iko ba**

Ka kasance mai hankali

**Masu hikima sun fahimci cewa Allah shi kadai ne
wakili a cikin rayuwa. Kuma cikin tawali'u, suna
danganta masa baiwar da suka bayar ta musamman.**

Dole ne su yi shi

**Shin duk abin da ke cikinsa ba mu'ujiza ba ne?
Kuma shin mutum, kawai saboda wanzuwarsa, ba
mu'ujiza ba ce?**

**Idan dan adam bai gamsu da duk abubuwan
al'ajabi da Allah ya halitta ba, me yasa waliyyai zasu
kara yin abubuwa?**

Mu'ujizai?

**Waliyyan Allah masu adalci ba sa yin komai sai
dai idan Allah ya umarce su da yin hakan, kuma
saboda dalilai masu ban mamaki da rikitarwa.**

Wani lokaci fahimtar muhimmancin lokaci shine

**** ***

**Idan muka fahimci cewa iyawar da muke bukata,
ko don tunani, magana, ji, ko aiki, duk sun fito ne
daga Allah, kuma hakan**

**Yana tare da mu koyaushe, yana karfafa mu da
kuma shirya da mu, kuma muna samun 'yanci nan
take daga damuwa ta tunani**

**Da wannan fahimta, farin ciki yana zuwa, kuma
wani lokacin wani haske mai zurfi, wanda ke wargaza
mutum nan take**

Tunanin tsoro

**Ikon Allah kamar teku ne, yana hawowa da kuma
girgiza, yana ratsa zuciya a cikin tsari na tsarkakewa,
yana kawar da duk wani cikas na yaudara**

Cikin shakku, tsoro, da tsoro

**Mutum yana tunanin shi jiki ne kawai na zahiri ba
wani abu ba, amma wannan ruƙani ne da mutum zai
iya shawo kansa ta hanyar taƙa ainihin kansa**

**Ruhaniya ta hanyar tunani Sannan za ku fahimci
cewa jiki ba komai bane illa kumfa na ayyuka da ke
iyo a saman teku**

Duniyar sararin samaniya

**** ***

**Ba tare da teku da rakuman ruwa ke fitowa daga
gare shi ba, da rakuman ruwa ba za su wanzu ba**

**Saboda haka, dole ne mu gane kuma mu taƙa
teku mai tsarki wanda ke tallafawa rakuman
rayuwarmu da ke fitowa daga gare ta.**

**** ***

**Tunani karfi ne kamar wutar lantarki, kuma
yanayin tunanin mutum yana da alaƙa da tunani da
kuma hanyar tunani**

**Wutar lantarki tana da amfani kuma tana da illa
Duk wanda ya san yadda ake amfani da ita yadda ya**

kamata ya yi amfani da ita ga aikinsa, in ba haka ba zai iya kashe su da wutar lantarki

Haka nan, idan tunanin mutum ya kasance a kan hanyoyin da suka dace, yana kawo farin ciki ga mai shi; in ba haka ba, yana kawo masa illa.

Matsala

Tunani kamar doki ne na daji, amma kuma kame shi ba abu ne mai yiwuwa ba, kuma tunani mai kyau hanya ce ta sarrafa shi.

Ta hanyar tunani

Tunani mai kyau aboki ne na kud da kud, kuma tunani mara kyau abokin gaba ne na dindindin

Tunani mai kyau yana jawo zaman lafiya da tsaro, yayin da tunani mara kyau ke fitar da kibiyoyi masu kisa waɗanda ke sake afkawa mai shi sau biyu

Ana cewa lada ta yi daidai da aikin da aka yi.

Muddin mutum ya aika da kyawawan niyya, tunaninsa zai rikide zuwa tocila waɗanda ke haskaka ɗakunan rai kuma suna kawar da duhu.

Sai ya ji wani irin sauƙi

Idanunsa sun yi haske da murmushin gamsuwa!

**** ***

Ka albarkace mu, Ya Ubangiji

Domin mu buɗe zukanmu ga junanmu

Bari mu fayyace manufofinmu

Watakila mun cancanci kariyarka da kulawarka Bayyana kanka, a ciki da waje Bari mu rera waƙar sunanka mai albarka Ka wargaza duhun jahilci da haskenka mai tsarki Ka wargaza duhun daga zukanmu

Tare da hasken da ke haskakawa da faɗaɗa na kasancewarka

Da zukata masu gaskiya da aka haɗa

Da kuma sha'awar rayukanmu masu jituwa

**Muna yin sujada a gabanka, muna neman
taimakonka da shirya da kai**

**Kuma sanin kasancewarka a cikin rayukanmu a
koyaushe, muna miƙa maka dukkan kaunarmu,
girmamawarmu, da sha'awarmu**

**Domin kai ne masoyinmu kuma duk abin da muke
da shi a cikin wannan duniyar**

**Allah ya ba mu dokoki na ruhaniya da ake kira
"umurni" Amma waɗannan dokoki ana keta su kuma
ana karya su kowace rana kuma a kowace rana
wuri**

**Sai dai idan mutane sun fahimci ma'anarsa ta
ruhaniya, za su yi korafi a kai a kai kuma su kauce
daga gare ta.**

**Waɗannan dokoki ka'idodi ne na ɗabi'a marasa
iyaka waɗanda dukkan addinan Ibrahim suka amince
da su. Duk da haka, sau da yawa ba a fassara ayoyin
ba.**

**Bangaren tunani na waɗannan umarni da
fa'idodin da ke tattare da aiwatar da su**

**Mutane suna karɓar sa a wuraren ibada amma ba
sa yin hakan a wajen waɗannan wurare, suna
tabbatar da hakan ta hanyar cewa waɗanda**

**Hukunce-hukuncen ba su da amfani, ba su da
ma'ana, kuma ba su dace da ruhin zamanin ba.**

**Duk da haka, keta waɗannan dokoki shine babban
dalilin dukkan wahala a duniya**

**Bai kamata mutum ya keta haƙƙin wasu ba, ko
kuma ya kwace musu kasarsu, zaman lafiya, kauna,
ko mutuncinsu.**

**Ko kuma duk wani abu da suke da shi na zahiri da
kuma wanda ba za a iya gani ba**

**Idan ba ka jin sha'awar ɗaukar abin da ba naka
ba, to abin da kake buƙata ko sha'awar zai zo maka.**

**Sata tana farawa ne da farko a cikin zuciya
lokacin da mutum ya fara hassada ga wasu**

**Dole ne a cire tsaban mugayen sha'awa daga
tunani**

**Taimakon ruhaniya shine hanyar da mutum zai
jawo wadata ta atomatik kuma albarka za ta kwarara
zuwa gare shi daga kowane bangare**

Ya sani kuma bai sani ba

**Dokar Allah ce wadda ba ta da ma'ana. Amma
barayi da mutane masu son kai suna rayuwa ne suna
neman abin duniya, idanunsu koyaushe suna kan abin
da ke faruwa a kansu.**

**Abin da wasu ke da shi, koda kuwa asusunsu ya
cika da zinariya**

**Sai dai idan an yi watsi da son kai na duniya,
duniya ba za ta iya sanin farin ciki ba**

**Idan kai mai kaunar Allah ne kuma kana sha'awar
ganin kasancewarsa, dole ne ka nutsar da hankalinka
da jikinka cikin salamarsa, kuma zai yi maka
murmushi**

**Rayuwa tana inganta a gare ku ta hanyoyi da
yawa**

**Mutum mai natsuwa ba kasafai yake yin kuskure
ba, kuma yana cin nasara inda dubban wasu suka
gaza**

**Wadanda ba sa tunanin Allah ko kuma ba sa kula
da Shi suna shiga cikin bakin ciki da bakin ciki; suna
zama masu fushi kuma suna rikidewa zuwa wani abu
kamar injuna**

An raina

**Rana ta hikima da zaman lafiya za ta fito a sararin
natsuwa kuma za ta wanke rayuwarka cikin haskenta
mai warkarwa matukar ka yi kokari**

A ruhaniya, kuma ka ba Allah matsayi na farko a zuciyarka

**** ***

Bai kamata mutum ya keta hakkin wasu ba, ko kuma ya kwace musu kasarsu, zaman lafiya, kauna, ko mutuncinsu.

Ko kuma duk wani abu da suke da shi na zahiri da kuma wanda ba za a iya gani ba

Idan ba ka jin sha'awar daukar abin da ba naka ba, to abin da kake bukata ko sha'awar zai zo maka.

Sata tana farawa ne da farko a cikin zuciya lokacin da mutum ya fara hassada ga wasu

Dole ne a cire tsaban mugayen sha'awa daga tunani

Taimakon ruhaniya shine hanyar da mutum zai jawo wadata ta atomatik kuma albarka za ta kwarara zuwa gare shi daga kowane bangare

Ya sani kuma bai sani ba

Dokar Allah ce wadda ba ta da ma'ana. Amma barayi da mutane masu son kai suna rayuwa ne suna neman abin duniya, idanunsu koyaushe suna kan abin da ke faruwa a kansu.

Abin da wasu ke da shi, koda kuwa asusunsu ya cika da zinariya

Sai dai idan an yi watsi da son kai na duniya, duniya ba za ta iya sanin farin ciki ba

**** ***

Ya Ubangiji,

**Da hasken siraran kyandir din kaunataccena
Karanta littafin zinarenka**

Mai tsaro a cikin taska ta raina

A tsawon shekaru da kuma shekaru

Kaunarka mai tsarki ta kasance, Ya Allah, kuma za ta kasance har abada

Kyandir din zaman lafiya da ba a gani

**Wanda ke kore duhuna
Kuma ka nuna min sirrin layukan
An rubuta a shafukan zuciyata**

**** ***

**Cika kwalta ta hankalina da hikimarka ta
allahntaka**

**Cika kwalbar motsin raina da rahamarka
Cika kwandon raina da 'ya'yan iliminka mai
albarka**

**Yi amfani da jirgin rayuwata don cika ta da
kaunarka**

**Kuma ku zuba shi a cikin rayukan wasu. Bari
sanina ya gudana ko'ina**

**Don narkewa cikin mafi girman wanzuwarka
Ga hasken alfijir na kaunata
Sha'awarka ta samo asali ne daga fashewar
zuciyata da ta karye**

**Domin haɗuwa da rana ta kaunarka tana
haskakawa kan rayuwa**

**Kuma godiya ga kaunarka mai haske
Duhuna ya rikide zuwa haske da natsuwa**

**** ***

Tauraro mai walkiya

Kuma mai ra'ayin jituwa

Kuma mai kauna ya fito ne daga zuciya mai kirki

Ba na rokon komai sai kaunarka

**Domin hakki na ne kuma wajibi na ne in kaunace
ka**

**Kai ne babban abin da zan fi mayar da hankali a
kai a rayuwata**

**Kuma sha'awa ta farko a cikin zuciyata ita ce a
gare ku**

Na sami farin cikina ta hanyarka

**Kuma faranta maka rai shine babban nasarar
rayuwata**

Daga wakar kaunar Allah

**** ***

Idan mutum ya gyara na'urarsa ta wayar salula, to zai iya aika sakonnin tunani da kuma karɓar su.

Rikici na hankali, motsin rai mai tsanani, da kuma mika wuya ga ikon ji da bukatunsu, duk waɗannan abubuwa suna da illa.

Yana wargaza hankali ba tare da waya ba, yayin da nutsuwa mai zurfi, shiru, mayar da hankali kan tunani, da motsa jiki sune muhimman abubuwa don cimma cikakkiyar jituwa

Kamar yadda muryoyi ke ratsa sararin samaniya, haka nan tunaninmu ke ratsa sararin samaniyar da ke kewaye da mu da duk abin da ke cikinta.

Rayuwa Da farko dai, dole ne mutum ya kasance cikin jituwa da Allah, kuma sakon farko da za a isar dole ne ya kasance:

"Ina son ka, ya Ubangijina, da soyayya wadda ba ta da kamarta"

**** ***

Ya mai ginin tukwane na allahntaka

A kan kafafun rayuwa, an kera biliyoyin jikin ɗan adam na musamman da ba su da kama da juna: gine-ginen zahiri masu rauni

Don ruhin ɗan adam marar mutuwa

Masana'antar kirkirar ku ta boye tana samar da komai: duk kayan daki da kayan daki da 'ya'yanku mutane ke bukata don gidajensu

Ta jiki, ta hankali, da ta ruhaniya

Kai ne mai kirkira, mai samarwa, kuma mai nuna kayayyakin yanayi a lokutansu!

Kai ne Ubangijin Sama wanda ke matukar daraja kofarin da ake yi wajen samun abubuwa masu tamani na ruhaniya

**Kuma yana da mahimmanci ga rayuwa mai kyau
Tsarin haɗin gwiwarku ya nuna cewa dole ne
mutum ya yi aiki don ya cancanci kuma ya ji daɗin
albarkar ku; dole ne ya bayar**

**Kudi ko aiki a cikin kasa don samun abinci mai
gina jiki da kuma kula da taka tsantsan da daidaito
don kiyaye lafiya**

**Kamar yadda dole ne ya biya kuɗi don karatu da
kuma horar da kansa don samun isasshen haske da
karfi ga gidansa**

Ta'aziyya ta ruhaniya

**Dole ne kuma ya zurfafa cikin zuciyarsa da himma
don nemo mabubɓugan kaunar Allah waɗanda ke
kashe kishirwarsa da kuma tsarkake shi daga**

Kura da kazanta na duniya

**Ana iya siyan kayan duniya da sayar da su, amma
albarkar ku ba ta da tamka, kuma tana da matuƙar
muhimmanci.**

Ba na sayarwa ko siyayya ba ne!

**Kowannenmu zai dawo cikin hankalinsa wata rana
ya koma ga kansa na allahntaka, ya fahimci wurinsa
mai tsarki inda zai lullube shi cikin ni'imarka.**

Wanda aka ba shi da karimci na har abada!

**Daga "Whispers from Eternity" na mai hikima
Paramhansa Yogananda**

**** ***

**Lokacin da za mu iya shawo kan wasu game da
kaunarmu**

**Kuma idan muka tabbata ta hanyar gwaje-gwaje
lokaci da sauran gwaje-gwaje**

Wani yana kaunarmu da gaske da dukan zuciyarsa

Kuma muna jin haka game da wannan mutumin

**Ba don amfanin kashin kai ba, sai dai kawai don
jin bugun abota**

**Muna ganin kamannin Allah kuma muna jin
kasancewar Allah**

**Kuma muna jin muryar Allah a cikin wannan abota
mai albarka**

**** ***

**Wani lokaci komai yana tafiya cikin sauki, don
haka muna tunanin cewa duniya tana lafiya kuma
al'amuranmu suna cikin tsari**

**Duk da haka, akwai lokacin da muke jin cewa
komai yana gaba da mu, kuma wannan darasi ne don
karfafa kudurinmu da kuma sakin karfinmu na barci**

Daga wuraren boyewarsa

**Amma maimakon haka, muna jin haushi saboda
wani abu ya kawo cikas ga sha'awarmu. Muna jin
takaici saboda ba mu cimma su ba.**

**Sha'awarmu tana sa mu fadawa tarkon fushi,
kuma zukatanmu su rufe. Muna mantawa da
matsayinmu kuma mu rasa fahimtarmu, kuma idan
muka yi aiki**

**Ba tare da nuna bambanci ba, sakamakon shine
kurakurai da bakin ciki**

**Idan ba mu fadawa cikin fushi ba saboda koma-
baya a rayuwa ko waɗanda ke haifar da su, za mu iya
ganin abubuwa a sarari kuma mu magance su yadda
ya kamata.**

Mafi kyau

**** ***

**Allah, cikin rahamarsa mara iyaka, ya bamu farin
ciki da wahayinsa**

Kuma yana bamu rayuwa ta gaske

Hikima ta gaskiya

Farin ciki na gaske

Fahimtar gaskiya

Amma daukakar Allah tana bayyana ne kawai a cikin natsuwar ruhaniya da rai ke ji da kuma kokarin da hankali ke yi na daidaita shi da Shi.

A nan muke tsaye fuska da fuska da gaskiya a waje, rudu sun yi karfi sosai, kuma kadan ne kawai ke iya shiga cikinsu.

Kawar da tasirin muhallin waje

Duniya ta ci gaba da rikitarwa marasa iyaka da kuma abubuwan da ba a iya kirgawa ba

Muryar Allah tana bayan bayyanar rayuwa, koyausha tana kiranmu kuma tana yi mana magana daga furanni da littattafai masu tsarki da kuma daga

Lamirinmu, da kuma duk kyawawan abubuwan da ke sa rayuwa ta zama mai daraja

**** ***

Ka tsarkake karfenmu, ya masanin ilmin sunadarai na sama! Ka canza rauninmu zuwa karfi

Kuma mu canza ra'ayoyinmu na kuskure zuwa ainihin fahimtar gaskiya. Mu canza aljanu masu ban tsoro na burinmu na son kai.

Zuwa ga manyan buri masu fuka-fuki da jahilcinmu mai radadi, zuwa ga hikima mai tsarki da kuma tushen kayan aikin rashin himmarmu

Zuwa zinariya tsantsa daga manyan nasarorin ruhaniya

Daga nan zuwa can

Wakar Mai Cike Da Farin Ciki

Kamar yadda malamin Paramhansa Yogananda ya ruwaito

A zamanin da, akwai wani bawan Allah a kofar Allah. Bai yi wa'azi ko shiryar da kowa ba, kuma bai yi magana game da komai ba sai kaunar Allah, wadda ita ce kadai sha'awarsa.

Duk inda ya je, yana shelar cewa kaunar Allah tana ci gaba da karfi a cikinsa. Yana magana ne kawai lokacin da ya cancanta, kuma kalmominsa ba sa wuce biyu ko uku, duk da haka dubbai suna bin sa don jin yana waka da sha'awa, suna sha'awar karin abubuwa.

Ya Ubangijina, Kai ne burina, kuma kaunar da nake yi maka ita ce tutara

Raina da zuciyata suna sha'awarka Ya babban farin cikina

A wani lokaci, yayin da yake yawo a cikin kauyuka yana rera wakarsa mai sauƙi, maza da mata suka bar aikinsu suka bi shi, amma ɗaya bayan ɗaya suka faɗi a baya har sai da ya daina ganinsu

Sai ya isa wani fili inda ya ga wani mutum yana girbin hatsi, sai ya gaishe shi, yana cewa, "Ya mai girbi, ya mai girbi." Mai girbi ya amsa, "Ka bar ni, mutum, kada ka yi mini magana, domin ina aiki kamar yadda kake ganina Ka tafi daga gare ni, mahaukaci."

Amma ya ce masa: "Ba ina roƙonka ka yi magana da ni ba, abin da kawai nake roko shi ne ka faranta mini rai ka kuma haɗu da ni wajen rera waka. Shin za ka faranta mini rai ta hanyar maimaita mini sunan kaunataccena, sannan zan tafi?!"

Mai girbin ya fara waka tare da shi, "Ya Ubangiji, Kai ne burina... kuma kaunar da nake yi maka ita ce tutara..." Ya yi farin ciki, sai lauje ya faɗo daga hannunsa, ya bi bayan mahaukacin, yana waka da farin ciki da sha'awa... har ma tsuntsayen sun ji daɗi suka fara ihu suna rera wakar kauna ga Allah.

Yayin da suka ci gaba da tafiya, matar mai girbi ta zo ta fara zargin mijinta, tana cewa: "Me ke damunka? Me ya

shiga zuciyarka da kake bin wannan mahaukacin?" Amma ya amsa: "Ka fadi duk abin da kake so game da ni, amma ka yi waka tare da ni, ko da sau daya ne kawai" Sai ta fara waka, su ukun suka rera tare da sha'awa da farin ciki.

Yayin da suke waka, wasu kauye sun wuce suna yi wa abin dariya, suna cewa, "Akwai mahaukata da yawa a kwanakin nan!" Mai sihirin ya ce musu, "Ku yi hakuri, mutane, ku yi mana hukunci har sai kun dandani abin da muke ji ina rokonku, ku haɗu da mu wajen waka, sannan ku yanke hukunci."

Wadannan mutane sun haɗu da su wajen rera waka, kuma sun kamu da kaunar Allah, suka fara rera wakar mai albarka daga zurfin zukatansu da kuma matuƙar sha'awar

Labarinsu ya bazu ko'ina a yankin, kuma dari, dari biyu, dari uku, da dari biyar suka biyo su, suna kokarin tsayawa su kore su, amma zukan kowa ya yi ta jiyo da farin ciki mai yawa da kuma karuwar sha'awa:

Ya Ubangijina, Kai ne burina, kuma kaunar da nake yi maka ita ce tutara

Raina da zuciyata suna sha'awarka Ya babban farin cikina

Allah ya albarkace ku ya kuma faranta zukatanku

Salam alaikum barka da warhaka

Jawabin Masana Falsafa Bakwai Kan Mutum

Falsafar farko ta ce:

Mutum shine kololuwar tarihi, babban burin waka, da kuma haɗin kai mai rai, 'yanci wanda ke haɗa yanayi da Allah

Falsafa na biyu ya ce:

Kada mu raina mutum ko mu raina shi, domin duk da cewa ya sauko daga mafi girman fage na fahimta zuwa mafi kaskanci, har yanzu yana ɗauke da alamun wannan ɗaukaka ta farko da kuma mafi girman ɗaukaka a cikin ransa - domin duk da cewa yana kama da ginshikan da suka rushe na tsohon haikali, kyawun haikali yana bayyana ko da a cikin sauran rugujewar sa.

Falsafa na uku ya ce:

Talaka kuma mai arziki!

Abin bakin ciki da kuma ɗaukakarsa!

Yaya yake da rikitarwa sosai, kuma abin mamaki mai sauki!

Falsafa na huɗu ya ce:

Mutane tarin rudani ne, sabani, da kuma karfi masu adawa da juna Duk da cewa su ma'ajiyar gaskiya ne kuma masu kula da hikimar har abada, suna cikin shakku kuma hangen nesansu yana cikin duhu da rudani Bugu da kari, suna cikin fargabar abin da ba a sani ba koyaushe. A lokaci guda kuma suna cikin alfahari da kunyar duniya.

Falsafa na biyar ya ce:

Sha'awar ɗan adam ba ta da iyaka, kuma babu wani adadi na dukiya, ko da kuwa girmanta, da zai iya cika su. Mutum ba zai sami kwanciyar hankali ko kwanciyar hankali ba har sai ya cimma burinsa, wato ya daidaita da Mahaliccinsa kuma ya ji ɗaɗin kusanci da Shi a kowane lokaci na rayuwarsa.

Falsafa na shida ya ce:

Ana ayyana mutum ba ta hanyar son zuciyarsa ba, sai dai ta hanyar himmarsa don cimma mafi kyawunsa. Ba ta hanyar yawan sha'awarsa ba, sai dai ta hanyar bambance nagari daga mummuna da cimma abin da yake nagari da amfani ga kansa da al'ummarsa.

Falsafa na bakwai ya ce:

Mutum kumfa ne da ke shawagi a saman kogin sararin samaniya mai gudana a duniyar Allah. Wasu kumfa sun fi wasu haske, amma duk daga karshe za su fashe su narke cikin kogin da ke tafiya har abada zuwa ga tekun sararin samaniya wanda ba shi da bakin teku.

Salam alaikum barka da warhaka

Kyautata gare ku don Sabuwar Shekara

Shin kana da wani buri a cikinka da kake fatan cimmawa?

Idan aka ba ka damar sake fara rayuwa a yau, me za ka yi?

Rayuwa tana ba ku wannan zaɓi, kuma kullu na yumbu mai laushi yana hannunku don siffantawa yadda kuke so.

Nasarorin da suka yi kama da wahala galibi suna kusa da zama masu ma'ana da kuma masu gaskiya. Abin da ka yi tunanin ba za ka iya yi ba, fara yin sa yanzu! Ka yi watsi da iyakokin halaye da ka dora wa kanka, ka kuma saurari radawar muryarka ta ciki.

Rayuwa tana da abubuwan mamaki masu daɗi ga waɗanda suka zurfafa cikin rijiyar kansu

Babu wani buri da za a iya cimmawa a rana ɗaya. Mabudɗin shine a fara yanzu, ba gobe ba.

Fara da albarkar Allah! Wannan lokacin sihiri shine
mabudfin kogon damammaki cike da taskoki

Bude ma'ajiyar kirkirarka, wadda tushenta marasa iyaka
ne ke ciyar da ita koyaushe kuma har abada, wadanda
mabubbugarsu ba ta taɓa bushewa ba, kuma wadatarsu ba
ta taɓa raguwa ba

Iko yana nufin alhaki, kuma baiwar da ba ta da tabbas iri
ce mai albarka wadda rayuwa ta damka a hannunka. Kada
ka bari ta bushe ta mutu a cikin kasa mara amfani ta hanyar
jinkiri.

Rayuwa tana rokonka ka girbe abin da ta shuka a
gonarka da gaskiya. Duk kayan aikin da kake bukata suna
hannunka. Don haka, Allah ya shirya da kai, ka gane
wadannan kayan aikin da ido mai ganewa.

Kada ka yi aiki da wahala mai cike da sha'awar cimma
nasara, a maimakon haka ka yi aiki cikin natsuwa, kwanciyar
hankali, da kuma farin ciki.

Ba ka son burin fiye da yadda kake son yin aiki don
cimma shi ba

Da tunani mai himma da hannuwa da kauna ta motsa, a
saka tsarin nasara da zaren zinare na yanzu

Amma idan ka gaza a kokarinka, kada ka ji takaici kuma
kada ka bari takaici ya mamaye ka

Amma da zuciya mai cike da fahimta

Kuma mai saukin amfani da hannu tare da sassauci

Kuma ido mai haske mai gani mai haske

Fara kuma ka yi imani

Furen yana tsakiyar iri, amma shin iri ya san farkonsa ko karshensa?

Amma yayin da yake tara dumi da danshi gwargwadon iyawarsa

Zuciyarta ta fadafa don bayyana fure mai haske

Yi murmushi ga rana ka gaishe ta da farin cikin rayuwa da kuma farin cikin nasara

Kuma ga rayuwa tana kiranka ka yi abota da kai tana karfafa ka ka yi aiki

Za ka saurari kiranta ka kuma amsa karfafawarta?

Kuma yanzu ka juya fuskarka zuwa ga haske

Allah Ya haskaka fuskarka da haskensa

Ka sa burinka ya cika a sabuwar shekara

Barka da sabon shekara!

Mujallar Gabas-Yamma

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

Wa ya fadi haka?

Sha'awa ta motsa a cikin zuciyata, amma ina boye ta

Kuma idan ina nesa, ina magana da ita ta hanyar tunawa

Zuciya tana bugawa, kuma sha'awa tana rinjayar sa

Na sami wadannan ayoyin a cikin daya daga cikin littattafan rubutu na

Ban tuna wanda ya fadi ba na bincika a intanet don gano ko waye

Ina so in danganta shi da shi, amma ban ma same shi a intanet ba

Ya ja hankalina saboda soyayyar da take ciki ta gaske

Kuma wani sha'awa da kuma aminci bayyananne

Dole ne wani babban ji ya kunna zuciyar mawaƙinmu

Haskensa ya haskaka zurfin ransa

Ruwansa yana gudana a hankali da kuma girgiza

A cikin hanyoyin da suka fi muhimmanci na ruhinsa

Ya girgiza ta, ya faranta mata rai, kuma ya bata mata rai

Sai ya kara ƙarfin kansa ya kuma zuba wani tsantsar motsin rai mai tsabta, bayyananne.

Kuma ya rikide zuwa kalmomi masu laushi kamar iska mai ciyawa

Kuma wata waƙar da take da daɗi, mai ban sha'awa wadda ke motsa zurfin ji

A nan mun ga launuka masu ban sha'awa na tunani mai zurfi

Kuma muna hango fitilu masu haske a cikin farin ciki da sha'awarsa

Kuma bai kamata mu kasa dandana baƙin ciki mai daci tare da shi ba

Duk da haka, yana jin daɗin wannan baƙin cikin

Wanda ya yi bikin kuma ya ƙirƙira shi daga ainihin yadda yake ji

Kuma a nan muna magana ne game da abin da ya faru da mawaƙinmu da ba a san shi ba

Ayoyinsa sun jawo hankalinmu domin ya sanya su a cikinsu

Daga zuciyarsa, ainihin

Kuma ya bar wata alama a cikin kalamanta

Bari zukata su cika da ƙauna koyaushe kuma su yi sheƙi da aminci

Salam alaikum barka da warhaka

Tattaunawa tsakanin ɗa da mahaifinsa

Dan ya tambayi mahaifinsa: "Ina ganin murmushi a idanunka, Baba menene sirrin hakan?"

Ya amsa: Domin ina jin daɗi sosai

Ya ce: Yi magana! Me ke faruwa?

Ya amsa: Jin kwanciyar hankali yana shiga zuciyata, kuma murmushi yana bayyana a idanuna kafin ya bayyana a fuskata

Ya ce: Shin haka ne kawai?

Ya amsa: Tunani ya farka

Ya tambaya: Wadanne irin abubuwan tunawa ne waɗannan?

Ya amsa: Yana da daɗi kuma yana motsa kwayoyin halitta

Ya ce: Ta yaya hakan ke faruwa?

Ya amsa: Tunani, ɗana, karfi ne kamar wutar lantarki, kuma yanayin tunanin mutum yana faruwa ne saboda tunani da kuma hanyar tunani

Ya ce: Me kake nufi da faɗin "iko kamar wutar lantarki"?

Ya amsa: Wutar lantarki tana da amfani kuma tana da illa Duk wanda ya yi amfani da ita yadda ya kamata zai same ta da amfani, in ba haka ba tana iya kashe shi da wutar lantarki.

Ya ce: Menene tushen kwatantawa?

Ya amsa: Tunani ma, idan ka shiryyar da shi ta hanyoyin da suka dace, zai faranta maka rai, in ba haka ba zai kawo maka wahala.

Ya ce: Ta yaya zan iya shiryyar da shi alhali yana kama da doki na daji?

Ya amsa: Wannan ba zai yiwu ba, domin idan ka sami gogewa da yanayin dawaki, to za ka inganta yadda suke gudanar da su ko da kuwa suna da ban tsoro kuma marasa tsari.

Ya ce: Suna cewa aboki yana ɗaya daga cikin mutanen da suka fi kusanci da mutum, shin hakan gaskiya ne?

Ya amsa: Hakika

Ya ce: Don haka tunani aboki ne domin yana da kusanci sosai da mutum

Ya amsa: Eh kuma a'a

Ya ce: Yaya hakan yake?

Ya amsa: Tunani mai kyau aboki ne na kud da kud, kuma tunani mara kyau makiyi ne na dindindin

Ya ce: Yaya hakan yake?

Ya amsa: Tunani mai kyau yana jawo zaman lafiya da aminci, yayin da tunani mara kyau ke harba kibiyoyi masu kisa waɗanda ke sake dawowa kan mai su sau biyu - Allah Ya ninka ayyukanka na alheri - kuma shi ya sa ake cewa lada iri ɗaya ce da aikin.

Ya ce: Kuma ta yaya za a iya kauce wa hakan?

Ya amsa: Muddin kana yi wa wasu fatan alheri kuma kana neman taimako da shiriya daga Allah a gare su, tunaninka zai koma fitilun da ke haskaka ɗakunan rai kuma su kore tarin duhu.

Ya ce: Kuma me zai faru to?

Ya amsa: To za ka ji daɗi sosai kuma idanunka za su yi murmushi!

Allah ya sa murmushin da ke cikin idanunku da kuma fuskokinku ya dawwama har abada, abokaina

Salam alaikum barka da warhaka

Barka da zuwa bako

Wannan bako mai kyau

Ido ba zai iya ganinsa ba, amma zuciya tana jinsa

Kamar farin ciki ko sauƙi wanda ke kawar da rudani

Kuma yana ta'azantar da zukatan da suka karye

Yana ba da fahimtar yadda za a magance matsaloli masu mahimmanci daidai

Jin wannan bakon yana da alaƙa da buɗe masa kofa da kuma gayyatarsa ya shiga

Dole ne gayyatar ta kasance da gaske kuma ta samo asali ne daga sha'awar gaske ta karɓa

Yana ɗauke da sha'awa wadda ta dace da sha'awa mai karfi

Wanda "Qassad" ko mawaƙin dutse ya ji lokacin da ya furta shi da himma:

(Ya girmama ni da ziyara kuma ya karya al'ada zuciyata ta buɗe maka kofarta daga ciki)

Farin ciki na gaskiya ba samfurin tunani ko tunani bane
Abu ne mai haske, mai ban mamaki wanda ke da tushe
Wannan tushen sabunta kansa ba ya fuskantar raguwa
Babu wanda bai taɓa ɗanɗana aƙalla karamin adadinsa
ba

Matsayin da ake ji ya dogara ne akan karfin yarda da kuma ikon fahimta

Teku ne wanda ba dukkan halittu ne za su iya cinye shi
ba

Domin tushensa ba ya karƙashin iyaka amma yana da alaƙa da cikakkiya da rashin iyaka

Sun kwatanta karimci da mutane masu karimci da shi

Wannan ya tunatar da ni labarin wannan talakan da ya bi wasu mawaka

Suna kan hanyarsu ta zuwa wurin Khalifa a Masar,
wanda ya kira su don su ba su kyaututtuka. Talaka yana da tulu a hannunsa. Da zarar sun shiga fadar Khalifa suka tsaya

a gabansa, sai ya fara raba musu kyaututtuka masu yawa.
Sai ya kalli talakan da ke sanye da tufafinsa da suka yage ya
tambaye shi:

Kuma me ya kawo ku gare mu, kuma me kuke da
bukata daga gare mu?

Ya amsa:

Lokacin da na ga mutanen suna tattara kayansu

Na zo bakin teku mai cike da ruwa da tuluna

Halifa ya ce: Cika kwalbar da zinare da azurfa

Wannan halifa ba teku ba ne idan aka kwatanta shi da
tekun karimci na duniya baki ɗaya, a'a digo ne daga ciki.

Idan baiti ɗaya na waka ya sa shi karimci kuma ya
motsa shi zuwa wani mataki, kuma shi ɗan adam ne kawai,
to tabbas duk wani kira na gaskiya ga tushen karimci da
kuma teku na ni'imar Allah za a karɓa kuma a cika shi, kuma
za a maimaita bayarwa har sai an sami gamsuwa.

{Kuma Ubangijinka zai ba ka kyauta, kuma za ka
gamsu}

{Kuma idan kun ƙididdige ni'imomin Allah, ba za ku iya
ƙididdige su ba}

Allah Ya faranta zukatanku

Salam alaikum barka da warhaka

Gizo-gizo mai shiru da hakuri

Abokina kaunatacce, kwararren Farfesa Fahmi Al-
Mashaykhi, mai gabatar da shirin "Shugabancin Kai," ya
nemi in fassara wasu wakokin babban mawaƙin Amurka Walt

Whitman. Godiya ga rokonsa na alheri, na zaɓi wannan waƙar kuma ina so in sadaukar da wannan fassarar ga shi da duk masoyan adabi masu inganci da wahayi mai girma.

A kan dutsen bakin teku tare da ƙaramin kumburin da ke fitowa

Inda gizo-gizo ya tsaya shi kaɗai shi kaɗai

Na sanya alama don nuna wurin da take

Manufar wannan alamar

Sanin hanyar da za a gano shi

Faɗaɗɗen muhallinsa a tsakiyar sararin samaniya mai faɗi

Sai ya saki siririyar waya daga kansa, sannan ya sake wata waya, sannan ya sake wata waya, sannan ya sake wata waya,

Ya ci gaba da sassauta zarensa da sauri mai ban mamaki

Ba tare da fuskantar gajiya ba

Kuma ke, raina, ke wadda ke tsaye kewaye da ramin da ba shi da iyaka

Daga sararin samaniya mai faɗi, mara iyaka, kuma mara iyaka

Kuma kuna nutsewa ba tare da katsewa cikin tunani da fahimta ba

Ina ganin kana fara abubuwan ban mamaki

Kuna fitar da ra'ayoyi da kuzari

Kana neman duniyoyi da halittun sama

Allah ya sa ka daure da ita da wata irin dangantaka mai
karfi

Domin ku iya gina gadar da kuke bukata

An tsare jirgin ruwanka da makallin jirgin

Har sai siririn zarenka da ka saki ya rabu da kai

Daga rike wani abu

wani wuri

Kai raina!

Walt Whitman

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

taurarin taurari

Taurari ne masu kyawawan siffofi

An san shi ta hanyar ilmin taurari da sunaye daban-
daban kamar Ghoul's Head

Gaggafa Mai Tashi, Gaggafa Mai Faduwa, da Betelgeuse

Tafin dabino da aka rina da henna da kuma tauraron
Yemen

Bakin kifin da jarumin mutumin da sauransu

Tauraron taurari yana jan hankali

Watakila saboda nisanta daga Duniya

Watakila saboda sirrika da sirrikan da ke kewaye da shi

Watakila saboda shirunta na har abada

Haskensa mai ban mamaki

Kuma watakila

Domin yana sa mutum ya daga kallonsa daga kasa

Bari ya yi burin abin da ya fi kyau da dadi!

Kalmar "tauraro" kalma ce mai kyau wacce ke nuna zakinta

Daga wannan abin mamaki na ilmin taurari

Tare da kasancewa mai haske da kuma kyawun sheki

Kuma haka kuke, abokaina

Taurarin taurari masu haske

A sararin samaniyar rayuwata

Barka da zuwa duk inda kake

Da kuma soyayya daga zurfafa zuwa sararin sama

Motsi na iya zama albarka ko bala'i

Na kara kalmar "halaka" a cikin sanannen karin maganar, kamar yadda ya bayyana a gare ni cewa ba dukkan ayyuka ne ake albarkata ba, kuma wasu daga cikinsu suna haifar da sakamako wadanda ba wai kawai ba su da albarka ba amma kuma suna da tasirin barna a kan fiye da mataki daya.

Motsin dan adam ba ya tasowa kwatsam, sai dai wasu motsi da ka iya faruwa yayin barci ko tafiya a barci, wadanda ba su san komai ba, In ba haka ba, ana motsa shi ne ta hanyar niyya da nufin cimma wani takamaiman manufa.

Wannan motsi ba shi da wani tasiri a kansa domin kawai kayan aiki ne da ba a sani ba wanda ke aiki don amsa umarnin tsarin motar dan adam, wanda hakan ke karɓar umarni daga tunani kuma yana aiwatar da su.

Lokacin da ake amfani da motsi don taimaka wa wasu

Kuma ya rage musu nauyin da ke kansu

Amfani da kayan aikin ji don inganta yanayi

A kan matakan abu da kuma na dabi'a

Kuma kawo duk abin da zai kawo kwanciyar hankali ga ruhohi

Kuma zaman lafiya a cikin zukata

Yana samar da abubuwan da ake bukata na rayuwa, ba lallai bane jin dadi

Ni'ima ce daga Allah, mala'iku, da annabawa

Amma idan ana amfani da motsi don haifar da ciwo

Kuma ciwon zuciya da kuma ciwon zuciya

Amfani da ikon tunani ko kayan wasu

Ba tare da izininsa ko amincewarsa ba

Sakamakon ba zai zama albarka ba

Sannan za mu iya cewa

"Motsi yana kaiwa ga halaka"

Albarka ta tabbata ga wanda ya yi amfani da ayyukansa don alheri da yardar Mahaliccinsa:

Sai Ubangijinsu ya amsa musu, "Ba zan taɓa barin aikin wani ma'aikaci ya bace daga gare ku ba, namiji ne ko mace" (Al Imran).

Kuma a cikin hadisi mai girma:

"Abubuwa uku suna bin mamacin; biyu suna dawowa, ɗaya kuma yana tare da shi, iyalinsa, dukiarsa, da

ayyukansa suna binsa; iyalinsa da dukiarsa suna dawowa, ayyukansu kuma suna nan."

Imam Ali, Allah ya girmama fuskarsa, ya raba mana hikima daga cikin tarin iliminsa, yana cewa:

(*Akwai babban bambanci tsakanin nau'ikan aiki guda biyu* : aikin da jin dadinsa yake raguwa amma sakamakonsa ya rage, da kuma aikin da kudinsa ya kare amma sakamakonsa ya rage)

Allah Ya karbi ayyukanmu na alheri, abokaina

Aminci, rahama da albarkar Allah su tabbata a gare ku

Mashaya da gidan halaka

Yace: Akwai wani abu da ke damuna kuma ina son a yi min bayani a kai

Ya amsa: Menene?

Ya ce: Ina ganin mutane suna tafiya a kan hanyoyin da ba daidai ba wadanda suke "sha'awa" kuma suna jin dadi, da kuma mutanen kirki wadanda ba sa samun wani rabo na nasara.

Ya amsa: Mutane sau da yawa suna kuskure wajen hukunta masu adalci da marasa adalci, domin suna yin hukunci da bayyanarsu, ba sa iya gani cikin zukatan wasu don sanin ainihin yanayin kowane mutum da kuma sanin boyayyun manufofinsu da ayyukansu. Amma Allah ne mai bincika niyya kuma mai bayyana asirai; Shi kadai ne ke yin hukunci da rarrabe nagarta da mugunta. Saboda haka, ba abu ne mai yiwuwa ba cewa wanda mutane suka dauka mugu ya zama mai adalci, kuma wanda suka dauka mugu yana iya zama mugu.

Ya ce: Akwai wata hanya ta bambanta daidai a cikin wadannan al'amura?

Ya amsa: Wajen yin hukunci kan farin ciki da wahala, idan ba mu yi aiki daidai ba, muna dauka cewa mutum mai farin ciki shine wanda ke jin dadin arziki da wadata, ya sami daraja, ya sami girmamawa daga mutane, kuma ya shagaltu da jin dadin rayuwa. Ba mu yi la'akari da damuwar da ke cikin zuciyar da suke fuskanta ba saboda zunubansu, laifukansu, da rashin adalci ga wasu. Wannan rashin jin dadi na ciki da rashin lafiya marasa magani na iya sa rayuwarsu ta yi daci kuma idanunsu ba su da natsuwa sakamakon sha'awarsu ta lalata da kuma son kai. Haka kuma, bala'o'i masu tsanani da bala'o'i masu ban tsoro wadanda ba za a iya jin dadinsu ba.

Ya ce: Kuma ina farin cikin masu adalci yake?

Ya amsa: Da farko, mutumin kirki ba ya gaggawar neman kayan duniya. Yana gamsuwa da jin dadinsa, kyautatawa da yake yi wa mutane, kwanciyar hankali na lamirinsa, da kuma farin cikinsa na ruhaniya wanda ke fitowa daga ciki kuma koyaushe yana sabuntawa, musamman lokacin da yake tunanin cewa Allah zai ba shi lada a lahira kuma ya ba shi haske madawwami maimakon abin da ya rasa a gidan halaka.

Ya ce: Me yasa masu adalci, ko wasu daga cikinsu, suke shan wahala kuma suke fuskantar wahala a wannan duniyar?

Ya amsa: Allah wani lokacin yana gwada kaunatatunsa da nau'ikan azaba da wahala iri-iri, ba a matsayin hukunci ba, amma don ya tsarkake su a cikin wutar gwaji kamar zinariya. Wahalolin da ke same su yana karfafa su, yana bayyana cancantarsu ta dabi'a, kuma yana sanya kaunarsu

ga Ubangijinsu da kuma ga mutane tsarkakakku,
bayyanannu, da kuma tsayayye.

Allah Ya kara yawan mutanen kirki da nagargaru a
wannan duniyar

Assalamu alaikum abokaina

Lu'u-lu'u Mai Tsari

Ba sa sadaukar da ka'idodi don faranta wa wasu rai ba

Ya ce: Na ji cewa yin mu'amala da wasu abu ne da ake
so, shin akwai wasu kebancewa?

Ya amsa: Yarda da wasu ba yana nufin yarda da su akan
komai ba, ko kuma sadaukar da ka'idodinka a gare su,
domin wannan salon yarjejeniya ba shi da kyau kuma ba ya
dace da abin da ya dace ba.

Ya ce: Shin kana fifita jayayya fiye da yarjejeniya?

Ya amsa: Babu buƙatar hakan. Za ku iya yin mu'amala
da su ba tare da haifar da matsala ko rikici ba. Masu gyara
kuma manyan mutane ba su yi mu'amala da mutane da
yawa da ke kewaye da su ba, duk da haka sun ci gaba da bin
manufofinsu domin sun san cewa abin da suke yi daidai ne.

Ya ce: Me kake tunani game da karkatar da manufofi
don dacewa da yanayin?

Ya amsa: Bai kamata mutum ya yi sulhu bisa ka'ida ba,
ko kuma ya yi amfani da wasu dalilai na boye don cimma
wata manufa, domin irin wannan dabi'a ba ta dace da
wadanda ke bin ka'idodi ba. Idan za ka iya rayuwa ta hanyar
da za ta faranta wa Allah rai kuma ba ta cutar da wasu ba, to
babu abin da za ka ji tsoro.

Ya ce: Me ake nufi da yin mu'amala da wasu ko ta yaya?

Ya amsa: Da farko dai ya zama cikin jituwa da Allah, sannan da lamirinka, sannan kuma da mutane

Ya ce: Idan hanyar da na bi ba ta gamsar da wasu ba fa?

Ya amsa: Ya isa ka kasance cikin kwanciyar hankali a cikin kanka kuma za ka ji daɗin kwanciyar hankali na ciki wanda ke sa ka zama mai zaman kansa daga amincewar wasu, matuƙar wannan amincewar ba ta yi daidai da abin da ka yi imani da shi a cikin shawarwarinka ba.

Ya ce: Shin kuna ba ni shawara in roki wasu su canza salon rayuwarsu mara kyau?

Ya amsa: Babu buƙatar tilasta wa mutane su karɓi ra'ayinka na gaskiya. Idan ba sa son su rungumi hanyarka, ka bar su su kasance tare da kai ka yi musu fatan alheri. Idan sun dame ka da maganganu masu bata rai da maganganu masu zafi, yana da kyau ka nisanta kanka daga gare su, aƙalla na ɗan lokaci. Amma koyaushe ka kasance a shirye don raba fahimtarka da gogewarka da su. Idan kuma kana da ilimi mai yawa, ka ba wa waɗanda ke jin kishirwa, su sha shi da jin daɗi da gamsuwa, da yardar Allah Maɗaukaki, kuma ladanka yana wurinSa.

Salam alaikum barka da warhaka

Ina ganin kana zargin kwanakin

Kusan zan iya ganinka, abokina

Kana sha'awar wani wuri mai ni'ima wanda zai faranta maka rai

Kuma zuwa wurin hutawa wanda zai ciyar da zuciyarka
da ta gaji a cikin daji

Ina ganinka kana kallon sararin sama mai nisa da shiru

Kofarin tserewa daga zurfin duhu da damuwa

Zuwa sararin samaniya mai haske

Ya fi dacewa da ruhinka mai gaskiya

Kuma ina da ikon daukar sha'awar ranka mai cike da
sha'awa

Kuma ta hanyar tunanin, ina ganin kana zargin
kwanakin

Ta yi tambaya game da duniyar sa'a da aka daɗe ana
jiranta.

Kamar ina jin wani sha'awa yana motsawa cikin
zuciyarka

Ina jin kararrowar kararrowarta ta cikin ruhin rai

Na hango jirgin ruwan sha'awarka a tsaye a bakin teku
mai nisa

Tsuntsayen teku masu cike da abubuwan tunawa suna
yawo a kusa da ita

Kuma duniyoyi suna kallonta da son zumunci

Ina jin sha'awarka, abokina, don hutun da kake sha'awar
yi

Za ku iya huda ta cikin gajimare

Kuma yana shiga duniya mai suna

Yana cike da ma'anoni masu taushi da kuma fatan alheri
masu daɗi

Rayuwa ta cika burinka

Kuma bacin rai na kafaici da aka korar daga zuciyarka
mai laushi

Kuma ta wadatar da ita da mafi kyawun gwaje-gwaje

Kuma mafi kyawun wahayi

Aminci ya tabbata a gare ka, abokina!

Mahmud Abbas Mas'ud

Falsafar siye da labarin dila da hankaka

-

Ya tambaya, yana cewa: Akwai wata falsafar siyayya da
zan iya fuka a rayuwata?

Ya amsa: Wasu mutane suna da sha'awar siyan
abubuwan da ba sa bukata, don haka suna batar da kuɗinsu
akan abubuwan jin daɗi marasa amfani.

Ya ce: Menene shawararka?

Ya amsa: Ka yi taka tsantsan da hikima yayin siyayya
Idan kana da kuɗi, ka adana su ka kuma yi watsi da tallace-
tallacen da ke kofarin jarabtar ka ka sayi abubuwan da ba
ka bukata domin ka bar kuɗin da ka samu da wahala don
sabbin kirkire-kirkire ko saka hannun jari "mai garantin riba"
Duk lokacin da wani ya yi kofarin jawo hankalinka da
maganganu masu daɗi da tayi masu jan hankali, ka tuna da
labarin dila da hankaka.

Ya ce: "Don Allah za ka maimaita min?"

Ya amsa: A wani lokaci, hankaka tana fuka da cuku a
bakinsa sai ga wani ɗan kyanwa ya zuba a kai, sai ya yi
sha'awarsa da kansa. Kasancewarsa kwararren mai wayo da
yaudara, ɗan kyanwa ya ce wa hankaka, "Ina fata za ka rera

mini waka, Mr. Crow, domin na ji cewa muryarka tana da dadɓi kuma an san ta da dadɓinta." Hankaka, wanda ya yaba da yabo, ya buɗe bakinsa don ya rera waka, amma da zarar ya yi, ɗan kyanwa ya zame daga bakinsa ya faɗi kasa. Dila ya ɗauke shi da sauri ya taya kansa murna kan kyautarsa mai sauƙi. Don haka, ku yi hankali da waɗanda ke ƙoƙarin rinjayarku ta hanyar tunani, domin suna son wani abu daga gare ku. Kuma kada ku bari kowa ya yi amfani da ku ta hanyar yin yabo ko yin faɗa a kanku don ya sa ku yi sha'awar wani abu da ba dole ba don nasararku da farin ciki na gaske.

Ya ce: Akwai wata hanya ta dogaro da kai?

Ya amsa: Saukaka rayuwarka don kada ka dogara ga dukiya mai yawa. Ci gaba da sha'awa ta atomatik da kuma ci gaba da korar gamsuwa da haifar da rashin jin dadɓi da wahala. Idan ka rikitar da rayuwarka da abubuwa da yawa, ba za ka iya jin dadɓin ko ɗaya daga cikinsu ba. Amma idan ka bincika rayuwarka sosai, za ka sami hanyoyi da yawa don rage jin dadɓinka ba tare da jin an hana ka ba.

Ya ce: Menene ra'ayinka game da siyan kaya a kashi-kashi?

Ya amsa: Da farko, ku tara abin da kuke buƙata kuma ku sayi abin da kuke buƙata da kuɗi, ba tare da wahalar biyan kuɗi ba, yawan riba, da ciwon kai. Tabbas, akwai fa'ida a cikin mu'amala da waɗanda ke son sayar da kayansu don samun abin rayuwa, amma kada ku bar kanku ku rayu fiye da abin da kuke da shi, domin idan kun yi, za ku rasa komai, Allah ya kiyaye, lokacin da kuka fuskanci babban rikici ko kuma kun fuskanci mummunan juyi a hanya, kuma "jarabar jaraba" za ta kasance tana jira.

Ya tambaya: Menene ma'anar cetonka?

Ya amsa: Ajiye fasaha ce kuma tana buƙatar sadaukarwa. Amma idan ka yi tattalin kuɗi a kan sayayya kuma ka rayu cikin sauƙi, za ka iya adana wasu kuɗaɗen shiga akai-akai, kuma ka tuna da sanannen karin magana, "Digo-digo, rafi zai zama tafki," tare da taimakon Mai Iko Dukka.

Allah Ya wadatar da ku daga falalarSa mai yawa, abokaina

Salam alaikum barka da warhaka

Tunani da nasara

Ya ce: Shin gaskiya ne cewa mutum yana yin tambayoyi wani nau'in nazari ne na kai?

Ya amsa: Haka ne

Ya ce: Idan ina son yin irin wannan nazari na zurfin tunani, me za ka ba ni shawara in tambayi kaina?

Ya amsa: Tambayi kanka game da manufar rayuwarka Kai ne mafi ci gaba a cikin halittu, kuma Allah ya sanya maka rai mai daraja wanda shine ainihinka

Ya ce: Me zai canza idan na fahimci wannan gaskiyar?

Ya amsa: Za ku cimma nasara mara iyaka, za ku dandani farin ciki mai dadi, duk buƙatunku masu daraja za su cika, za ku shawo kan dukkan wahalhalunku, kuma duniya ba za ta iya kama ku da tarkonta ko ta baƙatar da ku da ruɗinta ba.

Yace: Amma rayuwa cike take da matsaloli da kuma abubuwan da suka faru masu zafi

Ya amsa: Eh, rayuwar ɗan adam ta kasance a bayyane kuma a koyaushe tana fuskantar matsaloli, kuma kowa yana da nasa matsalolin. Akwai biliyoyin mutane da biliyoyin matsaloli da dole ne a magance su a kowace rana. Wasu suna fama da matsalolin zuciya, wasu suna korafin mura, wasu suna cike da kuɗi, wasu kuma ba sa damuwa da talauci, wasu kuma ba sa damuwa da tunani don haka ba sa sanin matsaloli, tunda matukar cikinsu ya cika, duniya ta dace da su. Amma su waye mutanen da suka yi farin ciki a rayuwa, kuma su waye suka yi nasara?

Ya ce: Da farko, menene ma'aunin nasara?

Ya amsa: Farin ciki shine ainihin ma'aunin nasara, ba tare da la'akari da matsayin aiki ko matsayin zamantakewa ba. Manufar nasara da ta mamaye ita ce mallakar dukiya, abokai, da kyawawan abubuwa masu tsada—abin da wasu ke kira rayuwa ta jin daɗi. Amma nasarorin duniya ba lallai bane su yi daidai da nasara ta gaske.

Ya tambaya: Menene dalili?

Ya amsa: Domin abubuwa da yanayi suna iya canzawa Yau mutum yana iya samun abubuwa, kuma gobe zai iya bacewa. Saboda haka, kada ku ɗauka cewa zama miloniya yana tabbatar da nasara. Mutum zai iya kokari ya yi aiki tukuru don ya girbe ladan nasara a fagensa, amma yana iya mamakin ganin cewa rayuwarsa ba ta da daidaito kuma ba ta da 'yancin jin daɗin abubuwan da take son yi. Madadin haka, damuwa na iya taruwa, kuma suna iya damuwa da tashin hankali har lafiyarsu ta lalace kuma su faɗa cikin bakin ciki. Don haka, nasarar da ba ta dace ba za ta shuɗe ba, kuma suna jin cewa sun bata rayuwarsu kuma duk burinsu ya bace.

Ya ce: Shin lafiya tana nufin nasara?

Ya amsa: Mutum yana iya mallakar jiki mai karfi (kamar doki) amma ba shi da isasshen arziki da zai iya ciyar da kansa, don haka yana jin haushi da daci saboda rashin samun abubuwan bukata da kayan yau da kullun na rayuwa. Ko kuma yana iya samun lafiya da wadata amma ba shi da gamsuwa. Ciyar da jiki da gamsar da girman kai ba ya faranta wa rai mai tawali'u rai. Kuma yana iya mallakar komai amma yana jin talauci sosai.

Ya ce: Kuma karshen?

Ya amsa: Sai dai idan mutum yana da farin ciki a zuciyarsa, ba za a iya daukarsa a matsayin mai nasara ba

Ya ce: Akwai karin?

Ya amsa: Wannan ya isa ga yau, Allah Ya kara maka ilimi kuma Ya sa ka farin ciki a duniyoyi biyu.

Salam alaikum barka da warhaka

Bakin cikin wasu

Shin ya halatta a gare ni in ga hawayen wasu mutane?

Ba tare da jin baƙin ciki ba kuma?

Kuma zan iya jin baƙin cikin da suke ciki?

Ba tare da ƙoƙarin rage shi ba?

Shin ina da ikon ganin hawaye na faɗowa?

Ba tare da raba jin daɗin da mai shi ba?

Shin uban zai iya jin kukan dānsa?

Ba tare da tausaya masa ba?

Shin uwa za ta iya jin nishin jaririnta?

Kuma jin tsoron da ke damunsa

Ba tare da an shafe shi ba?

A'a A'a Wannan ba zai yiwu ba!

Ba za a taɓa yin hakan ba, ba zai yiwu ba!

Kada ka yi tunanin cewa Allah bai sani ba

Game da nishi ɗaya da muke yi muna nishi

Kada ka yi tunanin cewa ko da hawaye ɗaya muke
zubarwa

Ba tare da Mahaliccinmu ya gan shi ba

Allah ya bamu nasara

Watakila ta yin haka, wahalarmu za ta kare

Yana raka mu da rahamarsa da tausayinsa

Har sai wahalarmu ta shuɗe

Baƙin cikinmu zai shuɗe

Tutocin ruhaniya

[wwwswaidayogacom](http://www.swaidayogacom)

Ka nuna mini saƙonka, Ya Ubangiji, wanda aka rubuta a
cikin haruffan haske a shafukan zuciyata, kuma ka bar ni in ji

radadinka a cikin haikalin lamirina, kuma ka cika zuciyara da
iliminka, rahamarka, da salamarka

Aiki yana da matukar muhimmanci kuma yana da karfi
wajen karfafa wa dan adam basira da kerawa. Duk da haka,
idan manufar aiki ita ce kawai tara dukiya, yana rasa kima
da mahimmancinsa. Ya kamata a keɓe aikin musamman ga
hidima, kuma kayan da ake sayarwa ya kamata su kasance
.masu inganci da amfani ga wasu

* **

Allah Ya ba ni haske, rai, karfi, hikima, hankali, da farin
ciki na ruhaniya Zan nutsar da kaina cikin teku na kaunar
Allah ta hanyar jin daɗin tunani Kuma zan kawo kasancewar
Allah a cikin zuciyata don magance matsalolin rayuwa (2)

Ya Ubangiji, da hasken kyandir ɗina mai siriri, zan
karanta littafinka na zinariya wanda yake cikina tun abada,
kaunarka, Ya Ubangiji, ita ce hasken salama wadda ke kawar
da duhuna kuma take haskaka hanyata (2)

* **

Ruwan salama na ruhaniya mai yawa yana share daga
rai daga tsoro da tarin damuwa da suka taru
Zan nemi Allah a cikin kaɗaici na raina kuma zan yi
addu'a mai zurfi har sai zuciyata ta buga da kaunarsa kuma
na sami amsarsa

Ya Ubangiji, ina rokonka ka haɗa hasken raina da
hasken sararin samaniyarka, ka sanar da ni cewa hikimarka
tana haskaka hankalina, karfinka yana rife ni, kuma tana
gudana ta cikin jijiyoyina

* **

Zan cika hankalina da karfin imani da kuma amincewa
da cewa babu abin da zai iya cutar da ni domin koyaushe ina
kewaye da kariyar Allah

Ya Ubangiji, bari garwashin sha'awata ya ci gaba da
haskakawa tare da kasancewarka mai albarka Bari hikimarka
ta jagorance ni kuma kasancewarka ta zama babban farin
ciki a rayuwata

* **

Masanin kimiyya na gaskiya yana da wani abu mai ban
mamaki: bude zuciya da kuma hangen nesa mai faɗi. Yana
farawa da bayanai masu sauƙi, na asali, a hankali yana aiki
tukuru don bayyana dokokin yanayi da yadda suke aiki.
Sannan yana gabatar da sakamakon bincikensa ga duniya,
koyaushe yana shirye don ci gaba da bincika yanayi da
ainihin abubuwa. Koƙarin waɗannan masana kimiyya ne
suka haifar da gano dokokin halitta, waɗanda suka ninka
fa'idodin da ɗan adam ke samu. A hankali, muna koyon
yadda ake amfani da waɗannan dokoki ta hanyoyi daban-
daban da kuma faɗin duniya, kamar yadda aka gani a cikin
.saukin da muke amfani da su a rayuwar yau da kullun

* **

Farin cikin da Allah ke bayarwa ba shi da misaltuwa ga
kowace farin ciki ta duniya Farin cikin ruhaniya ba shi da
iyaka, kuma idan komai ya shuɗe ya bace, wannan farin
cikin ya kasance koyaushe Duk wanda ke son samun
wannan farin cikin dole ne ya keɓe lokaci don yin tunani,
tunani game da Allah, da daidaitawa da Shi, domin daidaiton
.ruhaniya da Allah yana ba da farin ciki na gaske

Lambun Sabuwar Shekara

Amsoshin shekarar da ta gabata, tare da bakin ciki da
dariya, sun bace, kuma yanzu amsoshin waƙar Sabuwar
Shekara suna rera waka mai ƙarfafa gwiwa, suna shelar
:bege, da kuma raɗawa

Sake fasalin rayuwarka daidai, ka yi watsi da ciyayin"

"tsoran da suka daɗe suna yawo a cikinta

Daga cikin lambun da aka yi watsi da shi na baya,
tattara kuma adana tsaban farin ciki, nasarori, bege, tunani
mai kyau da ayyuka, da kuma kyawawan buri. A cikin
sabuwar kasa ta kowace sabuwar rana, shuka waɗannan
manyar iri, shayar da su, kuma ku kula da su har sai sun
girma kuma rayuwarku ta yi fure da kyawawan halaye na
.fure

:Sabuwar shekara tana raɗawa

Ka farkar da ruhinka, ka kama shi da halaye, ka kuma"
karfafa shi ya yi sabbin koƙari masu amfani. Kada ka daina
koƙari kuma kada ka huta har sai ka sami 'yanci na har
abada kuma ka shawo kan karma (bin diddigin da kuma bin
".diddigin abubuwan da suka gabata)

Da zuciya mai wartsakewa da kuma cike da farin ciki
mai sabuntawa, bari mu yi murna tare mu yi tafiya hannu da
hannu zuwa ga gidan sama wanda ba za mu sake fita daga
ciki ba

* **

Idan ka tuna Allah ka kuma sanya shi a matsayin
ginshikin rayuwarka, kuma idan ka yi masa addu'a da himma
da zurfi, tabbas za ka sami amsa daga gare shi, domin
addu'o'i masu kwazo da gaskiya suna taɓa zuciyar Allah RE-

123

Ita ce maɓuɓɓugar hikima da wahayi, kamshi mai
kamshi da ke fitowa daga lambunan zukata masu kauna da
kirki, kamshin furanni na sama da tunani masu fure, kaunar
da ke motsa kaunarmu kuma tana gudana ta cikin
.zukanamu

* **

Babban abokinka shine wanda ke ba da shawara kan
yadda za ka iya inganta kanka, domin kewaye kanka da
masu yin barkwanci da masu zagin mutane koyaushe yana
hana ci gaban ruhaniyarka. Ya kamata mu daraja waɗanda
ke faɗin gaskiya kuma mu taimaka mana ta hanya mafi
.kyau

* **

Iyaye sau da yawa suna yin watsi da kurakuran
'ya'yansu kuma suna zaɓar yin watsi da su Idan ba za su iya
ganin kurakuran 'ya'yansu ba, babu shakka akwai matsala a
cikin kaunarsu. Dole ne iyaye su koyi kauna mara iyaka don
su iya ganin kurakuran 'ya'yansu kuma su taimake su su
.gyara su kuma su hau kan hanya madaidaiciya

* **

Idan kana son yin farin ciki a kowane lokaci, kada ka
bari kanka ka zama mai kasala ko kasala, kuma kada ka yi
watsi da cikas na zahiri da ke hana farin cikinka. Yi iya
koƙarinka don shawo kan waɗannan cikas ɗin kuma ka cika
duk ayyukan da kake buƙatar yi da zuciya mai son rai da
.kuma tunani mai mai da hankali

* **

Ya Ubangiji, bari mu dubi nagarta ba da tsoro da tsoro
ba, amma da kauna da girmamawa. Bari mu fahimci cewa
kiyaye dokokin ɗabi'arka za su yi mana rawani da ladabtar
alherinka. Ka umarce mu da ka'idodin ibada don kare farin
cikinmu. Bari mu bar hanyoyin zunubi, waɗanda koyaushe
ke haifar da ciwo da wahala, kuma bari mu gane cewa
nagarta ta fi sihiri fiye da mugunta. Ka taimake mu mu
fahimci cewa mugunta, wadda da farko ta yi kama da daɗi
da daɗi, a hankali take rikidewa zuwa guba mai kisa, kuma
wannan alheri, wanda da farko yake ɗanɗano da ɗaci, a
!karshe ya zama ruwan zuma mai daɗi

* **

Damuwa ba ta da amfani; suna dora wa zuciya karin
damuwa ne kawai. Bayan kammala ayyukanka na yau da
kullun, ka guji damuwa a kansu ko daukar su gida tare da
kai. Damuwa tana samar da kauri mai duhu, gajimare masu
duhu a kusa da zuciyarka, suna hana ka iya ganin hanyar a
.sarari da sauƙi. Dole ne mu koyi dogara ga Allah sosai
Ya kamata rayuwa ta kasance kan hidima, domin ba
tare da wannan manufa ta ɗan adam ba, sanin da Allah ya
bai wa ɗan adam ba zai kai ga cikakken karfinsa ba. Idan
muka yi wa wasu hidima muka manta da kananan girman
.kanmu, za mu ji kasancewar Allah

* **

Nagarta ta fi mugunta a wannan duniyar domin Allah ne
babban iko. Amma idan mugunta ta same mu, sau da yawa
muna jin ba mu da ikon sarrafa ta ko shawo kanta. Guguwar
mugunta ba makawa ce, amma za mu iya shawo kan
.tasirinta mu kuma tashi sama da ita

Idan almajiri ya dandani daɗin kaunar Allah, sai ya ji
raƙuman farin ciki marasa iyaka suna lullube shi, kuma yana
jin wani babban sha'awa mai karfi ga Allah, don haka sai ya
yi addu'a da zurfin tunani kuma ya roki Allah daga cikin
.zuciyarsa har sai ya amsa masa

* **

Idan al'ada mai gundura, sha'awar jima'i, sha'awar
kayan duniya, tashin hankali na motsin rai, cin zarafi, da
kuma sauyawa kwatsam daga kusanci zuwa kiyayya ta maye
gurbin soyayya, to soyayya ta shuɗe daga zukata ta zama
abin da ya shuɗe

* **

A cikin makokin goge da kukan sarewa, wakar gawa da
kuma bugun oud, na ji muryar Allah A cikin zuciyar rai akwai
farin cikin da raina ke nema Na ji daɗinsa ba zato ba

tsammani, an adana shi a cikin shakar shiru na. Zan matse
.hive in dandana ruwan zumar farin ciki na har abada
Son Allah yana nufin kaunarsa Son Allah dole ne ya
zama gaskiya, tsarkakakke, mai zurfi, kuma mai haske. Idan
muna son samun amsa daga gare Shi, dole ne mu miƙa
zukanmu gare Shi mu kuma yi masa addu'a daga cikin
.zukanmu har sai mun sami wannan amsa mai albarka
Kaunar Allah ta fi karfi fiye da mutuwa kuma ta fi
dorewa fiye da kowace irin bayyanar rayuwa ta wucin gadi

* **

Ku yi tafiya cikin hanyoyin rayuwa da juriya mara
misaltuwa wadda ba ta san ja da baya ko koma baya ba,
kuma da cikakken imani cewa ikon Allah mai kirƙira da
rashin iyaka yana tare da ku kuma yana tallafa muku
koyaushe

Allah yana amsa roƙon wannan almajiri mai gaskiya
wanda ya bayyana sha'awarsa da kuma burinsa kuma ya
nemi taimakonsa da kwarin gwiwa da bege, kuma tabbas zai
zo gare shi don ya cece shi da kuma tserar da shi daga
.wahalhalun da yake ciki

Bargon da ke shawagi, kamar yadda mai hikima

:Paramahansa ya ruwaito

Wata rana, abokai biyu suna tafiya a bakin kogi sai suka
hango abin da ya yi kama da bargo mai iyo. Daya daga
cikinsu ya jefa kansa cikin kogin ya yi iyo zuwa "bargon".
Amma, yana daukar lokaci mai tsawo kafin ya koma bakin.
Abokinsa ya lura cewa yana fuskantar matsala da "bargon"
:kuma shine dalilin jinkirinsa, don haka ya kira shi

"?Me zai hana ka bar ta ka koma"

:Abokinsa ya amsa

Abin da nake ƙoƙarin yi kenan, amma bargon yana"

"manne da ni kuma ba zai sake ni in tafi in dawo ba
Abin mamaki, sai ya fahimci cewa abin da yake
.tsammani bargo ba komai ba ne illa beyar ninkaya

Ka yi la'akari da matsayin kafarka kafin ka d'auki]

[!mataki

Yawancin mutane suna yin shawarwari amma ba sa
aiwatar da su, kuma sakamakon haka, suna faɗuwa daga
kololuwar nasara duk da cewa suna mafarkin hawa zuwa
saman. Waɗanda suka batar da karfinsu na son rai suna
ganin cewa yayin da suke kofarin samun nasara, haka nan
suke zurfafa cikin ruɗani na gazawa. Duk da haka, waɗanda
ke da karfin zuciya ba sa daina kofari, komai yawan
.kofarinsu, har sai sun cimma burinsu na halal

* **

Ya Likitan Duniya, bari in sha har sai na ji daɗin ruwan
salamarka mai daɗi, mai warkarwa, domin in ji daɗinka mai
wartsakewa da kuzarinka wanda rauni da gajiya ba su taɓa
.shi ba

* **

Muryar Allah tana magana da dukkan zukata masu
gaskiya waɗanda ke jin daɗin rawar jiki mai girma. Muryar
hikima tana ratsa sararin samaniya don neman tunani masu
jituwa waɗanda ke neman zaman lafiya, farin ciki, da ilimi
.mai tsarki

* **

Mutum yana ba mu shawararsa sannan ya bar mu mu
girbe sakamakon ayyukanmu [wanda zai iya zama
sakamakon shawararsa mara kyau] Amma Allah yana ba mu
jagora kuma hanyarsa koyaushe tana kaiwa ga farin ciki da
alheri

Bari mu rayu cikin hasken Allah mu fahimci cewa a
bayan wannan mafarkin duniya akwai farkawa ta har abada.
Bari mu ji kasancewar Allah a bayan kowace inuwa mai
.duhu

* **

Kamar yadda kudan zuma ke neman furanni masu dadi
koyaushe, haka nan kaunar Allah za ta shigo rayuwarmu
lokacin da suka cika da tunani mai kyau da kyawawan niyya
* **

Idan ka cika da farin ciki don faranta wa wasu rai, ka yi
musu alheri da kuma sa su ji lafiya da kwanciyar hankali, za
ka faranta wa Allah rai kuma a d'auke ka a matsayin mai
nasara a rayuwa
* **

Idan muka fuskanci matsaloli da abokanmu ko waɗanda
muke kauna, ya kamata mu yi kokarin magance matsalar da
wuri-wuri. Ba shi da amfani kuma ba shi da hikima a kara
ta'azzara lamarin da zargi, jayayya, da ihu, ko da d'ayan
mutumin ne ke da laifi. Za mu iya taimaka wa waɗanda
muke kauna su inganta halayensu da kuma gyara
kurakuransu ta hanyar kyakkyawan misalinmu, maimakon
.yin amfani da suka mai zafi da kalmomi masu bata rai
* **

Ya Ubangiji, ina rokon raina ya sami kwanciyar hankali
ya kuma ga hasken bege a bayan gajimaren rashin kulawa.
Allah ya sa wata na tabbata ya tashi a sararin samaniyar
.zuciyata, domin in ji natsuwa da kwanciyar hankali

Yanzu ina jin kana haskakawa a sararin tunani na, kuma
gajimaren jahilci yana wargaza godiya ga haskenka mai
.albarka da kuma kasancewarka mai ta'aziyya da albarka
* **

:Zuciyar mai neman gaskiya koyaushe tana maimaitawa
Ya Allahna da kaunataccena, ba na son a kama ni da"
tarko da ruhohin wannan duniya, kuma ina so kawai in farkar
da kaunarka a cikin rayukan mutane Zuciyata, raina, jikina,
hankalina, da duk abin da nake da shi naka ne" Irin wannan
kauna tana samun hanyarta zuwa ga Allah, kuma irin
wannan mai neman ta san Allah

Ya Allahna kaunatacce, na san cewa kana nan a ko'ina
Kamar yadda mai mai daraja ke boye a cikin zaitun da ba a
matse ba, haka nan kuma man kasancewarka mai albarka ke
narkewa a cikin matsi na tunani a kanka da kuma sha'awar
.da ke karuwa a gare ka

* **

Jarabawa ra'ayi ne na yaudara, mai karo da juna, kuma
mai yiwuwa na jin dadi. Ya kamata a yi amfani da kuzarin da
wannan ra'ayin ke samarwa wajen neman gaskiya da ke
kawo farin ciki, maimakon a yi ayyukan da ba daidai ba
.wadanda ke haifar da damuwa da wahala

Ta hanyar kwarewa, tarbiyyar kai, da hikima, muna
koyon bambance tsakanin kayatattun kyawawan abubuwan
duniya da kuma kyawawan abubuwan da Allah ke bayarwa
.da kuma farin cikinsa marasa iyaka

* **

Imani a cikin zuciyata ya samo asali ne daga fahimta *
mai zurfi. Yana karfafa ni kuma yana radda mini in tono taskar
kaunar Allah a cikina

Tunani game da Allah shine mafi kyawun maganin
damuwa na wannan duniyar, saboda haka zan yi aiki da shi
da gaske, zurfi da kuma ci gaba da yin hakan

Ya Ubangiji, ka taɓa idon tunani na domin ya juya ciki *
ya ga rana ta ni'ima ta ruhaniya tana haskakawa a cikin
zuciyata

Kuma ka taimake ni in buɗe kofofin natsuwa don karɓar
hasken warkarwa na haskenka mai albarka
Zan kore baƙin ciki kuma in yi iya koƙarina don jin
kasancewarka, Ya Ubangiji, cikin tunani, kuma zan neme ka

da dukkan zuciyata da gabobina har sai ka bayyana mini
kanka

Mayar da tunanin mutum ga yanayi da yanayi masu
saurin canzawa zai takaita sanin al'amura na waje. Madadin
haka, ya kamata mutum ya mai da hankali kan madawwami,
wanda ba ya canzawa, kuma ya sanya shi cibiyar kulawa da
tunani. Waɗanda suka yi haka za su lullube su da
maganadisu na ruhaniya kuma su haskaka su da hasken
.allahntaka

* **

Ya Ubangiji, kamshinka ya fito daga furen raina, ya
kuma jawo rayuka zuwa haikalin kasancewarka
Bari kaunarka ta shiga zuciyata, domin ta yi daidai da
kowa

Ka albarkaci tunanina, Ya Ubangiji, domin in kawo
kishirwar raina zuwa ga maɓuɓɓugar salamarka Ka zama
baƙona na har abada kuma ka zauna a cikin haikalin
natsuwa da farin ciki na

Ba zan taɓa mantawa da ke ba, kuma ba zan taɓa bin
hanyoyin rayuwa ba tare da ke ba
Ka ba ni sha'awa mai yawa ta zuciya, kuma a cikin
rayayyar amsa ta ibada a gare ka, bari in ji muryarka mai
albarka

Kowace rana zan nemi farin ciki da yawa a cikin zuciyata
kuma kasa da haka ta hanyar sha'awar abin duniya
Ina yi maka sujada, ya Ubangiji, cikin godiya da godiya,
domin ta wurin alherinka, sha'awata ta ruhaniya da halaye
masu kyau za su shawo kan munanan halaye da mugunta na
rayuwa. Ka taimake ni in karfafa kudurina na barin halaye
masu cutarwa waɗanda ke kawo mummunan sakamako da
kuma gina halaye masu amfani waɗanda ke kawo

kyakkyawan sakamako. Ka taimake ni in ci gaba da konewar
.bege a cikin zuciyata yayin da nake tafiya zuwa gare Ka

* **

Bai kamata nufin ɗan adam ya zama bayi ga sha'awa,
sha'awa, da halaye masu cutarwa ba. Wannan ba yana nufin
guje wa amfani da nufin ba, sai dai a yi amfani da fahimta
.wajen aiwatar da shi domin ya dace da nufin Allah
Duk wanda ke son farin ciki da nasara dole ne ya
kasance yana da cikakken imani ga Allah, ya ɗaga
fahimtarsa zuwa ga kwanciyar hankali da kwanciyar hankali
na ciki, ya mai da hankali kan jarumtaka da karfin hali, ya
mallaki karfin hali da kuduri, sannan ya yi aikinsa cikin
.nutsuwa da kwarin gwiwa

* **

Ina shirye in ba da rayuwata ga mutum ɗaya mai
gaskiya, amma ina guje wa munafukai da mutane marasa
gaskiya, ba na yin lalata ko yaudarar kowa, kuma haka ya
.kamata mu rayu a wannan duniyar

* **

Dole ne mu sami karfin hali, mu kasance masu gaskiya,
kuma mu kewaye kanmu ba kawai da waɗanda za mu iya
karfafawa ba, har ma da waɗanda za su iya karfafa mu

* **

Zan iya cika dukkan ayyukana ne kawai ta hanyar aro
karfina daga Allah. Saboda haka, burina na farko shine in
faranta masa rai. Allah shine kauna ta farko a cikin zuciyata,
babban buri a cikina, kuma babban burina na nufin da tunani
.na

Daidaito abu ne mai kyau kuma ya kamata ya zama
tushe da ginshikin ji da tunaninmu

* **

Mutum mai son kai, mai son rashin son kai, ba ya barin
son kai ya tilasta masa, domin ba zai yiwu a sami farin ciki
mai tsarki ba sai dai idan mutum yana da zurfin tunani da

kirki, yana neman farin ciki ga wasu da kuma kansa. Wannan
.ka'ida ce ta duniya baki daya kuma ba ta canzawa

* **

Har yanzu ina tuna lokacin da na sami wata matsala da
ba a zata ba; daga bayan gajimaren tunani, alfijir na jin
daɗɗin ruhaniya ya bayyana ba zato ba tsammani ya mamaye
rayuwata

Wannan kwarewa mai albarka ta wuce duk tsammanin
da ake tsammani Na ji wani farin ciki mara misaltuwa, kuma
hasken ni'ima ya haskaka kowace kusurwar duhu ta sanina,
yana kawar da inuwar rudani da tambayoyi Wannan haske -
kamar X-ray - ya huda ta cikin wurare masu tsauri kuma ya
bayyana abubuwan da ke bayan sararin gani na yau da
.kullun

* **

Buga zuciyarka ba tare da tsayawa ba a hankali yana
shelar kasancewar iko mara iyaka a bayan kofofin iliminka.
Raɗaɗɗin motsin rai mai cike da dukkan abubuwa yana yi
:maka rada

Ba wai kawai ka sami ɗan karamin rafi na rayuwata ba,"
amma ka faɗaɗa sararin hankalinka ka bar ni in nutsar da
jininka, jikinka, hankalinka, hankalinka, da ruhinka a cikin
".bugun rayuwata ta duniya

* **

Ya Ubangiji, ka bar ni in ji kasancewarka a cikin kowane
aiki da zan yi Ka taimake ni in kawar da inuwar tsoro da ke
boye hasken jagorancinka, Ka kuma bar furannin sha'awata
su yi fure a cikin lambun zuciyata yayin da nake jiran
.fitowarka

* **

Ka kawar da tunanin gazawa da tunani mai kyau na
nasara kuma ka kasance mai kyakkyawan fata, kuma ka
.kawar da tsoro ta hanyar rashin tunani a kansu
A kawar da bakin ciki da hasken farin ciki, sannan a
.maye gurbin tattaunawar banza da kauna da ladabi

Cire tunani mara kyau daga gadon lafiya sannan a maye
gurbinsu da tunani mai kyau da kuma ji mai kyau
Ka rage wa zuciyarka damuwa da tashin hankali, sannan
.ka kawar da gajimaren jahilci daga sararin rayuwarka
* **

Mutumin da ya yi nasara a yakin rayuwa yana d'auke da
wahalarsa a matsayin alamar girmamawa a kirjinsa
* **

Ya Ubangiji, ka albarkace ni, domin in ga alheri kawai, in
yi tunanin alheri kawai, in kuma yi tarayya da mutane nagari
da nagari kawai. Bari in yi tunaninka, Ya kai wanda kai ne
.tushen dukkan alheri da adalci

Ka nisantar da fatalwowin duhu daga gare ni, ka kuma
dube ni daga zuciyar sama da kuma daga kofofin zuciyata da
kuma yadda nake ji, ka kuma bayyana a gare ni a cikin
.haikalin kaunar da nake yi maka
* **

Dole ne mu yi iya kokarinmu don mu kula da yadda
muke ji a kowane lokaci, domin mu iya sarrafa motsin
zuciyarmu da kuma kame kanmu duk lokacin da muka haɗu
da mutanen da ba su da d'abi'a waɗanda ke son kawo cikas
ga zaman lafiyar wasu da kuma bata yanayin da ke kewaye
.da su

Abu na farko da za a yi la'akari da shi a cikin halayen
mutum shine inganta kansa. Mutum nagari, ta hanyar
kyawawan halayensa, zai iya taimaka wa waɗanda ke
.kewaye da shi su canza zuwa mafi kyau
* **

Sha'awar sha'awa tana makantar da hankali, kuma idan
hazo na sha'awa ya mamaye hankalin mutum, sai su rasa
daidaiton ciki su yi aiki ba tare da fahimta ba, sanin cewa
fahimta ta asali ita ce abin da ke motsa kowane aiki mai

kyau da dabi'a madaidaiciya. Lokacin da sitiya
kwakwalwar mutum ya karye, ba makawa za su kare a cikin
.mummunan ciwo da wahala

* **

Ko ba da jimawa ba, rudu na rayuwa zai shufe, kuma
manufarta za ta bayyana. Lokacin da rudu na kuruciya da
kuruciya suka bace, me ya rage? Za mu iya samun farin ciki
na gaske ne kawai a cikin kusanci da Allah da kuma jin
kasancewarsa, wanda ke cika rai da natsuwa da kwanciyar
.hankali

* **

Dole ne mu kasance masu gaskiya a cikin tsammaninmu
kuma mu roki Allah ya biya mana bukatunmu na asali kawai,
kuma ya san bambanci tsakanin ainihin bukatu da sha'awa
marasa amfani. Hanya mafi kyau ta bambance tsakanin abin
da ya zama dole da abin da ba dole ba ita ce a koma ga
hankali da hankali kuma kada a yi sha'awar samun abubuwa
marasa tsabta wadanda ba za su amfane mu ba kuma sun fi
kyau ba tare da

* **

Zan iya tafiya fiye da duniyoyi da taurari mafi nisa
Amma zan so ka koyaushe
Mabiyanka na iya zuwa, ko kuma su bi hanyar da suka
ga dama
Amma koyaushe zan kasance tare da ku kuma ina son
ku

Zan iya jin tsoro da rakuman halittu masu yawa
Ina jin kadaici da kadaici
Duk da haka, zan kaunace ku koyaushe
Duniyar da ke dauke da hankali za ta iya manta da kai
Amma zan tuna da kai koyaushe
Muryata na iya bacewa ta kuma kasa bani nasara
:Amma cikin kalmomin raina zan yi rafa
"Zan so ka koyaushe"
Gwaji, rashin lafiya, da mutuwa na iya raba ni

An tantance jikina, amma matukar yana nan a cikin
tunanina
Akwai ɗan karamin bege; duba idanuna da ke mutuwa
:Ta hanyar su zan gaya muku
zan so ka har abada
Kuma zan ci gaba da kasancewa da aminci a gare ku
!koyaushe
* **

Idan ka ce "Allah yana tare da ni," alheri ne kawai zai zo
maka daga tunanin wasu. Ka kewaye kanka da Allah, domin
sunansa mafi tsarki iko ne mafi girma, garkuwa mai karfi
wadda duk wani mummunan girgiza da tunani za su
.lankwasa su juya baya
Farin cikin ruhaniya yana cikin tunani akai-akai game da
Allah da kuma sha'awar da ke karuwa a gare Shi, kuma
lokaci zai zo lokacin da hankali ba zai sake yin rauni ko
girgiza ta hanyar damuwa ba. Sannan, babu wata matsala ta
jiki ko rikicin tunani da zai iya karkatar da sani daga
.kasancewar Allah mai rai

Abin sha'awa ne jin kusanci da Allah, tunani game da
!Shi, da kuma jin kasancewarsa a koyaushe
* **

Ya kamata ka yi kokari don cimma burinka na halal da
kyakkyawan fata da farin ciki, kuma kawai tsammanin
cimma shi ya kamata ya faranta maka rai. Ya kamata kuma
ka yi farin ciki idan ka cimma wannan burin domin nasara ce
.da ta cancanci farin ciki a gare ka
* **

An ce zumar tana da matukar sha'awar kamshin lotus
har ta dade a cikin zuciyar furen, tana tsotsar nectar. Yin
hakan, furannin lotus suna rufe ta, kuma tana haɗuwa da
mutuwarta a cikin lotus. Sannan akwai barewa na yankunan

arewa, waɗanda suka bugu da waƙoƙin sarewa. Lokacin da mafarauci ya busa sarewa, barewa ta zo gare shi ta gamu da ajalinta. Akwai kuma wasu giwaye na gida; ana amfani da giwar mace don jawo hankalin wasu giwaye da kama su. A cikin wannan mahallin, wani babban masanin falsafa ya faɗi :wani abu kamar haka

Kudan zuma tana sha'awar kamshin
Kuma barewa tana yin karar busa
Giwar da ke cikin bauta ta faɗi
Saboda tabawa mai tayar da hankali

Amma fa game da ɗan adam wanda ke da duk waɗannan ji? Shawarar da masanin falsafar ya ba shi ita ce:
"Kada ka zama bawa ga hankalinka, kuma kada ka bari wani
"abu ko wani ya rinjaye ka
Ni dai, ina cewa: "Ku tuna cewa dukkan hankalinku an
sanya su ne a cikin hidimarku kuma ya kamata ku saurari
"umarninku kuma ku bi nufinku

* **

Ruwa da kankara alamu ne na abubuwa biyu marasa ganuwa, iskar oxygen da hydrogen, kuma wanzuwarsu kawai ba ta da tsari kuma mai wucewa. Hakazalika, tunanin ɗan adam da kwayoyin halitta alamu ne na tunanin duniya, suna da iyakataccen wanzuwa, domin a gaskiya, tunanin duniya .ne kawai yake wanzuwa gaba ɗaya

* **

Akwai mutanen da ba sa amincewa da kowa kuma suna shakkar yiwuwar samun abokai na gaskiya; wasu ma suna alfahari da ikonsu na yin ba tare da abokai ba. Amma waɗanda ba sa iya nuna kauna da abota ga wasu suna watsi da dokar faɗaɗa ruhaniya, wanda ta hanyarsa rai ke faɗaɗa .fahimtarsa kuma yana komawa ga rungumar ruhun Allah

* **

Idan mutum yana nazarin kansa, dole ne ya kasance
yana da sha'awar kwar da rauninsa ya kuma mai da kansa
abin da ya kamata ya zama, kuma kada ya bari karaya ta
raunana kudurinsa yayin da yake gane kurakuran da
.binciken kansa na gaskiya ke haskakawa

* **

Sharuƙƙa guda biyu na farin ciki: rayuwa cikin sauki da
tunani mai zurfi

Lokacin da nake karami, na rubuta wa Allah wasika ina
karami kuma da kyar na san yadda ake rubutu, amma na
gaya masa abubuwa da yawa ban roki komai da kaina ba,
amma na roke shi ya koya mini wani abu game da kansa,
kuma kowace rana ina jiran mai aika wasika ya kawo mini
.amsar wasikata

Ban taɓa shakka a cikin zuciyata ba. Wata rana na sami
amsar a cikin wahayi, lokacin da na ga haruffan saƙo mai
albarka suna haskakawa da haske na zinariya ban iya
karantawa da kyau ba, amma na fahimci sakon kamar haka:
"Ni ne Rai kuma Ni ne Soyayya, kuma ina kula da ku ta
hanyar iyayenku!" Sai na fahimta kuma na ji kasancewar
.Allahntaka

* **

Zan yi aiki don mantawa da wahalhalun da na sha a
baya, zan fuskanci halin yanzu da karfin hali, kuma zan jira
.nan gaba da cikakken amincewa ga Allah
Na san cewa duk kyawawan fatan da nake ji a zuciyata
za su cika da taimakon Allah

Zan yi iya ƙoƙarina don inganta kaina domin in sami
karin fahimtar ma'anar rayuwa, kuma zan yi iya ƙoƙarina
don samun hikima, in farkar da fahimtar rai, in kuma haɗu
.da gaskiya ta ƙarshe

* **

Ya Ubangiji, zan yi farin ciki da haske da ƙauna waɗanda
suka fito daga yalwar alherinka, kuma zan ɗaga maka ayoyi
na godiya da godiya don gane alherinka

Zan rungumi gaskiya a tunani, magana, da aiki, kuma
zan yi kokarin faranta wa wasu rai domin farin cikina ya fito
ne daga farin cikinsu, kuma zan wargaza karamin kaina
.zuwa cikin son kai na dukkan duniya

Soyayya ita ce bugun dukkan halitta

Soyayya tattaunawa ce ta shiru tsakanin zukata biyu

Soyayya kira ce ta Allah ga dukkan halitta

Domin ta koma gidanta na sama gidan haɗin kai na

sararin samaniya

Ana haihuwar soyayya a cikin lambunan ruhohi masu

fure. Ita ce mafi tsufa kuma mafi daɗi, an adana ta a cikin

.kwalaben zukata masu aminci da na gaske

Wadanda suka san kansu sun fahimci cewa duk ikon da

ake bukata don aiwatar da ayyuka yana fitowa daga Allah.

Wadanda suka sami natsuwa ta ruhaniya (kwanciyar

hankali) suna fuskantar sabon farin ciki na ciki, ba tare da

la'akari da rawar da suke takawa a wannan duniyar ba. Irin

wannan mutumin yana rayuwa kuma yana gudanar da

.rayuwarsa bisa ga nufin Allah

* **

Damuwa ta hankali tana wargaza hankali kuma tana

ɗauke hankalin mutum, yanayi mai canzawa yana boye

hangen nesa mai haske, kuma fashewar motsin rai yana

haifar da rashin fahimta Yawancin mutane ba sa aiki da

fahimta da tunani, amma bisa ga yanayinsu. Bugu da kari,

son zuciya da son zuciya suna boye ruwan tabarau na

fahimta, suna karkatar da fahimta, kuma suna hana fahimta

bayyananniya da ba ta da makawa. Saboda haka, dole ne a

tsarkake fahimta daga dukkan tushen rudani, tashin hankali,

da son zuciya wadanda ke hana hukunci mai kyau da

.fahimta daidai

* **

Akwai Ubangijin wannan duniya wanda ya bai wa ɗan

adam 'yancin kai, iyawa, da hankali. Mutane za su iya samun

Allah ta hanyar baiwar hankali, amma idan suka batar da

lokacinsu cikin rashin amfani ba tare da yin kokarin da ake
bukata don gano ma'anar rayuwa da kuma sanin
Mahaliccinsu ba, suna batar da kuzari masu tamani da Allah
.ya ba su kuma ba za su taɓa samun farin ciki na gaske ba

Duk da cewa ina yin abubuwa da yawa, ba na jin kamar
ina da takura da abin da nake yi, domin na fahimci cewa
.wannan duniyar ba gidana ba ce

* **

Neman Allah ba ya ba mu uzuri daga sakaci da
ayyukanmu na kayan aiki, ilimi, da zamantakewa a cikin
gwagwarmayar rayuwa. A gefe guda kuma, mai neman
ruhaniya na gaske yana koyon horo da iko kan motsin
zuciyarsa, halaye, da sha'awarsa domin ya 'yantar da
haikalin rayuwa daga duhun jahilci don ya fahimci
kasancewar allahntaka. Kamar yadda ba za a iya ganin
duwatsu masu daraja a cikin gida mai duhu ba, haka nan ba
za a iya fuskantar wayewar ruhaniya ba matuƙar karfin
.jahilci da rashin jituwa ta tunani suna mamaye mutum

* **

Teku na iya son zuba kansa a cikin kofi, amma kofin zai
iya rike nasa kawai. Haka nan, gaskiya ta kowa ce, amma
wadanda ke da karancin sani ba sa zurfafa bincike da
bincike, kuma ba sa damuwa da nutsewa a farkashin kasa;
saboda haka, ba za su iya samun gaskiya ba. Dole ne mu yi
iya kokarinmu don gudanar da bincike mai zurfi da gano
.taskokin

* **

Yana son yin watsi da duk wani mummunan tunani da
ke kokarin shiga cikin hankalinsa yayin da yake mai da
hankali kan wani muhimmin al'amari ko muhimmin al'amari.
Mutane da yawa suna tunanin wasu abubuwa lokacin da
suke yin abubuwa masu mahimmanci. Misali, yayin da alkali

ke yanke hukunci na karshe kan wani lamari mai sarkakiya
na rai ko mutuwa ga wani mutum, a lokaci guda yana
tunanin mummunan mu'amala da ya samu daga matarsa a
wannan ranar, kuma ya yi takaicin cewa ba a aiwatar da
.hukuncin da ya yanke a gida ba

Idan wannan alkali ya yanke hukunci mara kyau kuma
ya yanke wa wani marar laifi hukuncin kisa saboda rashin
mayar da hankali, shi kuma zai tsaya a gaban babban alkali
wanda ake tuhuma kuma aka yanke masa hukunci, wanda
shine dokar duniya baki daya wadda ba ta san nuna fifiko ko
.nuna bambanci ba

* **

Iskar wahayinka ta wargaza dukkan gajimare, kuma
sararin tunanina yanzu ya bayyana sarai kuma tsarkakakke,
kuma da idanu masu tsabta ina ganinka ko'ina Hasken rana
mai albarka yana ratsa zurfin rayuwata, kuma da yunwar
tsararraki ina samun ci gaba da haskenka mai albarka

* **

A cikin wannan duniyar da take cike da rudani, mai
haɗari, da rashin tabbas, kana jin kai kaɗai ne Allah kaɗai ba
.zai taɓa yashe ka ba ko kuma ya baɓa maka burinka
Ya Ubangiji, ka albarkace ni, domin in gina irin karfin
ruhaniya da nasara a cikina, kuma domin in yi amfani da
.wannan karfin ta hanyar da za ta faranta maka rai

* **

Ya Ubangiji, cikin kadaitaka ta tunani na, ina sha'awar
jin muryarka Ka kore min muryoyin duniya da ke cikin
tunanina Ina sha'awar jin muryarka mai natsuwa tana ratsa
zuciyata Ka kama rayuwata ka bar ni in ji kasancewarka mai
albarka a cikina da kuma kewaye da ni

* **

Yana da sauƙi a gane ko mutum yana samun isasshen
ilimi daga yanayi mai natsuwa ko kuma mai jayayya

* **

Tsoro na ciki, damuwa ta tunani, ko damuwa da ke
tasowa daga hulfa da abokai da dangi marasa kyau duk
suna ba da gudummawa ga ruƙani da yanayi mai wahala.
Wadanda ke da yanayi na natsuwa da kwanciyar hankali, a
gefe guda, suna taimakawa wajen kirƙirar tunani mai kyau
.da maganadisu

* **

Allah yana jarraba mu don ya ƙarfafa kudurinmu, ba don
ya karya mu ba. Jahilci yana halaka mu idan muka dogara ga
jiki. Wadanda suka dage a kan neman gaskiya suna samun
rai madawwami. Wannan duniya tanderu ce mai zafi wadda
rayukanmu ke kirƙirawa, tana fitowa kamar ƙarfe na hikima
.da ƙarfin ruhaniya

Mutane suna da ƙarfin da ba a taɓa amfani da shi ba—
dukan ƙarfin da suke buƙata Allah ya ba su ikon tunani don
'yantar da kansu daga kuntatawa ta duniya da ke dāure su
da kuma sa su zama fursunoni ga halaye da sha'awa.
Wadanda suka kuduri aniyar a yau kada su bari kalubalen
rayuwa su karya nufinsu da kuma hana ci gabansu za a ba
.su ikon shawo kansu

* **

Kada ka bayyana duk sirrinka ga wasu da sunan gaskiya
Idan ka fallasa rauninka ga wadanda ba su da kulawa, za su
yi amfani da damar su yi maka ba'a idan suna son cutar da
kai. Me zai hana ka ba su wani abu da za su iya amfani da
?shi a kanka su kuma jawo maka ciwo

* **

Ya abin sha mai daɗi na zuciyata, ina shaye ka akai-
akai, duk da haka kwalbar hankalina tana cike da ruwa. Ban
san sunan wannan abin sha mai albarka ba, amma na san
cewa shine sinadarin ƙaunar Allah wanda ke ba ni sabon
.farin ciki na ruhaniya

Farin cikin ruhaniya yana sabuntawa koyaushe domin ba
a haife shi da sha'awa mai wucewa ba. Yana bayyana a cikin
ruhin da ke sha'awa a wadannan lokutan da damuwa ta
tunani ta narke kuma halaye masu cutarwa da halaye masu
tayar da hankali suka bace karkashin tabawar kwanciyar
.hankali ta ciki da ke fitowa daga zurfin fahimtar ruhi

* **

Babu kwatanci tsakanin masu arzikin duniya da masu
arzikin ruhu, domin masu arzikin ruhu su ne mafi wadata a
.wurin Allah

A yau, na kuduri aniyar kada in fada cikin fid da zuciya,
takaici, da nadama kan begen da na rasa da kuma mafarkai
marasa cikawa. Maimakon barin kaina in ci gaba da
kasancewa a tsare kuma a iyakance, zan rayu bisa ga abin
da hikima ta fada, da sanin cewa ta hanyar yin haka, zan
.sami farin cikin da nake nema

* **

Na gode, ya Ubangiji, da ka tuna da ni a koyaushe, ko
da lokacin da ban tuna da kai ba, kuma ka cika ni da godiya
ga ni'imomin da ka yi mini, Ka albarkace ni domin in rayu da
.tunawa da kai a koyaushe

* **

Idan aka tsarkake hankali daga son zuciya kuma aka
'yantar da shi daga ruhani, za mu sami fahimtar da za ta ba
mu kwarin gwiwa ba kawai a takamaiman lokaci ba, har ma
kowace rana ta rayuwarmu ta hanyar sabunta kuzari da
kuruciyar jikinmu, karfafa tunaninmu, da kuma cika
.rayukanmu da kwararar hikima da farin ciki

* **

Ka kirkiro dabi'ar fadin gaskiya ba tare da fadin abin da
ba dole ba, kuma ka guji fadin duk wani abu da zai iya cutar
.da wasu ko kuma wanda ba zai yi wa gaskiya aiki ba

* **

Yawancin 'yan kasuwa ba sa yin aiki tukuru wajen
neman kudi, kuma ba sa yin nasara wajen gudanar da

harkokin kasuwancinsu, kuma ba mazaje masu hikima ba ne,
domin idan suna ofis d'insu suna shagaltuwa da matsalolin
gida da matansu, kuma idan suna gida hankalinsu yana cike
da matsalolin aikinsu. Bai kamata mutum ya yi kofarin mai
.da hankali kan abubuwa fiye da d'aya a lokaci guda ba

* **

Idan mutumin da ba daidai ba ya yanke shawarar gyara
kansa ya kuma inganta yanayinsa ta hanyar yin mu'amala
da mutanen kirki, zai canza zuwa mafi kyau, yayin da
mutumin ruhaniya ya rasa ruhinsa kuma ya koma baya tare
da waɗanda ke da munanan manufofi da halaye marasa
.kyau

* **

Ka tuna cewa sha'awar kusantar Allah ita ce mafi girma
da daraja amfani da ikon nufin, domin Allah kaɗai ne
madawwami kuma madawwami, kuma daga gare Shi ne
dukkann alheri ke zuwa. Kiyaye ikon nufinka kuma ka guji
sha'awa mai cutarwa; kada ka yi amfani da ikon nufinka don
cika su, domin aiki ne na banza da batar da kuzari. Cika
ayyukanka a wannan rayuwar gwargwadon iyawarka, yayin
da a lokaci guda kake kallon rayuwa a matsayin mafarki mai
wucewa. Ka karfafa kudurinka ka kuma cika nufinka cikin
.sanin Allah

* **

Idan mutum ya rayu da hikima da basira, zai ga cewa
mutuwa lada ce kuma canji ne zuwa ga mafi kyawun yanayi
a cikin ingantacciyar duniya

* **

Malam Paramahansa ya ba da shawara mai zuwa ga
:ɗaya daga cikin almajiransa
Kada ku zama masu ra'ayin d'aya; maimakon haka, ku
rayu cikin tsari da daidaito, fifita ayyukanku. Aikin shine aikin
da aka yi da son rai da kuma da sha'awa ta gaske, ba tare
da bacin rai ko jin nauyin da ke kan ku ba. Duk da cewa
sanin ruhaniya da d'abi'a ya kamata ya zama mafi

mahimmanci, bai kamata a yi watsi da aikin duniya ba,
domin yana da matukar muhimmanci kuma ya kamata a
karfafa shi ta hanyar wajibai na zamantakewa, kasa, da na
.duniya

* **

"Kuma sama da komai, ka yi gaskiya ga kanka"
Wannan jumla ta lashe jerin shahararrun shawarwari da
aka bai wa Polonius a cikin littafin Shakespeare mai suna
Hamlet, kuma tana nufin, a tsakanin wasu abubuwa,
kasancewa da gaskiya ga kanka da rashin yin abin da
mutum ke ji a cikin zurfin zuciyarsa ba daidai ba ne Hakika,
lamiri mai tsabta da rai yana ba wa mai shi farin ciki da karfi
.wanda ya fi kima da mahimmanci duk taskokin duniya

* **

Ikon maida hankali sosai yana kwantar da hankalin
guguwar damuwa, yana rage motsin damuwa, yana rage
sha'awar da ba ta da tsari, kuma yana jawo hikimar Allah
.wadda ba ta canzawa ko canzawa

* **

Nasara ba ta dogara ne akan kaddara ko sa'a ba, amma
akan daidaitawar kai, ta hanyar tunani, tare da dokokin
duniya

* **

Bai kamata a bar komai ko wani ya hau gadon sarautar
.zuciya ba, wanda ya kamata a kebe shi ga Allah kadai

* **

Halin mutum yana sa jin dadinsa ya yi sanyi kuma
fahimtarsa ta gaza, wanda hakan ke sa ba zai yiwu ya yi
.mu'amala da wasu ba

* **

Rayuwar gida ya kamata ta zama aljanna, amma
mummunan fushi na iya mayar da ita jahannama Miji zai iya
dawowa gida daga aiki ya ga matarsa tana cikin damuwa da
damuwa, wanda hakan zai sa ba zai yiwu ya yi magana da
ita ba Ko kuma ya koma gida cikin mummunan yanayi,

wanda hakan zai sa ba zai yiwu ta yi magana da shi ba. Don
haka, matsaloli da yawa suna faruwa da wasu saboda rashin
.kyawun hali

Idan wani ɗan iyali yana cikin fushi ko rashin damuwa,
nan take halinsa zai shafe ka. Ko kuma za ka iya kusantar
wani da ke cikin farin ciki, sai kawai ka ga yana da fushi da
jayayya, sai su furta kalmomi masu zafi waɗanda za su
kawar da farin cikinka nan take, suna sa ka so ka nisanta
.kanka

Kada ka kula da halayen wasu mutane kuma kada ka
.bari su yi tasiri a kanka

* **

Na fuskanci jarrabawa da yawa a rayuwa, kuma mafi
wahala daga cikinsu su ne mutanen da suka yi mini ba
daidai ba. Na ga mutanen da nake kauna kuma suka ba ni
zuciyata don ta fahimce ni ba daidai ba kuma ta juya mini
baya. Amma wannan bai haifar da ɗaci a cikin raina ba
.domin ɗaci yana gajimare fahimta

Ba na barin kaina ya ji rauni da rashin fahimtar wasu
game da ni, amma maimakon haka ina kofarin taimaka
musu idan sun yarda kuma ina aika musu da kyakkyawar
.niyya da fatan alheri

* **

Ayyukan adalci kamar shan ruwan zuma mai daɗi da
daɗi na alheri ne, yayin da ayyukan mugunta suna da alaƙa
da juna, kamar shan zuma mai guba. Ya kamata a guji
ayyuka da halaye waɗanda ke cutar da lafiya kuma suna
haifar da damuwa ta tunani da jahilci gaba ɗaya. Rashin
adalci a cikin abubuwa masu cutarwa iri-iri shine kofar da
.matsalolin tunani, cututtuka, da radadin jiki ke shiga

* **

Ya Allahna abin kaunata

Kai ne tushen soyayya da ke fitowa daga zuciyar abota,
da kuma boyayyun haskoki na ɗumi waɗanda ke buɗe
buɗaɗɗun ji a cikin zukatan abokai
Da kuma waƙoƙin jin daɗi waɗanda ke ɗaukaka daraja,
aminci, da ibada
* **

Da zarar na ƙara nuna tausayi da kyautatawa ga wasu,
haka nan nake ƙara buɗe hanyoyin ruhaniya waɗanda
ƙaunar Allah ke ƙwarara zuwa gare ni. Soyayya ta Allah ita
ce maganadisun da ke jawo hankali da kuma kawo mafi
.kyawun alheri
* **

Yana da mahimmanci mutum ya kuduri aniyar kiyaye
kwanciyar hankalinsa da kwanciyar hankalinsa, koda kuwa
yana zaune da danginsa masu matsala, yana aiki a matsayin
mai aiki mai tsauri, yana mu'amala da waɗanda yake ɗaukar
abokan gaba, ko kuma yana fuskantar kowace irin jarabawa
ta rayuwa. Idan ya dage da wannan kudurin a rayuwarsa ta
yau da kullun kuma bai karaya ba bayan 'yan kwanaki na irin
waɗannan abubuwan, zai cimma daidaito a cikin zuciyarsa
.kuma ya sami farin ciki a cikin tunaninsa
* **

Mugunta da zunubi ba su da asali a cikin yanayin ɗan
adam, amma an shigo da su ne daga waje kuma an dasa su
a cikin mutum
* **

Zinare da aka binne a ƙarƙashin laka ba ya rasa
asalinsa; yana haskakawa da tsarkin halitta da zarar an cire
laka. Haka nan, nagarta tana wanzuwa a cikin ran ɗan adam
duk da lakaran jahilci da ke rufewa da boye shi. Komai yadda
zinaren rai ya lalace ta hanyar laka mai kauri da tauri na
jahilci, muna buƙatar wanke wannan laka da ruwan hikima
.kawai don bayyana kyakkyawan hasken zinariyar rai
* **

Mutane kan mayar da hankali kan sukar junansu, shi ya
sa ba sa lura da kyawawan halayen da ɗayan bangaren yake
.da su

* **

Jahilci yana nan daidai a Gabas da Yamma Lokacin da
jahilai daga Gabas da Yamma suka haɗu, suna jayayya
kuma ba za su iya yarda ba, suna nuna ɗaukakar girman kai
da adalcin kai ba tare da saurara ko girmama wasu ra'ayoyi
ba, koda kuwa sun yi daidai. Amma, lokacin da masu hikima
daga Gabas da Yamma suka haɗu, suna bincika al'amura da
kyau kuma suna aiki don samun haɗin gwiwa mai amfani
.wanda zai amfani kowa

* **

Allah ya bamu rai, hankali, da jiki, kuma dole ne mu
noma waɗannan baiwar ta hanyar jituwa da daidaito. Bai
kamata mu bari kanmu mu zama bayi ga muhallinmu ko
.fursunonin ɗabi'a ba

* **

Iyaye masu ruhaniya za su iya taimaka wa duniya ta
hanyar renon yara masu halaye na ruhaniya da kuma ɗaukar
salon rayuwa mai matsakaici wanda ke ɗauke da tunani da
.kuma ladabi

* **

Buri sha'awa ce da ba ta da ikon cikawa, yayin da niyya
ta fi karfi fiye da fata Karfin zuciya, a gefe guda kuma, shine
abin da ke motsa wannan sha'awar, tare da kuzarin aiki don
cimma ta. Wannan yana buƙatar ƙoƙari mai da hankali da ci
gaba har sai an cimma burin. Mutane kaɗan ne kawai ke
sha'awar kuma suke cimma abin da suke son cimmawa!
Tabbas, bai kamata mutum ya yi amfani da ƙarfin zuciya don
aikata ayyukan kunya da suka saba wa gaskiya ba, domin
wannan ya keta ainihin manufar ƙarfin zuciya kuma yana
haifar da sakamako mara kyau da cutarwa. Ya kamata ƙarfin
zuciyar ɗan adam ya kasance mai hikima da fahimta, wanda
.ke haifar da wayewa da kusanci ga Allah

* **

Duk abin da yake da kyau da daraja a wannan rayuwar
sau da yawa ana boye shi a cikin ma'adanai da aka lullube
da asiri. Ana samun lu'u-lu'u masu daraja cikin sauƙi, kuma
dole ne a tono taskoki masu tamani na ruhaniya a cire su da
.kayan aikin fahimta da hikima

* **

Kawo farin ciki ga wasu ta hanyar kalmomi masu kyau
da shawarwari na gaskiya alamu ne na girman gaske. A
akasin haka, cutar da wasu da maganganun ba'a, kallon
marasa kyau, da shawarwari na son kai alama ce ta
mugunta. Kallo mai zafi da numfashi mai fushi sun fi zafi fiye
da naushi ko bugu mai zafi. Ba'a da izgili suna bayyana ruhin
rashin biyayya da fushi a cikin masu laifi, yayin da
.shawarwari masu kyau ke haifar da nadama da mamaki

* **

Wani lokaci Allah yana bayyana kansa ga masoyansa a
matsayin babban haske, ko kuma a matsayin murya ta
sararin samaniya, ko kuma a matsayin farin ciki mara iyaka,
ko kuma a matsayin kaunar zaki mai yawa, ko kuma a
matsayin fahimta, hikima, da ilimi Haskensa yana faɗaɗa
kuma yana yaɗuwa kamar fikafikan sararin samaniya har
abada, kuma wani lokacin ina ganin wannan duniya a
matsayin mafarki a cikin zuciyar wannan hasken, don haka
na fahimci cewa duniya mafarki ce

* **

Dole ne mu yi iya kokarinmu don tsarkake zukatanmu
da hikima da kuma tsarkake su da kaunar Allah, kuma mu
fahimci cewa dukkanmu 'yan'uwa ne, muna tafiya tare zuwa
.gidanmu na sama

* **

Babban farin cikinka yana cikin shirye-shiryenka na koyo
da aiki daidai. Yawan inganta kanka, gwargwadon yadda
kake taimakawa wajen inganta wasu a kusa da kai. Mutumin
da ke inganta kansa koyaushe yana farin ciki, kuma farin

cikinka yana kara farin ciki, haka kake sa wasu a kusa da kai
.su yi farin ciki

* **

Bari mu yi aiki tare don ciyar da masu jin yunwa, samar
da tufafi da magunguna ga waɗanda ke cikin bukata,
ta'azantar da masu baƙin ciki, share hawayen waɗanda aka
raunata, kawo farin ciki ga rayukansu, da kuma sanya
.murmushi a fuskokinsu

* **

Da Allah bai sanya kaunarsa a cikin zukatan uwaye ba,
da ba za su iya kaunar 'ya'yansu ba. Kaunar Allah tana ratsa
zukatan uwaye. Gida yana cike da alheri saboda kasancewar
Uwa ta duniya a cikin siffar uwa ta ɗan adam, kuma dole ne
.mu ci gaba da riƙe harshen kaunar uwa a cikin zukatanmu

* **

Rayuwa a nan ta yi kama da ba ta da tsari kuma mai
cike da rudani har sai mun isa gaɓar aminci. Bai kamata mu
ɗora beɓenmu a kan burin duniya mai sauri da kuma
abubuwan da suka shafi abubuwa masu rauni ba. Irin
waɗannan alaƙa marasa karfi ba tare da saninsu ba suna
nisantar da mu daga babban manufarmu, kamar yadda suke
.nisantar da mu daga ainihin kanmu

* **

Muryar Allah tana bayan bayyanar rayuwa, tana kira
gare mu koyaushe tana yi mana magana daga furanni,
littattafai masu tsarki, da lamirinmu, kuma ta hanyar dukkan
kyawawan abubuwan da ke sa rayuwa ta cancanci rayuwa,
ɗaukakarsa tana bayyana a cikin natsuwar ruhaniya da rai
.ke ji da kuma ƙoƙarin tunani na daidaita da Shi

* **

Ya Ubangiji, ka sanya ni gaggafa ta ci gaba ta ruhaniya
da ke tashi sama da ƙurar da ke cike da kunkuntar tunani da
kuma wuce gona da iri kan ra'ayi da imani
Kira ni zuwa ga manyan layuka masu tsayi, bayan
girgizar kasa da gajimare da ke toshe hasken rana

Bari in hau fikafikan daidaito zuwa ga waɗannan sararin
sama masu tsayi na manyan fahimta
Fiye da dukkan guguwa da guguwa, zan fara neman
gidan sama
Ya Ubangiji, ka sanya ni gaggafa ta ci gaba ta ruhaniya,
ina nemanka koyaushe da sha'awa da himma
Ya Ubangiji, ka wartsake mu da iska mai daɗi ta
kasancewarka, ka cika mu da sha'awar kasancewarka mai
ɗaukaka, kuma ka bar halittunmu su wadata ta hanyar
hikimarka ta Allah. Bari mu ji haskenka mai tsarki ya ratsa
kowane fanni na rayuwarmu, yana karfafa kudurinmu, yana
kwar da duhunmu, yana cika mu da aminci da fata, kuma
.yana ba mu kuzarin yin ayyukan alheri

* **

Duk wanda ya ba wa wasu taimako na tunani da na
kayan aiki da zuciya mai cike da kirki da karimci zai ga abin
da ya bayar yana dawowa gare shi, kuma wannan ita ce
dokar aiki da ta shafi zukata

* **

Abin da mutum yake ji game da wasu yana haifar da
girgiza a cikin iska, yana jawo tausayi da kirki iri ɗaya.
Wanda ya gafarta wa waɗanda suka yi masa laifi zai jawo
.masa gafara da hakuri

* **

Kamar yadda mutum ba zai iya yin magana ta wayar
tarho da ta lalace ba, haka nan kuma ba zai iya yada
addu'o'i yadda ya kamata ta hanyar tunanin da ya gurgunta
sakamakon bugun guduma na damuwa, damuwa, rashin
gamsuwa, da kuma sha'awar ɗaukakar duniya mai wucewa
ba. Maimakon haka, ana iya gyara wannan tunanin ta hanyar
nutsuwa da kwanciyar hankali mai zurfi, ta haka ne za a kara
masa karfin isar da kira na ruhaniya da kuma samun albarka
.da fahimta masu girma

* **

A cikin wannan duniyar da take cike da rudani, mai
hadari, da rashin tabbas, kana jin kai kadai ne Allah kadai ba
.zai taɓa yashe ka ba ko kuma ya bata maka burinka

* **

Ya Ubangiji, ka sanya ni mai haske da tsarki domin in
haskaka hasken warkarwarka a cikina
Ka kwantar da hankalina, wanda ke girgiza da damuwa,
domin ya nuna fuskarka mara iyaka
Bude tagogi na bangaskiya a cikin raina domin in shaka
kamshin salamarki

Ya kai wanda kake haskakawa a cikin kanka! Ya kai
wanda kake da girman da ba za a iya kwatantawa ba! Ka
duba idanuna masu sha'awa, don kada in ga komai a duniya
!sai Kai

* **

Sauti daban-daban suna da tasiri daban-daban akan
tsarin jijiyyoyi Sautin rashin jituwa yana da tasiri mai ban
haushi akan jijiyyoyi, yayin da sautunan harmonic ke kunna
kyallen tsarin jijiyyoyi masu annashuwa da bushewa ta hanyar
.farkar da karfinsa mai mahimmanci
Saboda haka, kalma mai daɗi da taushi, waka mai ban
sha'awa, da kuma muryar hikima da ke raɗa a cikin wurin
tsarkin rai, duk suna da tasiri mai zurfi da ba za a iya
misaltawa ba ga ruhin ɗan adam
Rayuwa kamar tafiya ce ta ɗan gajeren lokaci [zuwa
cikin daji] Da zarar an shirya abincin rana aka ajiye a kan
teburi, sai dabba ta fashe, ta tilasta wa kowa ya tafi.
Yawancin mutane suna rayuwa haka. Suna aiki tukuru don
tara kuɗi da samun farin ciki da tsaro, sai kawai dabbar
rashin lafiya da sauran bala'o'i suka buge su, zukatansu suka
tsaya, kuma aka tilasta musu su tafi. Ba lallai ne mutane su
rayu haka ba, suna barin ayyuka marasa iyaka su sace
lokacinsu su kuma bautar da su. Shekaru da yawa sun shuɗe

ta wannan hanyar. Waƙanda suka kuduri aniyar kada su bari
.matsaloli su hana su, za a ba su karfin shawo kansu

* **

A matsayinka na gaba ɗaya, kalmar "abinci" ana amfani
da ita ne kawai dangane da abinci mai gina jiki, amma akwai
wasu nau'ikan abinci mai gina jiki, kamar aikin tunani, mai
da hankali kan tunani, da hikimar ruhaniya. Nau'i na farko
(abinci) yana ciyar da jiki, na biyu (mai da hankali kan
tunani) yana ciyar da hankali, na uku kuma (hikimar
.ruhaniya) yana ciyar da rai

* **

Shin ka taɓa koƙarin fahimtar wani "abu" mai wuyar
fahimta, wannan al'ajabi mai canzawa da ɓacewa a cikin
hamada, wanda har yanzu kana jin ko da bayan cika duk
sha'awarka? Mutane suna sha'awar wani abu har sai sun
mallake shi, amma da zarar ya kasance a hannunsu, ba
makawa sai su gaji da shi su yi marmarin wani abu daban Ko
da rayuwa ta ba wa mutum duk abin da zuciyarsa ke so -
wadata, iko, abokai - daga karshe za su ji rashin gamsuwa
kuma su fara neman kari. Amma akwai abu ɗaya da mutum
ba ya gajiya da shi, kuma da zarar ya same shi, ba zai yi
sha'awar wani ba kuma ba zai taɓa musanya shi da wani abu
.ba: farin ciki na rai, yana zaune a cikin zurfin zurfin kansa

* **

Duniya ta girgiza kuma ta wargaje a tsawon tarihi A
cikin yaƙi, duniya ta zama wurin wahala da radadi ga
miliyoyin mutane farin ciki na gaske da ɗorewa yana cikin
fuskantar kasancewar Allah, kuma babu wani farin ciki ko
.riba mafi girma fiye da samun wannan farin ciki

* **

Me yasa mutane ke yin abubuwan da ba sa jin daɗi da

?kuma yawan damuwa

Amsar ita ce "dabi'a," wadda ita ce muhimmiyar ma'ana
a cikin kaddarar ɗan adam Mutane da yawa suna ci gaba da
yin ayyuka masu cutarwa duk da sanin azaba da ɓarnar da

suke haifarwa, saboda kamawar karfe ta d'abi'a. Rakumi
yana cin bishiyoyi masu kaya duk da cewa yana fitar da jini
daga bakinsa. Mai neman jin dadi yana jin dadinsa duk da
cutar da suke yi wa lafiyarsa. Abin sha mai maye har ya
mutu, ba shi da masaniya game da farin cikin ruhaniya da ke
ciki, wanda ba za a iya kwatanta shi da wani jin dadi ba. Mai
kwadayi yana lalata farin cikinsa ta hanyar bin abin duniya
ba tare da bata lokaci ba, ba tare da sanin cewa idan ya yi
tunani na dan lokaci ba, zai sami farin ciki wanda zinariya ba
.za ta iya saya ba

* **

A cikin haskenka mai tsarki zan kasance a farke har
abada, ina jin dadin ganin fuskarka mai albarka har abada
Na nemi soyayya ta hanyar motsin rai na dan lokaci,
kuma bayan na yi yawo a cikin hamadar kaunar dan adam
.mai iyaka, daga karshe na sami wurin zama na kaunar Allah

Tunani na Ruhaniya

Ga malami mai hikima Paramhansa Yogananda

Allah shine ma'ajiyar hikimar Allah, wacce fadinta ba shi
da iyaka kuma abubuwan da ke cikinta ba su karewa, kuma
rayukan dan adam su ne hanyoyin da hikimar take gudana
.ta cikinsu

Akwai hanyoyi masu fadi, budewa da kuma kunkuntar,
masu tsatsa. Girman hanyar, girmanta da yalwar alherin
.Allah yana gudana

* **

Jin zafi yana da darussa masu amfani ga masu hankali
da masu son koyo, amma jin zafi yana komawa ga azzalumi
ga masu gunaguni da rashin jin dadi
Ciwo zai iya koya mana kusan komai. Darussansa suna
karfafa mu mu habaka fahimta, kame kai, ware kai, d'abi'a,
.da kuma kara wayar da kan jama'a
Misali, ciwon ciki yana gaya mana kada mu ci abinci mai
yawa kuma mu yi taka tsantsan game da abin da muke ci

Bakin cikin da asarar dukiya ko kaunatatun mutane ke
haifarwa yana tunatar da mu yanayin ɗan lokaci na duk
abubuwan da ke cikin wannan duniyar ruɗani
Sakamakon ayyukan da ba daidai ba yana motsa mu mu
bambanta tsakanin nagarta da mugunta
Amma me yasa mutane ba sa koyi daga hikima? To ba
za su mika kansu ga horo mai raɗaɗi da rashin amfani daga
!azzalumin azaba ba

* **

Ya Allahna abin kaunata
Kana nan a kowace kusurwa ta duniya
Tana buya a cikin zuciyar furanni da wardi
Tana kallona daga taga wata
Daga bayan labulen yanayi
Kuma ruhohin sun boye daga gare ni
Kada ka yi watsi da ni ko da kuwa da kyaftawar ido ɗaya
ne

* **

Mutane suna tunanin cewa son kai yana nufin hana
kanka, amma wannan ba gaskiya bane gaba ɗaya Na bar
.kananan sha'awar samun babbar taska da ke wanzuwa

* **

A cikin neman farin ciki da yake yi akai-akai - ta hanyar
da ba ta dace ba ko kuma ta hanyar adalci - mutum a zahiri
yana neman farin ciki na ruhaniya
Akwai nau'ikan farin ciki guda biyu: farin ciki na karya
da farin ciki na gaske
Farin ciki na karya yana biyo bayan baƙin ciki da azaba,
yayin da ƙarshen farin ciki na gaske koyaushen farin ciki ne,
koda kuwa farkonsa baƙin ciki ne ko kuma mai ban tausayi
Allah shine farin ciki na dindindin, kuma idan mai nema
ya same shi, zai sami wani abu da yake nema kuma yake
nema ba tare da tsayawa ba, koda bayan cimma waɗannan
sha'awar da yake tsammanin za su kawo masa farin ciki

A cikin wannan farin ciki mai sabuntawa koyaushe, mai
nema zai sami duk farin cikin da yake nema a cikin duk wasu
abubuwa
* **

Gobe ta yau ce ke kaddara, don haka zan yi nazarin
rayuwata in fahimci menene, sannan in tsara hanyoyin da
 ,zan mayar da ita yadda ya kamata ta kasance
A yau zan gina ruhin himma, domin wanda ya dauki
himma kamar wani babban tauraro ne, yana kirkirar wani
 .abu daga babu komai
Yana sa abin da ba zai yiwu ba ya zama mai yiwuwa ta
 hanyar ikon babban ruhin kirkire-kirkire
* **

Ikon Allah yana nan a cikin kowace kwayar halitta ta
jikina, a cikin kowace kwayar halitta mai rai, kowace jijiya,
 .da kuma a cikin kwakwalwa da kyallen takarda
Ina lafiya domin wannan ikon mai albarka yana ratsa
 kowane sashe na jikina
* **

Duk wanda zai iya kiyaye zaman lafiyarsa da kuma
gudanar da ayyukansa cikin natsuwa ya hada kansa da ruhun
 duniya wanda salamarsa ta cika wanzuwa
Komai irin mawuyacin halin rayuwa da za su iya faruwa,
kuma komai wahalar da za su fuskanta, yanayin tunanin ya
kamata ya nuna natsuwa kuma hankali ya kamata ya kula
 .da daidaitonsa
Babu wani mummunan gazawa da ya kamata ya girgiza
tushen rai, kuma bai kamata nasara mai kyau ta sa shi ya
 zama mai farin ciki ba
Duk wanda ya nuna natsuwa da kwanciyar hankali - da
 gaske, ba kamar mutum ba - ya isa gaɓar natsuwa da
kwanciyar hankali ta gaske wadda tasirin waje ba zai iya
 .dame ta ba

Duk wanda ke son canzawa zuwa mafi kyau dole ne ya
kirkiri kakkarfan niyya, shiru, da natsuwa kuma kada ya yi
.watsi da kyawawan shawarwari
Abin sha'awa ne a yi tunani game da Allah yayin aiki
kuma a sanya wannan aikin ya zama wani bangare na
rayuwar yau da kullun

* **

Wasu daga cikin waɗanda ke sha'awar koyo suna tafiya
a kan hanya na ɗan gajeren lokaci, sannan su rasa
sha'awarsu, su canza alkibla, sannan su manta da shawarar
.da suka yanke

Wasu kuma suna yin iya kokarinsu don ci gaba da
tafiyar, duk da cewa a wasu lokutan suna miƙa wuya ga
tsofaffin halaye, amma duk da haka suna ci gaba da tafiya
da kokari, don haka halayensu suna kara kyau, kuma suna
zama masu karfi, lafiya, da kuzari yayin da kwanaki ke
.shudewa

* **

Tunani mai kyau yana haifar da ganin ikon allahntaka da
ba a gani wanda zai iya faɗaɗa kananan hanyoyin ilimi da
fahimtar ji mai iyaka, da kuma haskaka mafi kyawun alheri,
da kuma buɗe babban taga mai faɗi mara iyaka wanda za a
iya ganin kasancewar allahntaka cikin dukkan ɗaukakarsa da
.yalwar allahntaka a ko'ina

Natsuwa ita ce abin da duniya gaba ɗaya ke bukata,
musamman waɗanda ke tafiya a kan hanyar tunani kuma
.suna son isa ga manyan wurare na ruhaniya
Kokarin ruhaniya da ake yi a hankali da lumana yawanci
yana da tasiri da kuma amfani, domin idan motsin jiki ya
daina, tunani yana aiki kuma kuzarin ruhaniya yana farkawa

* **

Bai kamata mu ji karaya ko takaici game da
kurakuranmu ba, a'a ya kamata mu riƙa duban kyawawan
abubuwan da muka fuskanta mu kuma koya daga gare su.

Duk abin da ya faru, ya kamata mu koma ga Allah don
.neman taimako da jagora

* **

Wani sabon almajiri ya yi tunanin zai iya fahimtar
koyarwar ruhaniya ta hanyar nazarin ka'idoji shi kadai, kuma
kari ga haka, yana da sha'awar koyar da wasu, don haka
:malamin Paramhansa ya ce masa
Sanin ruhaniya ba dasawa daga waje ba ne (kamar"
"shuka) amma ci gaba da ci gaba daga ciki ne

* **

Malam Paramhansa Yogananda ne ya yi wa dalibansa
wannan sako a watan Janairun 1944 yayin da yake rubuta
littafinsa, Tarihin Rayuwar Yogi , wanda aka fassara zuwa
harsuna 35 kuma har yanzu ana bugawa kuma ana
shahararsa tun bayan fitowarsa kimanin shekaru 70 da suka
.gabata

:Abokaina kaunatattu

Yancin zaɓi ya kunshi dukkan nau'ikan buri, sha'awa,'
niyya, da kuma nufinsa. Duk da haka, dole ne a bambanta
.tsakanin ainihin 'yancin zaɓi da kananan bayyanarsa
Kokarinmu, karfinmu, da dukkan ayyukanmu na zahiri,
ɗabi'a, da na ruhaniya suna farawa kuma suna aiki akai-akai
ta hanyar karfin niyya

Karfin nufin ya kunshi zagayowar ci gaba na kuduri mai
karfi da ayyuka da suka mayar da hankali kan sha'awa, har
.sai ta kai ga isasshen karfi don cimma sakamakon da ake so
Na koyi darasi mai kyau daga littafin da nake rubutawa,
kamar yadda na saba rubutawa ba tare da na sake duba
abin da na rubuta ba, amma dole ne in sake duba kowane
sakin layi na tarihin rayuwata kuma na ji daɗin komawa ga
wadannan gwaje-gwaje masu ban mamaki yayin da nake
sake duba littafin

Na yi abubuwa da yawa a wannan rayuwa tawa, na yi
lacca, na gina gine-gine, kuma na yi fenti, kuma sirrin
.nasarar da na samu koyausha shine karfin zuciya

Duk abin da na yi kofarin yi da kofin hali an cimma shi,
kuma ina tabbatar maka cewa idan ka kudura niyyar yin
.wani abu, za a cimma shi da taimakon Allah
Ya kamata mu raba farin cikin Allah da wasu. Babu wani
abu mafi ban mamaki fiye da yin magana daga zuciya game
.da Allah

Idan za ka iya shawo kan wani cewa hanyar zunubi tana
kaiwa ga kwarin mutuwa kuma cewa hanyar tunani da bin
dokokin Allah suna kaiwa ga rai madawwami, da ka wadatar
.da rayuwarsa fiye da yadda ka ba shi dala miliyan daya
Kudi yana wucewa, amma sanin Allah yana tare da mu
kuma yana tare da mu zuwa duniya mai zuwa. Saboda haka,
ina jin dadi sosai duk lokacin da na ga wani yana kofari
.kuma yana yin iya kofarinsa don sanin Allah
Ko da yake ina tsara abubuwa da yawa a duniya kuma
ina yin su ne don faranta wa Allah rai Ko da a tsakiyar aiki da
kuma wahalar bukatsu, sai na yi rada, "Ina kake, Ubangiji?"
sai duniya duka ta canza kuma na ga babban haske
Ni karamin kumfa ne a cikin wannan teku mai haske,
!kuma abin farin ciki ne kwari

* **

Bai kamata mu ajiye tunaninmu a kan abubuwa masu
ban tausayi da ban tsoro a wannan rayuwa ba. Hikima tana
bukatar mu mayar da tunaninmu da jiye-jiyenmu zuwa ga
ikon allahntaka na har abada wanda ba ya canzawa ko
.canzawa

Kada ka dauki kanka a matsayin mai rauni da rauni,
domin kwakwalwarka tana adana kuzari mai yawa da zai iya
samar da wutar lantarki ga babban birni na tsawon kwana
!biyu, amma duk da haka kana cewa ka gaji
Idan ka yi kofarin cimma nasara, yi amfani da kowace
dama da ke akwai ba tare da ka tara wa wasu ba
Wata rana ina tafiya a kan titi a Boston kuma gefen titi
da aka tsara wa masu tafiya a kasa da nake tafiya a kai ya
cika da masu tafiya a kasa kuma kusan dukkansu suna

gabana, don haka yana da wuya in wuce kowa. Duk da haka,
na yanke shawara a tsakanina cewa zan kasance a gaban
.taron jama'a ba tare da na tura kowa ba
Na fara neman damammaki da neman gihin da ke
tsakanin masu tafiya a kasa, wanda na yi amfani da shi har
sai da na cimma abin da nake so kuma na zama na farko a
.cikin taron jama'a ba tare da cunkoso kowa ba
Sai na ce, "Babu matsala, yanzu za su iya gaba da ni
"bayan na cimma abin da na yi niyya

* **

Allah ya bamu lafiya, arziki, hikima, da kuma farin ciki
na har abada
Idan muka haɗu da Shi, rayuwarmu za ta zama cikakke,
kuma ba tare da Shi ba, rayuwa za ta kasance ba ta cika ba
Bari mu mai da hankali ga wannan ikon allahntaka mai
iko duka wanda ke ba mu rai, iyawa, da hikima
Bari mu yi addu'a cewa wannan babbar gaskiya ta
kwarara cikin rayuwarmu
Kuma domin wannan ikon madawwami ya gudana ta
cikin jikinmu
Kuma domin farin ciki mara katsewa ya zo zukanmu

* **

A bayan duhun idanu masu rufewa akwai rundunonin
ban mamaki na duniya, dukkan rayuka masu albarka, da
.kuma wanzuwar har abada wadda ba ta da iyaka ko karshe
Ta hanyar tunani muna sanin gaskiya ta gaskiya kuma
muna shaida ayyukanta na boye a rayuwarmu da kuma cikin
.dukkann abubuwan al'ajabi na halitta
Idan almajiri ya ga ba ya samun ci gaba kamar yadda
yake so, ya kamata ya tsaya tare da kansa, ya binciki
.tunaninsa, sannan ya gano cikas da ke gabansa
Sau da yawa, dalilin shine rashin kokari na gaske da
kuma tunanin da ba ya ɗauke hankali. Sau da yawa, cikas
ɗin suna fitowa ne daga halaye masu zurfi waɗanda dole ne

a cire su daga lambun rayuwa domin tushen farin ciki ya
.girma ya kuma bunkasa a cikin kasan rai
Kada ka yi gaggawar yin manyan abubuwa kawai
saboda kana son haɓaka karfin zuciyarka
Domin samun nasara, dole ne ka fara gwada karfin
zuciyarka da wasu kananan abubuwa da ka yi tunanin ba za
.ka iya yi ba. Idan ka yi kofari, nasara za ta zama taka
Har yanzu ina tuna duk burin da abokaina da wasu suka
gaya mini ba zan taɓa iya cimmawa ba, duk da haka na
cimma su

Wadannan mutane masu "kyakkyawan niyya" na iya
haifar da babbar illa ga ra'ayoyinsu; Allah ya kare mu daga
.gare su da shawarwarinsu
Abota yana da tasiri mafi girma ga karfin niyya. Zuwa
wurin liyafa masu hayaniya maimakon yin bimbini a cikin
wurin natsuwa yana kazantar da hankali da kurar girgizar
.duniya mai yawa har yana da wuya a kawar da su
Babu makawa sai tasirin abokan hulfarsa ya karfafa ko
.ya raunana nufin mutum

Gina karfin hali ta hanyar kofarin kai kadai yana da
matuƙar wahala. Kuna buƙatar kyakkyawan misali don yin
koyi da shi. Idan kuna son zama mai zane, ku zauna a
kewaye da kyawawan zane-zane kuma ku yi mu'amala da
masu zane. Idan kuna son zama mutum mai ruhaniya, ku yi
.abota da mutane masu ruhaniya masu halaye masu kyau

* **

Mutum mafi girma wanda ya san yadda zai faɗaɗa
saninsa da kuma canza shi zuwa cikakkiyar cikakkiya mara
iyaka zai iya fahimtar halitta a matsayin mafarkin sararin
samaniya, kamar yadda zai iya cewa da wani ilimi cewa abu
ba ya wanzuwa

Ta hanyar dogayen mataƙai na horon kai da kuma bin
hanyar tunani ko wasu hanyoyin fahimtar ruhaniya kamar
soyayya, hidima, son kai, da kuma nisantar son kai, mai

neman Allah da gaske yana wargaza abubuwa biyu kuma ya
.fahimci hadin kai na har abada na rayuwa

* **

Soyayya ba kawai motsin rai ba ce; ainihin abu ne kuma
idan aka shirya ta da gangan, tana samun hanyarta—ba tare
.da kuskure ba—zuwa ga burinta

Soyayya kuma babban iko ce Mai nemanta yana iya
kofarin hanyoyi da yawa don neman Allah, amma ba zai
same shi ba sai ya bayyana babban burinsa da kuma babban
.burinsa

* **

Mutum yana zama abin da hankalinsa ya shawo kansa
ya zama. Idan nufinka yana da karfi, za ka yi nasara a yakin
.rayuwa

Da zarar hankali ya mayar da hankalinsa ga abubuwa na
ɗan lokaci, haka nan karfinsa zai yi rauni, kuma da zarar ya
tabbatar da yanayin ruhaniya na ruhi, haka nan zai zama na
.ruhaniya kuma ana sabunta ikonsa

* **

Duniya za ta ci gaba da hawa da sauka da sauyi, to ina
za mu juya don neman jagora da jagora? Ba ga ra'ayoyinmu
na son zuciya da son zuciya ba, amma ga muryar gaskiya da
.jagora a cikinmu

* **

Abubuwa da tunani, sararin samaniya tare da taurari da
duniyoyi, rakuman ruwa masu yawa a saman, rakuman ruwa
masu haske na halitta, ikon ɗan adam na ji, nufi da sani,
rayuwa da mutuwa, dare da rana, lafiya da rashin lafiya,
nasara da gazawa, abubuwa ne na gaskiya bisa ga dokar
dangantaka da ke jagorantar wannan mafarkin sararin
.samaniya

Duk abubuwan da suka bambanta da dokar dangantaka
ta fahimta gaskiya ne ga mai mafarkin ɗan adam wanda ke
taka karamin rawar da ya taka a cikin babban mafarkin
sararin samaniya

Domin mutum ya kubuta daga kamannin ruɗu - dokar
alaka - dole ne ya farka daga mafarkin zuwa farkawa ta har
abada

Ba za mu iya canza mafarkin ta hanyar tunani ko kuma
ta hanyar musanta wanzuwarsa ba, ko kuma ta hanyar
karɓar "rai" amma ta ki "mutuwa," ko kuma ta hanyar
amincewa da lafiya amma ta yi watsi da rashin lafiya
Kowace akwati muhimmin ɓangare ne na akasin ta,
kamar ɓangarorin biyu na yadi ɗaya
Abubuwa biyu ɓangarori ne guda biyu na tsabar kuɗi
ɗaya, kuma mai neman gaskiya ba ya kɔkarin raba su a cikin
.tunaninsa, sai dai ya fi su girma da hikima da wani ilimi

* **

Kaunar Allah tana ɗaukaka mu kuma tana faɗaɗa
fahimtarmu Ba zan iya tunanin kaina a matsayin wanda aka
takaice a cikin wannan jiki kaɗai ba, domin ina jin cewa ina
.cikin dukkan jiki

Kamar yadda nake jin sanina a kowane sashe na jikina,
haka nake jin cewa ku duka wani ɓangare ne na jikina, kuma
ina jin cewa dukkan halittu masu rai suna cikin jikina na
.sararin samaniya, kuma ina jin motsin kowa
Wannan ba fahimta ko tunani ba ne, amma sanin kai.
Wannan sani ya fi musayar tunani; sanin yadda kowa ke ji
.ne, kuma ana kiran wannan yanayi da sanin duniya
Lokacin da wannan sanin ya bayyana a cikinka, sanin
"kai" zai ɓace, kuma kana jin cewa dukkan halittu suna cikin
.rayuwa ɗaya ta allahntaka

* **

Wannan duniyar abin mamaki ce, domin duk abin da ke
cikinta yana iya canzawa da sauyi, kuma saboda wannan
dalili, bai kamata mutum ya sanya jirgin farin cikinsa a bakin
tekun wannan duniyar ba
Ko kana shan wahala a wannan rayuwar ko kuma kana
jin daɗin wadata da iko, dole ne hankalinka ya kasance ba

canzawa Idan za ka iya cimma daidaiton tunani, babu abin
da zai iya cutar da kai

Rayuwar dukkan manyan mutane ta nuna cewa sun
cimma wannan yanayi mai albarka. Waɗanda suka dage kan
samun farin ciki a duniya za su sami matsaloli da yawa da ke
jiransu, domin mafarkai masu ban tsoro galibi suna tare da
.kyawawan mafarkai
Idan ka ɗauki mafarkin a matsayin mafarki kawai, babu
shi, ko yana da daɗi ko ban tsoro, za ka ji daɗin kwanciyar
hankali, kuma idan ka fahimci cewa wannan rayuwa ma
.mafarki ce, za ka 'yantu daga mafarkan da ke cikinta

* **

Ya kamata mutum ya yi farin ciki domin zai iya tashi
sama da abubuwa marasa muhimmanci da kuma munanan
abubuwa na rayuwa, kuma domin zai iya - da tunani mai
kyau - kirƙirar yanayi mai kyau wanda ke jawo hankalin
abubuwan nasara

Mummunan yanayi da rashin tabbas yana kama da
ciwon daji da ke cin nama a rai, kuma waɗanda ke fama da
baƙin ciki ba za su iya kawar da matsalolinsu ba
Amma ana iya shawo kan munanan halaye da matsaloli
ta hanyar tunani mai natsuwa da hankali. Idan wani mai
wata mummunar dabi'a ya bayyana hakan, yana yarda cewa
.ya gaza

* **

Ya Ubangiji, na kwatanta jarabawar duniya da kaunarka
ta allahntaka kuma na ga kaunarka ta fi ƙarfi fiye da kowace
jaraba ko ruɗi

* **

Kamar yadda mai ke sa wuta ta yi haske, haka nan fushi
ke ci gaba da haifar da fushi kuma yana ƙara ta'azzara shi,
kuma rashin kunya yana ƙarfafa wasu su ci gaba da
mummunan halinsu kuma yana sa su zama masu taurin kai
da taurin kai

Mutum mai natsuwa da tawali'u yana shawo kan fushi
da natsuwa, yana kwantar da hankalin guguwar rashin jituwa
ta hanyar yin shiru, kuma yana kawar da rashin jituwa da
rikici ta hanyar kalmomi masu dadi da taushi da kuma
.la'akari da yadda wasu ke ji

* **

:Malam Paramahansa ya ce game da gaskiya
Yana wanzuwa ko da babu wanda ya yarda da shi,"
"yayin da ra'ayoyi da kalmomi ke buƙatar tallafawa ka'idoji

* **

Soyayya ya kamata ta zama shugabar duniya

* **

Zuwa gare ki ina zuwa da waƙoƙin farin ciki na
Kuma na kawo muku taskoki daga taskar raina
Kuma a cikin zurfin zuciyata, ina tattara muku sinadarin
sha'awar allahntaka

Na gaji da kishirwa a cikin hamadar begen karya
Amma yanzu sha'awata ta kare har abada
Domin yana fitowa daga maɓuɓɓugan ruwanka masu

yawa

Rawanin turarenka mai tsarki yana kwarara zuwa gare

ni

Kyandir dina na farin ciki yana haskakawa da hasken

farin cikinki

Kusan na mutu a tsakiyar kawayen duniya

Kuma yanzu na gaji da rakuman ruhunka

Kai, da a ce zan iya nutsewa a cikin teku mai tsarki naka

in rayu har abada

* **

Hasken rana na tunani yana dauke da hasken ultraviolet

wanda ke kawar da dukkan kwayoyin cuta na tunani. Kada
ku toshe waɗannan hasken da shingen gilashi mai kunkuntar

.hangen nesa

* **

Bai kamata a sami rabuwar kai a cikin gidan Allah ba

* **

Kaunarmu ga wasu tana yiwuwa ne ta hanyar karfin jin
kauna da muke samu daga hannunka mai karimci, Ya
Ubangiji

To, ka ba mu kwarin gwiwa mu ba ka cikakkiyar kauna
!da kuma sha'awarmu mai zafi

Ka bamu uba da uwaye, 'yan'uwa maza da mata, 'ya'ya
maza da mata, 'yan'uwa maza, da kuma abokin rayuwa
Yara da abokai, watakila za mu iya koyon yadda ake
kaunarku da maganganu daban-daban da bambance-
bambancen halitta masu sauƙi ga kowane irin alaƙar ɗan
adam

Ya Mai kauna har abada, Ya Mafi ɗaukaka kusa! Ka koya
mini in saƙa furanni na dukkan furannin kaunar ɗan adam
kuma in sanya shi a matsayin hadaya a cikin haikalinka mai
.albarka

Amma idan, saboda yawan biyayyata, ba zan iya ba ku
cikakken furen ba, zan ɗauki fure ɗaya, mafi kyau da sabo,
in ajiye shi a kafafunku, ina fatan za ku karbe shi daga gare
!ni

* **

Kamannin jiki, musamman idanu, suna bayyana yadda
mutum yake a baya. Zuciyar ciki tana da tasiri sosai a kan
.siffar waje

Idanun mutum su ne mafi mahimmancin siffar jikinsa,
kuma ya kamata mutum ya yi kokari ya sa idanunsa su yi
?kyau. Ta yaya za a iya yin hakan

Idanunmu suna bayyana yanayin zuciyyarmu a sarari,
kuma hanya ɗaya ta kawata kamannin idanu da bayyanarsu
.ita ce ta hanyar gina kyawawan tunani da ji na ciki
Wasu idanu suna da mugunta sosai, wasu kuma suna
nuna mugunta ko son kai

Komai kyawun kalamun mutum da kuma yadda
ayyukansu suke da ban mamaki, za ka iya sanin ainihin

yanayinsa ta hanyar kallon idanunsa, domin ba zai iya
.boyewa a bayan wadannan tagogi biyu da aka buɗe ba
Saboda haka, ya kamata mutum ya yi tunanin
kyawawan tunani da kirkire-kirkire. Kuma saboda an halicce
.su cikin siffar Allah, ba su da ikon bata rayuwarsu ta ciki
Ya kamata a gina kyawawan idanu waɗanda ke nuna
zaman lafiya, kwanciyar hankali, da kuma kauna ta gaskiya
ta hanyar haɓaka natsuwa, kauna, da zaman lafiya
Ta wannan hanyar ce kawai za a iya samun karfin
maganadisu na ruhaniya wanda ya fi karfin duk wani
.kuntatawa da kuntatawa na bayyanar jiki

* **

Idan muka yanke shawara mai karfi, bayan mun yi
nazari sosai kan wata matsala da kuma gano fa'idodi da
rashin amfani da ke tattare da wannan batu, kuma idan
muka kunna nufinmu, za mu iya yin canje-canje da yawa a
rayuwarmu waɗanda za su iya zama kamar ba za a iya
.canzawa ba

Yancin zaɓi yana wanzuwa, kuma idan ba haka ba,'
babu wanda zai iya tserewa daga tasirin muhalli na ciki da
na waje, za a takaita ci gaba, za a rage iyakokin ayyukan
kirkira, kuma ba zai yiwu mutum ya ci gaba da tashi sama
.da matakin farko ba

Manufar sabbin tsarin zamantakewa da ra'ayoyin ci
gaba da suka shafi aikin cibiyoyi masu zaman kansu,
hanyoyin da ake amfani da su a cikin ci gaban binciken
kimiyya, fannoni daban-daban na bincike da nazari, da
ayyukan adabi masu kirkira, duk suna tabbatar da ikon ɗan
adam na yin amfani da 'yancin zaɓi a kowane fanni tare da
.taimakon Allah da ikon nufi

* **

Magana mai ladabi da kuma 'yancin yin fushi da kiyayya
yana sa mutum ya kame kansa kuma ya girmama shi a
gidansa. Wannan ya haɗa da yin mu'amala cikin hikima da

hankali game da rikice-rikicen iyali ko kwantar da hankalin
.wasu da kalmomi masu dadi
Alamar nasara ce har ma da jarumtaka, har ma a cewar
abokan hamayya da kansu
* **

Fahimta ita ce taska mafi daraja ta rayuwa. Hanya ce ta
ciki, fahimta mai fahimta wadda za mu iya sanin gaskiya
game da kanmu da wasu da kuma yadda za mu magance
duk wani yanayi da ya taso mana, kamar yadda take
taimaka mana mu daidaita halayenmu da ayyukanmu kamar
.yadda ake bukata

A wannan duniyar, fahimtarmu sau da yawa tana da
iyaka, kuma idan hangen nesanmu ya yi duhu, ba zai yiwu a
.hango abubuwa da kuma sanin sakamakonsu ba
Domin ba mu iya hango sakamakon ayyukanmu ba, sau
da yawa muna yanke shawara mara kyau

Domin mu zauna lafiya a wannan duniyar, dole ne mu
san yanayin muhallinmu da kewayenmu sosai, kuma mu san
.inda muke tafiya

Dole ne mu mallaki wannan fahimta ta ciki wadda ke
gaya mana yadda rayuwarmu ta gaba za ta kasance bisa ga
ayyukanmu na yanzu
* **

Dole ne a yi noma da garma mai fahimta daidai domin
kasarta busasshiya ce kuma mai tsauri, kuma dole ne a jika
kasarta da kyakkyawan fata da buɗaɗɗiya, kuma dole ne a
dasa iri na imani a ciki kuma a shayar da iri da ruwan
.kyawawan nufin daidai da nufin Allah
* **

Daya daga cikin almajiran ya tambayi malami
Paramahansa game da addu'ar da za ta kawo masa
:kaunataccen allahntaka cikin sauri, sai malamin ya ce
Allah yana son addu'a kawai ta boye a cikin ma'adinan"
"zuciyarka
* **

Wa ya bamu ikon kauna? Allah
?To, wa ya fi cancantar kaunarmu fiye da komai
Babu soyayya ta gaskiya ba tare da Allah ba domin
Allah kauna ne
* **

Bai kamata mu manta cewa Allah ne mai ba mu abinci
ba kuma ba a auna wadata ta gaskiya da abin da muke da
shi ba, sai dai ta abin da za mu iya cimmawa ta hanyar
.himma

Farin ciki yana buƙatar yin ƙoƙari don rage sha'awa da
haɓaka ikon biyan buƙatu masu mahimmanci, da kuma
kasancewa da kyakkyawan fata cewa yanayi zai inganta da
taimakon Allah duk da dukkan cikas da cikas, komai wahalar
.da suke fuskanta
* **

Muryar hikima tana magana da dukkan zukata masu
kyau waɗanda suka dace da manyan girgizar ruhaniya,
kuma tana yawo a sararin sama don neman ra'ayoyi masu
jituwa waɗanda ke neman zaman lafiya, kauna, da ilimi mai
.ɗaukaka
* **

Zukatanmu su ne duwatsu, kuma soyayya ita ce igiyar
addu'ar allahntaka wadda ke haɗa zukatanmu wuri ɗaya
* **

Kada ka bari kayanka su mallake ka
* **

Har yanzu ina tuna da ɗalibai da yawa da suka zo wurin
malamina suka bar shi daga baya saboda ba su da fahimtar
da ta dace

Na ce wa kaina, "Mutane da yawa za su iya zuwa,
mutane da yawa kuma za su iya tafiya, amma zan ci gaba da
"dagewa har zuwa ƙarshe
Malamina mutum ne mai taurin kai da ladabi, kuma
mutane da yawa ba za su iya jure hasken hikimarsa mai ban

mamaki ba suka bar gidan sufi, amma na ce masa wata
:rana

Akwai wanda ba zai taɓa barinka ba, kuma wannan"

"mutumin shine ni

Ina farin ciki da na cika alkawari domin ja-gorarsa ta
ruhaniya ta buɗe min idanu ta kuma haskaka hankalina da
hasken Allah

* **

Ka tuna cewa jin daɗin Allah shine mafi girma a cikin
komai. Idan duk duniya ta gamsu da kai, amma ba ka da
yardar Allah, kai kamar wanda ke kama iska ko kuma yana
hura toka ne. Amma idan duk duniya tana fushi da kai ko
kuma a kanka, duk da haka kana da yardar Allah, to kai ne
.ke da iko kuma mai farin ciki a cikin komai

* **

Rayuwarmu ta dogara ne kacokan ga Allah, kuma idan
muka juya gare Shi muka dogara ga taimakonSa, Zai nuna
mana hanya kuma Ya shirya da mu zuwa ga hanya
madaidaiciya don magance matsalolinmu da kuma kawar da
.matsalolinmu

* **

Mai sassaka Allah

Bari kowace bugun zuciyata ta kasance
Sabuwar kalma a cikin waƙar "Soyayyata ta Har Abada a

"Gare Ku

Kuma bari a isar da kowace irin murya da lebena ke
furtawa

Girgiza mai albarka daga muryarka mai tsarki

Bari kowane tunanina ya cika da farin cikin

kasancewarka

Bari nufina ya kasance mai karfi da karfin ikonka na

allahntaka

Ka kawata dukkan tunani na, maganganu, da burina da

rahamarKa

Ya mafi tsarkin mai sassaka allahntaka

Siffanta rayuwata yadda ka ga ya dace
Dangane da kirar ku ta musamman

* **

Allah yana amsa mana idan muka yi kokari, sannan za
mu fahimci cewa yana wanzuwa da gaske, yana jin
addu'o'inmu, kuma yana biyan bukatunmu. Waɗanda suke
tunani game da shi akai-akai kuma suna yin bimbini a kansa
za su ji kasancewarsa mai tsarki kuma su ga haskensai mai
.albarka

Duk wanda yake da sha'awa ta gaskiya da kuma kuduri
mai karfi ba makawa zai cimma burinsa ba tare da la'akari
da kurakuran da suka gabata ba, amma ci gaba da
waɗannan kurakuran babban zunubi ne ga kansa, domin duk
.wanda ya yi kuskure ya hana kansa farin ciki na gaske
Mutum yana da ikon cutar da kansa ko amfanar da shi,
kuma zaɓin nasa ne ya nisantar da tururuwan jahilci daga
.gare shi don kada su ciji shi su jawo masa damuwa
Idan mutum ba ya son ya yi farin ciki, babu wanda zai
iya faranta masa rai, kuma bai kamata ya dora wa Allah laifi
.kan rashin jin dadinsa ba

Da Allah bai ba mu 'yancin amfani da nufinmu ba, da ya
kasance mai alhakin wahalarmu, amma ya ba mu wannan
'yancin, kuma mu ne muke tsara rayuwarmu kamar yadda
.muka zaba

* **

:Ma'anar zurfi ta natsuwa
Idan almajiri ya bi dodanni na tsoro, rashin lafiya, da
sauran matsaloli, sai ya nemi mafaka ta natsuwa a cikin
.kansa

Mutumun da ya farka a ruhaniya yana rayuwa dare da
rana a cikin sansanin natsuwa wanda ba ya fuskantar
damuwa da baƙin ciki, kuma abubuwan ban tsoro na duniya
ba za su iya karya shi ba
Waɗanda suka shiga wurin zaman shiru za su iya yin
magana da wasu rayuka waɗanda ke kaunar Allah, kamar

yadda za su iya fahimtar yaren wardi da dukkan halittu masu
.rai

Da zurfin nutsuwar almajirin, haka nan farin cikinsa ke
karuwa

Farin cikin da ke boye a bayan tagogi na tunani, wanda
ke buƙatar a bincika kuma a gano shi a cikin zurfin shiru,
.babban farin ciki ne wanda ke kin bayyanawa
* **

Ina kallon wayewa a matsayin lambu inda nake ganin
.dukkannau'ikan halayen ɗan adam suna tsiro da fure
Kamar zuma, hankalina yana neman furanni masu
kyawawan halaye

Zuma tana zuwa ne kawai ga furanni wadanda daga
.cikinsu za ta iya girbe mafi kyawun nau'in zuma
Hakazalika, ya kamata mu yi koyi da kudan zuma,
wadda ke shan ruwan tsami mafi dadi kawai. Wannan yana
nufin ya kamata mu yi kokarin shan kyawawan halaye da
.kyawawan halaye da muke gani a wasu
Allah shine zuma mai albarka wadda ke gudana cikin
rayuka masu karɓa kuma tana cika su da alheri da zaƙi
* **

Duk wanda ke son faɗaɗa fahimtarsa dole ne ya tashi
sama da sanin mazhaba, launin fata, launin fata, da kuma
makauniyar tsattsauran ra'ayi, sannan ya yi amfani da
kamun kai, ya zama mai kirki da abokantaka, kuma ya
kasance mai matsakaicin ra'ayi a abinci, abin sha, da sauran
.abubuwan jin dadi

Ya kamata ya yi abubuwan da lamirinsa ya amince da
su kuma suke kawo masa kwanciyar hankali, ya fadi gaskiya,
kada ya yi sata, kada ya yaudari wasu, kada ya shagaltu da
jin dadin da ke cutar da lafiya da kuma bata kuzari, sannan
ya nisanci tsoro, fushi, kwadayi, hassada, da kuma
.abubuwan da ke tayar da hankali
Kuma ya kamata ya horar da kansa don jure zafi, sanyi,
da sauran wahalhalu ba tare da ya damu ba, kuma ya

kamata ya karfafa dogaro da Allah, babban mafaka daga
.dukkar tsoro da mugunta

* **

Dangantakar da ke tsakanin ni da malamina ta kasance
cikakke kuma mai ban mamaki Dangantakar da ke tsakanin
jagoran ruhaniya da almajiri ita ce soyayya a mafi girman
ma'anarta

Na taɓa barin rayuwar sufaye ina tunanin zan iya neman
Allah cikin nasara a cikin Himalayas, amma na yi kuskure
.kuma na ji hakan da zarar na tafi
Bayan kwanaki kaɗan da dawowa, malamina ya yi min
kamar ban taɓa barinsa ba. Maimakon ya tsawata mini, sai
ya gaishe ni kamar yadda ya saba, ya ce a hankali, "Bari mu
".ga abin da za mu iya shirya wa abincin safe
Sai na ce masa, "Amma ba ka yi fushi da ni ba, yallaɓai,
"?saboda tafiyar da na yi

Ya amsa: "Ba shakka a'a, ban tsammanin komai daga
wasu ba, don haka burinsu ba zai iya karo da nawa ba. Ba
zan yi amfani da kai don amfanin kanka ba, kuma babu abin
".da ya fi faranta mini rai fiye da farin cikinka

!A karon farko, na ji cewa wani yana kaunata da gaske

Da a ce ina kula da harkokin kasuwancin mahaifina
kuma na bar aikina, da ya yi fushi da ni. Misali, lokacin da na
ki tayin aiki mai riba (a wani kamfani inda mahaifina babban
.jami'i ne), bai yi magana da ni ba tsawon kwana bakwai
Mahaifina yana kaunata da kauna ta uba ta gaskiya,
amma soyayya ce ta makauniya, domin yana tunanin kuɗi
.zai faranta mini rai, amma kuɗi zai lalata min farin ciki

Bayan wani lokaci, lokacin da na kafa makarantarmu
don ilimin haɗin gwiwa, mahaifina ya canza ra'ayinsa ya ce,
""Ina farin ciki da ba ka karɓi wannan aikin ba
Sabanin haka, halin malamina ya bambanta gaba ɗaya,
domin duk da barin gidan sufi na, kaunarsa a gare ni ba ta
.canza ba, kuma bai zarge ni ba

* **

Na daɗe ina kwance a gadon abubuwan da suka gabata,
na yanzu, da na gaba na halittarka, Ya Ubangiji, kuma ni -
ɗan har abada - na ji damuwa
Na sha wahala akai-akai, amma babu wani amfani. Duk
da haka, a karshe na yi nasara ta hanyar tsalle daga kan
gadon da shingen ruɗin ruɗi ya kewaye shi, kuma ka ɗauke
ni a hannunka ka girgiza ni zuwa ga waƙoƙin zaman lafiya na
.har abada

Ni ɗa ne na har abada - har abadarka, Ya Ubangiji
Na kwantar da kaina a kan kirjin rayuwarka gaba ɗaya
* **

Ni tsuntsu ne na aljanna: tsuntsun sama da hannuwanka
masu albarka suka kera
Ta kawata ni da kyawawan launuka da launuka masu
kyau: da taushi da gashin fuka-fukan zinariya na furen
ruhaniya

Na tashi sama cikin yanayi mai duhu da ban mamaki na
rayuwa don neman aljannar ni'ima, kuma gashin fuka-fukan
.na masu haske sun yi wa duhun baƙin ciki fenti
Zo, ya Allahna, ka wanke tsuntsun aljannarka da hasken
hikima da ruwa mai tsarki, mai daɗi na salama
* **

Akwai nau'in kwayoyin cuta da ake haifa, ta hayayyafa,
kuma ta mutu cikin sa'o'i biyu kacal
Ana iya yin wannan gwajin a cikin rabin yini ko kasa da
abin da ɗan adam ke buƙatar gwadawa a cikin dogon lokaci
.wanda zai iya kaiwa shekaru tamanin
Shekaru saba'in ko tamanin da muke rayuwa lokaci ne
kawai na wucin gadi a cikin har abada. Daga mahangar
dangi, duk abin da ya faru da mu yana faruwa ne a daidai
lokacin da yake faruwa da kwayoyin cuta da aka ambata a
sama. A kowace lokaci na dindindin na har abada, shekaru
da yawa suna wucewa bisa ga lissafin ɗan adam. Saboda
.haka, lokaci yana da matuƙar daraja da za a baƙar
* **

Bai kamata mutum ya yi abin da lamirinsa bai amince
da shi ba, kuma ya kamata ya zama shugabansa da kansa
Da zarar ya fahimci cewa su ne masu iko a kan tunaninsa,
yadda yake ji, da ayyukansa, babu abin da zai iya iko da shi
.ko ya rinjayi shi

* **

Ko da yake hankali yana da tasiri mai yawa a jiki, ba shi
da kyau a yi watsi da jiki
Ya kamata mutum ya ci abinci mai kyau, ya fi son cin
abinci mai kyau fiye da cin abinci mara kyau
Idan yanayinka ya bukaci ka zauna da mutanen da ke sa
ka cikin damuwa, yana da kyau ka canza yanayinka lokaci
zuwa lokaci. Amma mafi kyau fiye da haka shine ka canza
yanayin tunaninka don kada ayyukan wasu su dame ka.
Canza kanka, sannan za ka iya rayuwa cikin kwanciyar
.hankali da farin ciki a ko'ina

* **

Duniya gaba daya kamar mafaka ce ta tunani Wasu
mutane suna fama da kishi da hassada, wasu kuma suna
fama da fushi, kiyayya, da sha'awa. Suna fuskantar halaye
da motsin zuciyarsu. Amma za ka iya samar da zaman lafiya
.a muhallinka

* **

Motsin rai yana da tasiri mai kyau ga hankali da jiki.
Hassada da tsoro suna sa fuska ta yi fari, yayin da soyayya
.ke sa ta yi haske

* **

Idan za ka iya kwantar da hankalinka, za ka kasance
cikin farin ciki koyausha
Idan ka yanke shawarar yin canji zuwa mafi kyau, ka
tuna cewa kyakkyawan kamfani da tasirinsa masu kyau suna
da matuƙar mahimmanci kuma ba makawa don cimma
burinka

Tasirin muhalli - mai kyau ko mara kyau - ya fi karfi fiye
da nufin, don haka ku yi la'akari da hakan a cikin
mu'amalarku da hulɗarku da wasu
Binciken kai ma yana da mahimmanci don inganta kai
Idan za ka iya yin nazari da kanka da karfin hali ba tare
da tsoro ba, za ka iya jure nazarin wasu kuma sukar da suke
.yi maka ba za ta shafe ka ba

* **

Wani zai iya cewa: "Ban damu da jin daɗi ko farin ciki
ba, ina rayuwa ne don cimma wani abu don cimma nasara,
"misali

Wani kuma zai iya cewa: "Ina son yin alheri a wannan
"duniyar, ko da kuwa ina cikin azaba da wahala
Amma idan muka bincika ra'ayoyinsu, za mu ga cewa
duka biyun suna kofarin samun farin ciki Shin na farko yana
son samun nasara ba tare da farin ciki ba? Shin ɗayan yana
fatan alheri ga duniya ba tare da samun farin ciki da kansa
?ba sakamakon haka? Tabbas ba haka ba ne
Ba za su damu da azabar jiki da wahalar tunani da wasu
ke yi musu ba ko kuma wanda zai iya faruwa daga yanayi na
cimma nasara ko taimaka wa wasu, domin na farko yana
samun babban farin ciki a cikin nasara ɗayan kuma yana jin
.daɗin taimaka wa wasu duk da duk wani yanayi mai wahala
Har ma da yawancin dalilai marasa son kai da kuma
halayen ɗan adam na gaskiya sun samo asali ne daga
.sha'awar mutum don kusantar farin ciki
Amma wannan farin ciki ba na masu neman dama ba ne
da kuma masu kunkuntar tunani, a'a farin ciki ne na mutum
mai karimci da daraja mai faffadan tunani da kuma karimci
.da kuma babban rai
Saboda haka, mai son kai ba ya barin son kai ya tilasta
masa, domin ba zai yiwu a sami wannan farin ciki mai tsarki
ba sai dai idan mutumin yana da zurfin tunani da kirki, don
.haka yana neman farin ciki ga wasu da kuma kansa

Wannan ka'ida ce ta duniya baki daya wadda ba ta
canzawa ko canzawa

* **

Ba a bukatar ka san dukkan mutane da kanka kuma ka
kaunace su sosai domin ka nuna sha'awarsu da kuma yi
.musu hidima ba

Abin da ake bukata shi ne a kasance a shirye koyaushe
don bayar da sabis na abokantaka ga duk wanda ya ketare
hanyarka kuma yana bukatar wannan sabis din da gaske
Wannan yana bukatar kokari na tunani da kuma niyyar
yin hakan ba tare da yin gunaguni ba. A wata ma'anar, yana
bukatar sadaukarwa

Rana tana haskakawa daidai gwargwado akan lu'u-lu'u
da kuma wani yanki na kwal, amma lu'u-lu'u ya habaka
kuma ya habaka wasu halaye wadanda ke ba shi damar
karɓar hasken rana da kuma haskaka shi da haske da
walkiya, yayin da kwal din ba zai iya nuna irin wannan haske
.ba

Ya kamata mu zama kamar lu'u-lu'u a cikin
mu'amalarmu da mutane kuma mu nuna hasken kaunar
Allah da daukaka da tsarki

* **

A cikin wani jawabi da ya yi wa almajiransa, Malam
:Paramahansa ya ce

Ba zan iya bayyana zurfin godiyata ga kalmominki ba,
.ina bayyana yadda kike ji game da ni a kalmomi
Ina matukar godiya ga sahihancinku, karfin ruhinku, da
kalmomin da suka fito daga zukatanku
Ina alfahari da kasancewa a cikinku, kuma abin farin ciki
ne a koyaushe in tuna da babban nauyin da ke kaina ga
'yan'uwana maza da mata a wannan duniyar

* **

Mutumin da ya saba dukan shugabanninsa
Idan kana son kafa sabuwar dabi'a da kuma kawar da
mummunar dabi'a, mayar da hankalinka, cikin nutsuwa da

kwanciyar hankali ba tare da wata matsala ba, a kan tsakiyar karfin niyya da wayewar ruhaniya da ke goshi tsakanin gira, kuma ka tabbatar da kyakkyawar dabi'ar da kake son kafawa. Haka nan, idan kana son kawar da mummunar dabi'a, ka mai da hankali kan wannan batu kuma ka tabbatar da cewa duk hanyoyin jijiyoyi a cikin .kwakwalwa inda mummunar dabi'a ta taru an goge su Zan ba ku labari na gaskiya game da wani mutum

wanda ya kware wajen marin shugabanninsa a wurin aiki lokacin da ya rasa fushinsa. Sakamakon haka, ya kuma rasa aiki bayan aiki saboda ya rasa ikon sarrafa kansa gaba daya lokacin da yake cikin fushi, kuma yana dukan duk wanda ya .yi masa adawa da shi da duk abin da zai iya samu

Ya zo wurina yana neman taimako, sai na ce masa:

"Lokacin da ka ji fushi na gaba, ka kidaya daga daya zuwa
"ɗari kafin ka yi wani abu

Ya gwada hanyar amma ya dawo gare ni ya ce: "Fushina yana karuwa idan na yi hakan, kuma fushi yana makantar da ni yayin da nake kidaya saboda dogon jira da nake yi"

Yanayinsa ya yi kama da babu bege

Sai ta roke shi ya yi tunani ya ji cewa hasken Allah yana cika masa kwakwalwa, yana kwantar masa da fushi, yana kwantar masa da hankali, yana sassauta masa ji, kuma yana kawar masa da dukkan alamun fushi daga kansa, kuma .sakamakon haka wata rana zai kawar da fushinsa

Ba da daɗewa ba sai ya sake dawowa gare ni, kuma a wannan karon ya ce mini: "Na 'yantu daga ɗabi'ar fushi,
".kuma ina godiya da hakan

Na yanke shawarar gwada shi, don haka na nemi wasu samari su yi masa ba'a, sai na buya a wani wuri da zan iya ganinsa amma bai gan ni ba. Yaran sun yi ta kofarin tsokanarsa akai-akai, amma ya kasance cikin natsuwa kuma .bai amsa ba

* **

Allah Ya sa wa'adin har abada ya cika zukatanmu da

tunaninmu

Kuma bari surori da abubuwan da suka faru na rayuwa

su tunatar da mu cewa inuwar mutuwa ba ta tsoratar da

'ya'yan haske waɗanda suka san dawwamar rai da kuma

.kusancinsa da Mahaliccinsa ba

Bari mu fahimci cewa rayuwa da mutuwa rakuman ruwa

ne guda biyu a cikin tekun Allah, kuma cewa rai, wanda digo

ne daga tekun sararin samaniya, yana ɗaukar waɗannan

rakuman ruwa guda biyu ba tare da yanayinsa mai

mahimmanci ya canza ba kuma ba tare da rabuwa da

tushensa na har abada ba

Bari mu yi aiki don fitar da ainihin yanayinmu daga cikin

.kurkukun jahilci zuwa ga kololuwar haske da ilimi

Idan muka 'yantar da kanmu daga kuntatawar jiki,

tunani mara kyau, da tasirin da ba shi da kyau, za mu taɓa

yanayin ruhaniyarmu kuma mu fahimci cewa mu haskoki ne

.na har abada na rana mai tsarki waɗanda ba sa faɗuwa

* **

Waɗanda suka kai ga yanayin samadha ko kuma

ecstasy na sararin samaniya suna ganin cewa daskararru

suna rikidewa zuwa ruwa

Ruwa zuwa iskar gas, iskar gas zuwa makamashi, da

makamashi zuwa sanin sararin samaniya, kuma yana jin

wani babban farin ciki wanda ya saba wa bayanin kuma yana

fuskantar yanayi daban-daban na sani daga sabon farin ciki

ko hikima mara iyaka ko kwanciyar hankali mafi girma ko jin

cikakken kasancewa ko narkewar kai a tsakiyar ruhin sararin

samaniya

* **

Farfado da jijiyoyi

A cikin zurfin tunani mai natsuwa, karfin rai yana

gudana daga kwakwalwa zuwa dukkan gabobi, tartsatsin

haske yana fitowa daga kyallen takarda, kuma kwararar

ruwa mai mahimmanci tana gudana ta cikin kashin baya

kuma tana rarrabawa don mamaye dukkan kwayoyin jiki,
cike da kwararar kuzarin warkarwa, kuma jijiyoyi suna
.wartsakewa sakamakon haka

* **

:Nau'in maganadisu

Daga maganadisu na yau da kullun, za mu iya ganin
cewa karfin jan hankalin maganadisu ya dogara ne akan
.ingancin maganadisu dɓin kanta

Karamin maganadisu yana jan hankalin kananan
abubuwa, kuma maganadisu mai karfi yana jan hankalin
manyar abubuwa

Saboda haka, maganadisu na dɓan adam yana jan
.hankali gwargwadon karfinsa mai jan hankali

Akwai kuma nau'ikan maganadisu na dɓan adam da
yawa; wasu suna jawo hankalin abubuwa na zahiri, wasu
kuma karfin sihiri, wasu kuma suna jawo fa'idodi na ruhaniya
- fa'idodi waɗanda galibi ba a boye ko an manta da su ba
Gano duwatsu masu daraja a cikin ma'adanai na rai,
kuma za ka zama mai nasara. Bi burin da kake so, kuma ka
tabbata cewa sihiri mai tsarki zai jawo Allah zuwa gare ka—
.tushen dukkan iko da alheri, da kuma babbar riba a rayuwa
Tabbatarwa: Zan yi amfani da sihirin ruhaniya mai
albarka don jawo hankalin kaina ga dukkan kyawawan
.abubuwa da hasken dukkan ilimi

* **

Allah shine rayuwata Shi ne kaunata Shi ne haikalin da
zuciyata ke kira zuwa ga bauta
Allah ne burina, domin ba zan iya cika aikina ba tare da
taimakonsa ba
Shi ya sa na neme shi zuciya da ruhi har sai da na same
shi

Ba tare da kauna mai karfi ta Allah da kuma cikakken
kuduri ba, zai yi wuya a sami kaunataccen sararin samaniya

* **

Wata rana za ta zo da mutum zai bar wannan duniyar,
wasu za su tuna da shi da dadi su yi masa kuka, wasu kuma
za su tuna da shi da mummunan tunani, amma duk
.munanan tunaninsa da kyawawan tunaninsa za su raka shi
Saboda haka, wajibi ne mutum ya sa ido kan tunaninsa,
ya binciki ayyukansa, ya gyara kurakuransa, ya kimanta
.kansa, sannan ya yi iya kokarinsa
Kada ka kula da abin da mutane ke faɗa game da kai
.matuƙar kana kokarin yin abin da ya dace
Ina yin iya kokarina don kada in yi wa kowa rashin
jituwa, kuma a cikin zuciyata na san cewa na yi iya kokarina
.don in kasance mai kirki da gaskiya ga kowa
Amma ban damu da ra'ayin mutane game da ni ba, ko
yabo ko la'ana, domin Allah yana tare da ni kuma ina tare da
.shi, kuma wannan shine abin da ya fi muhimmanci

* **

Idan abota ta taso tsakanin mutane biyu ko gungun
mutane bisa dalilai na ruhaniya kawai, ba tare da wata
manufa ko manufa ta kashin kai ba, wannan abota mai tsarki
.tana tsarkake ran kowanne daga cikin waɗannan abokan
Zuciyar da abota ta tsarkake ta zama kofa a buɗe ga
haɗin kai da kusanci
Ta wannan zuciya, yana yiwuwa a jawo hankalin karin
rayuka nagari don shiga cikin tsarin kaunar 'yan'uwa da
.kuma jin daɗin natsuwa da kwanciyar hankali

* **

Ina damuwa da al'amuran wasu fiye da nawa, domin
duk abin da nake yi ina yin sa ne saboda Allah, kuma ina yin
sa da sha'awa da himma fiye da idan waɗannan ayyukan
.nawa ne

Idan sakamakon ya saba wa juna ko kuma bai gamsar
ba, ba na damuwa ko kuma na damu domin ina jin cewa na
yi aikina ga Allah, wanda shi ne manufara kuma wanda ke
bayan niyya, kuma saboda na yi iya kokarina kuma zan

maimaita kokarin da farin ciki da kuduri mai girma, amma ba
.tare da na haɗa kai da kokarin ko sakamakon ba
Da ace ina aiki ne kawai don kaina, da koyaushe zan
zama abin farauta ga damuwa da damuwa. Amma matuƙar
burina shine in faranta wa Allah rai, sakamakon yana gare
Shi ne ba don ni ba. Wannan ita ce hanyar da nake bi don
.rayuwa, kuma a cikinta nake samun jin daɗi da 'yanci na
:Mata kai a kan tsani na nasara

Aiki tukuru -

Ikon kirkira -

Hukuncin da ya dace

Ajiyewa da kuma guje wa sharar gida

Yin kokari da sake gwadawa bayan gazawa -

Horar da kai da kuma inganta kai

Kunna kuzarin kirkira -

Taimaka wa wasu

Bugu da kari, ya kamata mu yi tunani a kan Allah, -

tushen dukkan alheri da kuma tushen dukkan nasara da
albarka

* **

Ina rera muku waƙa wadda ba a taɓa furtawa ba a da,

kuma a gare ku na sadaukar da waƙar da zuciyata ke

.bugawa a ciki da kuma a kan igiyoyinta

Na rubuta wannan waƙar tawa ta farko kuma a nan nake

mika muku ta a matsayin sadaka mai tsarki

Ba zan gabatar muku da waƙoƙin busassu, na ilimi ko

waƙoƙin ado waɗanda wasu suka tsara ba

Ba zan ba ku komai ba sai waƙoƙin zuciyata masu sauƙi

da marasa amfani

Ba zan gabatar muku da wardi da aka noma a cikin

gidajen kore ba, kuma cike suke da motsin rai da sha'awa,

amma zan ba ku furannin daji waɗanda suka fito a cikin

.filayen sha'awata da kuma filayen rayuwata

* **

Yana da sauki mutum ya yi nazari da rarraba wasu bisa
.ga takamaiman halaye

Amma yana da wahala mutum ya haskaka kansa da
gaskiya. Duk da haka, wannan shine ainihin abin da ya
kamata ya yi don fahimtar gyare-gyare da canje-canjen da
.ake bukata

Manufar sanin halayenmu na sirri shine fahimtar yadda
muke rinjayar wasu

Mutane suna fahimtar yanayin mutum, ko da gangan ko
ba da gangan ba, kuma martanin da suke bayarwa ga rawar
da ke fitowa daga gare shi alama ce mai sauki ga waɗanda
.abin ya shafa, kuma masu hikima suna fahimtar siginar

* **

:Abubuwan da ke kawo cikas ga ci gaban tunani sune
Son kai (son kai), girman kai, kwadayi, fushi, kiyayya,
hassada, da sauran halaye marasa kyau waɗanda ke kai
mutum ko kuma su tura shi zuwa ga jahilci mai zurfi fiye da
.yadda yake a da

Abin da ake bukata shi ne a bi hanyar da ke kaiwa ga
'yanci, domin sha'awar ɗan adam tana gudana ne ta hanyar
halaye waɗanda ake sabunta su koyausha kuma ba sa
.karewa ko tsayawa a iyaka

Waɗannan halaye suna ɗaure rai kuma suna riƙe shi a
matsayin fursuna, wanda hakan ke sa mai shi ya kasa tafiya
.a kan hanyar 'yanci da 'yanci

* **

:Hanyar rayuwa kamar haka
A gefe ɗaya akwai duhun kwarin jahilci, a gefe kuma
.akwai haske mai haske na hikima
Idan muka yi aiki da hikima, za mu taka hanyar 'yanci
lafiya kuma mu sami abin da muke bukata

* **

Duniya gaba ɗaya halittar nufin Allah ce, kuma idan
muka daidaita kanmu da wannan nufin mai albarka, abin da
muke bukata yana zuwa gare mu cikin sauki

* **

Idan mutane suka yi kokarin magance tsarin motsin
zuciyar ɗan adam mai sarkakiya, ba tare da horo na farko
.ba, sakamakon yakan yi zafi sosai
Kadan ne suka fahimci cewa farin ciki yana cikin
fahimtar dokar ɗabi'ar ɗan adam
Shi ya sa wasu mutane kan yi jayayya da abokansu da
'yan uwansu; ba sa fahimtar wasu kuma ba sa ganin
.kurakuran kansu

Yana da mahimmanci kada mu yi haɗin gwiwa da
ayyukan da ba daidai ba na kaunatatunmu, a maimakon
haka mu yi tsayayya da waɗannan ayyukan da ayyukan
.ruhaniya masu ginawa
Yana da mahimmanci kada mu yi amfani da hanyoyi
masu tsauri wajen magance rashin ɗabi'un kaunatatunmu
marasa kyau

* **

Mafarauci mai wayo ya yaudare mu. Muna iyo a cikin
ruwa mai zurfi don rashin tsaro yayin da mummunan tarko
.na jahilci ya mamaye mu
A cikin jefa ragar kamun kifi a kullum, da yawa suna
.kamawa kuma kaɗan ne kawai ke tsira
Ya rahama marar iyaka, ka cece mu daga tarkon
sha'awa mai kisa, buri mara iyaka, da kuma alaƙar duniya
!mai shaƙewa
Bari mu nutse cikin zurfin teku mai natsuwa na rai inda
haɗin allahntaka ke zaune, mu kuma 'yantu daga sarkokin
!bauta da sarkokin bauta

* **

Malam Paramahansa ya ce, yana karfafa ɗaya daga
:cikin almajiransa
Idan ka iya, ta hanyar gaskiya, gaskiya, da kuma kaunar
Allah, ka isar da addu'o'inka gare Shi, to, ko kurakuranka sun
fi zurfi fiye da teku kuma sun fi tsaunukan Himalayas girma
.ba kome ba ne

Allah zai cire waɗannan cikas daga hanyarka, ya 'yantar
da kai daga nauyin da ya rataya a wuyanka, kuma
sha'awarka ta maimaita kurakuran da suka gabata za ta
shude

Wani lokaci za ka iya samun kanka a karkashin wani
duhu mai kauri, amma har yanzu kana ci gaba da zama
.walkiyar harshen wuta na har abada
Za ka iya boye tarkon, amma ba za ka iya kawar da shi
ba

* **

Faranta wa wasu rai ta hanyar kalmomi masu daɗi
waɗanda aka karfafa su da kyawawan niyya da kuma
shawarwari na gaskiya abu ne mai ban mamaki kuma alama
.ce ta daraja da ke nuna manyan rayuka
Game da cutar da wani mutum ta hanyar cizo, kalmomi
masu zafi, kallon ba'a, ko kuma shawarwari masu tsami,
waɗannan hanyoyi ne masu wulakanci da ban haushi
waɗanda mutane masu kirki ba sa amfani da su
Bakar magana tana taimakawa wajen bayyana ruhin
tawaye da fushi a cikin mai laifin, yayin da kalmomin
abokantaka ke haifar da nadama a cikinsa, wanda ke nufin
cewa mutumin ya fahimci kurakuransa kuma bai sake
.maimaita su ba

* **

Daya daga cikin ɗaliban ya ce, "Malam, ban taɓa yin
"?imani da aljanna ba Shin da gaske wannan wuri yana nan
:Malamin Paramahansa ya amsa
Eh, waɗanda suke kaunar Allah kuma suke dogara gare"
shi suna zuwa wannan aljanna lokacin da mutuwa ta zo
musu. A cikin wannan duniyar ta zahiri, mutum yana da ikon
".yin duk abin da yake so nan take, ta hanyar ikon tunani
Jikin da ke cikin sararin samaniya ya kunshi haske mai
haske. A cikin waɗannan duniyoyi masu ban mamaki akwai
.sautuka da haske waɗanda mazauna Duniya ba su sani ba

* **

Ya kamata a nemi farin ciki a cikin kanka, kuma a rage
.shi a cikin abubuwan duniya

Ka yi farin ciki a zuciyarka domin kada abubuwan waje
su iya dagula maka kwanciyar hankali da kuma jefa ka cikin
.matsala

Farin cikin zuciya shine kawai burin da ya cancanci a yi
kofari a kansa a wannan rayuwar, kuma juriya da kuduri sun
.isa a cimma hakan

Farin ciki shine kursiyin Allah a cikin mutum

* **

Mutane da yawa suna tunanin sun farka, amma ba su
farka ba

Galibinsu ba su san komai ba. Dole ne ka ji labarin
mutanen da ke tafiya barci suna ihu "Wuta! Wuta!" ko kuma
.yin magana da lacca

Yawancin mutane haka suke. Hakika, ba ina nufin
wadanda suke son su farkar da hankalinsu daga barcin
.jahilcin ruhaniya ba

Dole ne mu yi aiki don farkar da wadanda suka binne
kansu a farkashin barnar dabi'u marasa kyau da rayuwa
mara kyau

Domin yin hakan, dole ne mu fara kawo tunaninmu daga
.cikin duhun jahilci zuwa hasken ilimin allahntaka

* **

Abota kaunar Allah ce da ke haskakawa daga idanun
masoyanmu, kuma kiransa ne a gare mu mu koma gidan
sama don mu dandana dadin hadin kai na har abada tare da
.kaunar duniya baki daya

Abota murya ce mai tsarki da ke kira ga rayuka su
'yantu daga sanin girman kai da son kai da ke raba mu da
.Allah da bil'adama

Abota ta gaskiya dangantaka ce mai albarka tsakanin
rayuka masu hankali wadanda, ta hanyar abokantakarsu, ke
nuna tsantsar kaunar Allah da kuma halaye masu tsarki na
ruhun sararin samaniya

Abota ta gaskiya tana da faɗi kuma tana da haɗin kai
Son kai da wani mutum daban har ma a ware shi daga
wasu babban cikas ne ga abota
Ya kamata a faɗaɗa iyakokin soyayya don ya haɗa da
.iyali, maƙwabta, da kuma duniya baki ɗaya
Abokin duniya mai faɗi ne, yana son halittun Allah,
kuma yana yada kaunarsa da karimci duk inda ya je da duk
.inda ya juya

Wadannan ka'idodi masu daraja dukkan manyan
.mutane ne suka rayu kuma suka ba da shawara a kansu
Soyayyar iyali ita ce horon farko don kafa harsashin
abota ta ruhaniya
Jinin iri ɗaya yana gudana a cikin jijiyoyin dukkan
mutane na dukkan kabilai
Duk da cewa muna da kabilu daban-daban da kabilu,
mun haɗu da juna saboda alaƙar da ke tsakaninmu da Allah
.ɗaya

* **

Ba za a iya ɗaure rai a bayan sandunan da ɗan adam ya
kera ba domin asalinsa na duniya ne kuma mallakarsa ta
.duniya ce

* **

Idan har za mu ji daɗin rayuwa kwata-kwata, lokaci ya yi
yanzu, ba gobe ko shekara mai zuwa ba
Mafi kyawun shiri don ingantacciyar rayuwa a shekara
mai zuwa shine rayuwa mai jituwa, daidaito da farin ciki a
wannan shekarar

Rayuwa ta gaba (a lahira) cike da farin ciki da jin daɗi ta
dogara ne akan salon rayuwarmu, yadda muke tunani, da
kuma yadda muke aiki da kuma halayenmu a wannan
.rayuwar

Yau ya kamata ta zama rana mafi muhimmanci da
ma'ana a rayuwarmu

* **

Bimbini shine kayan aikin da ake cire yadudduka da ke
rufewa da boye fuskar sani, kuma ta hanyar amfani da shi,
mabuɓɓugar farin ciki mai gudana koyaushewa tana fashewa
Bimbini da cikakken hutawa, ko kuma janye tunani da
gangan daga ruɗani, ita ce hanya ta gaske kuma mai tasiri
don sanin Allah. Idan da za mu iya yin komai sai yin bimbini,
da ba za mu sami farin ciki daidai da farin cikin da ke zuwa
lokacin da tunani ya tsaya cak ba (a cikinsa akwai natsuwa
daga Ubangijinka) kuma cikin jituwa da zaman lafiya na
Allah (Amincin da na bar maka)
Ana iya samun wannan farin ciki na Allah ta hanyar
amfani da hanyar da ta dace ta natsuwa da tunani

* **

Idan ka nemi kofar da ke cikin ruɗin ɗakinka, ba za ka
same ta ba ko da ka yi bincike na tsawon shekaru sai dai
idan ka yi amfani da hanyar bincike da ta dace ka kuma kalli
bangon

* **

Ranar da zan yi bankwana da wannan duniyar, amma
matuƙar na ci gaba da zama a wannan duniyar, babban farin
cikina yana cikin yin magana game da abubuwan al'ajabi na
Allah ga waɗanda suka amince da ni, kuma burina yana cikin
ninka sha'awarsu ga wannan hasken allahntaka wanda ya ba
.ni ta'aziyya, 'yanci, da tsaro mara misaltuwa

* **

Tarihin duniya, a cikin dukkan kananan bayanansa, an
adana shi a cikin rumfunan har abada - wannan wani girma
ne. A nan a cikin wannan duniya mai iyaka, muna fahimtar
tsayi, faɗi, kauri, da tsayi, amma akwai wani matakin da
waɗannan girma ba su wanzu ba. Komai yana bayyane a
cikin wannan sararin samaniya; komai sani ne da sani. Jin
ɗanɗano abin ji ne, kamar yadda jin kamshi yake. Jikinmu,
tunaninmu, da jikinmu duk sani ne. Kuma kamar yadda
muke gani, ji, kamshi, ɗanɗana, da taɓawa a cikin mafarki,
haka nan za mu iya fuskantar duk waɗannan abubuwan jin

dadɪ tare da sani mai tsabta, bayyananne ko ji a cikin
.manyar wurare

Wannan shine ainihin abin da nake gani a yanzu yayin
da nake magana ba ni cikin wannan jiki, amma ni ɓangare
ne na duk abin da ke wanzuwa Kuma abubuwan da nake
gani suna da gaske a gare ni kamar yadda kai kake a gare ni
Dole ne mutum ya farka domin ya ga Allah a ko'ina
kuma ya san bambanci tsakanin mafarki da gaskiya
Sau da yawa ina ganin rashin iyaka a wurin da nake,
kuma ina ganin wannan wuri a cikin rashin iyaka. Komai
.yana aro rai daga wannan tushen har abada
Lokacin da nake yaro, nakan zauna ina addu'a dare da
rana, amma babu amsa ko amsa
A gefe ɗaya na ga ɗan adam, a gefe ɗaya kuma har
abada wadda ba ta yi mini magana ba
Ko da yake na yi tunanin ni kaɗai ne kuma kowa ya yi
watsi da ni, Allah bai yashe ni ba domin koyaushe yana tare
.da ni a ɓoye, a bayan tunanina da ji na
Kuma lokacin da na fara ganin hasken da ke cikina,
.raina ya cika da kamshi mai albarka na allahntaka cikin sirri
Na ga saiwoyin bishiyoyi da ruwan 'ya'yan itacen da ke
gudana a cikinsu, kuma na ji kusanci da Allah wanda ya ba ni
ta'aziyya da kwantar da hankalina
Na yi addu'a na kira lokaci-lokaci, dare da rana, kuma
lokacin da abubuwa suka rasa haske da ma'ana a gare ni, na
yi watsi da duniya da duk abin da ke cikinta, har da farin ciki,
saboda tsoron kada ya zama farin ciki na zahiri, kuma na
sami Allah wanda yake tare da ni a yanzu koyaushe
Duniya na iya yashe ni, amma Allah ba zai taɓa yashe ni
ba ko da na ɗan lokaci
Allah shine komai Wannan zauren da sararin samaniya
da ke kewaye da shi suna shawagi kamar hotuna masu
motsi a kan labulen sanina
Ina kallo kuma ban ga komai ba sai tsarkin ruhi, haske
mai haske, da kuma sane mai laushi

Jikina, jikinku, da dukkan abubuwan da ke cikin duniya
suna fitowa ne daga wannan hasken allahntaka guda ɗaya.

.Lokacin da na ga wannan hasken, ban ga komai ba
Idan ka kalli allon, za ka ga hotuna masu motsi, amma
idan ka waiwaya baya (a cikin sinima na gargajiya), hasken
kawai kake gani yana haskakawa a allon. Yana kama da abin
.mamaki, amma gaskiya ne
Na kan yi magana game da waɗannan abubuwa, amma
yanzu ba na magana da waɗanda ba su da sha'awa ko kuma
waɗanda ba su damu ba. Amma Allah ya ba ni damar yin
magana da ku a wannan karon. Komai yana wucewa. Yi
.addu'a don abin da yake har abada

* **

Tunda mun zo wannan duniyar daga inda ba mu sani ba,
abu ne na halitta mu yi mamakin asalin rayuwa da kuma
.manufarta

Mun ji labarin mahaliccin wannan duniyar, mun karanta
game da shi, kuma dukkan duniya tana shelar wanzuwar
tunaninsa na allahntaka

Kamar yadda kananan sassa da na'urori na karamin
agogo ke sa mu yaba wa mai yin agogon

Kamar yadda manyan injunan masana'antu masu
rikitarwa ke ba mu mamaki da kuma nuna sha'awa ga
wanda ya kirƙira su, haka nan idan muka ga abubuwan
al'ajabi na yanayi, muna mamakin basirar da ke bayansu,
:kuma muna mamakin

"?Wa ya ba furen siffarsa mai haske da hasken rana"

Daga ina aka samo kamshinsa da kyawunsa? Kuma ta
yaya aka samar da furanninsa da irin wannan daidaito mai
kyau kuma aka rina su da launuka masu ban mamaki da
?farin ciki

* **

Ina jin ki a cikin zurfin tunani na, ina jin kasancewar ki a
cikin zurfin ji na, kuma ina ganin ki kina fure a cikin lambun
kauna ta

Ka cika ni da kamshin kasancewarka, domin in ji daɗin
kamshinka mai albarka
Ku zo gare ni daga sama, taurari, tunani, da ji, Ku nuna
mini fuskarka mafi tsarki kuma ku bar ni in fahimci
kasancewarka a cikin raina, a kusa da ni, da ko'ina
Na neme ka tsawon shekaru da shekaru, a kan hanyoyin
sha'awa da buri, kuma yanzu na fahimci cewa kana zaune a
cikin raina kuma kana wahayi zuwa ga mafi tsarkin ji na
Kada ka boye mini a bayan furannin ji, tunani, da bugun
rai

Ka kawata raina da kayan ado na hikimarka, ka hura
mini iskar ni'imarka, ka kuma kawar mini da duhun da ya
.lulluɓe ka daga ganina da fahimtata
Ya kai wanda ya wuce taurari da sararin sama mai
shudi, kuma ya wuce saman sararin samaniya da dukkan
halittu da halittu, ka karɓi raɗawar soyayyata, ka nutsar da
.rayuwata da kaunarka, haskenka da kuma salamarka

* **

Idan ka ji ko da ɗan karamin kauna ta Allah, za ka
fuskanci farin ciki mai ban mamaki da ba za a iya misaltawa
ba wanda ba za a iya tsayayya da shi ba
Don haka zai yi muku wahala ku riƙe shi
Idan muka kasance cikin jituwa da Allah, fahimtarmu za
ta zama marar iyaka kuma ta haɗu cikin zurfin teku na
rayuwa gaba ɗaya
Muna fuskantar babban farin ciki da kuma babban
kaunar Allah

* **

Wasu mutane suna da sha'awar karanta littattafai masu
ban tausayi kuma suna ɗaukar su a matsayin kayan karatun
da suka fi so, kuma suna jin cewa za su ci gaba da jin
daɗinsu har zuwa ƙarshen rayuwarsu
Amma idan suka yi nazari kan kansu, za su ga cewa sau
da yawa suna jin baƙin ciki da fushi daga karanta irin
wannan nau'in adabi akai-akai

Saboda wannan bakin ciki, suna iya son su daina
wannan dabi'ar su kuma su zama dabi'ar karanta littattafai
da kayan ruhaniya wadanda ke karfafa tunaninsu da kuma
.ciyar da jiye-jiyensu da ra'ayoyi masu kyau da ban sha'awa
Idan suka yi wannan canjin, za su ga cewa rayuwarsu ta
dauki sabon salo mai ban mamaki godiya ga fahimta da
kuduri mai karfi
Gaskiya ne cewa za mu iya canza kanmu da sauri idan
muna so, amma canza halaye da halaye na shekaru yana
bukatar kokari na gaske da kuma karfin zuciya
Domin kawar da wata tsohuwar dabi'a mai tushe, dole
ne a kunna dukkan karfin kuduri a akasin haka har sai an
.kawar da mummunar dabi'ar kuma karfinta ya ragu
Yawancin mutane ba su da hakuri da hakurin da ake
bukata don wannan. Amma dole ne mutum ya fahimci cewa
abin da mutum ya kirƙira ko ya yi za a iya goge shi ko a soke
.shi

* **

Bari mu yi watsi da iyakokin girman kai mu yi yawo a
.cikin manyan wuraren ci gaba na ruhaniya
Kuma kamar ayarin lokaci, wanda koyaushe yake tafiya
akan hanyoyin rayuwa, haka nan ya kamata ayarin rai ya yi
tafiya akan hanyoyin fadada mafi girma zuwa gefen ruhun
allahntaka
Ruhin himmar aiwatar da muhimman ayyuka na rayuwa
sau da yawa yana kasancewa a boye a karkashin tarkace da
.tarkacen halaye na dan adam
Dole ne mutum ya 'yantu daga tasirin wadannan halaye
masu ban tsoro, sannan ya fara shuka irin nasarar da yake
.sha'awar samu a cikin rayuwarsa
Rayuwa tana samun daraja da muhimmanci lokacin da
muka cim ma muhimmin aiki: gano ainihin ma'anar da
darajar rayuwarmu
Dole ne dan adam ya fahimci cewa wadannan hotunan
rayuwa masu motsi ba a nuna su ba tare da dalili ba

Kowace rana muna ganin sabbin abubuwan gani, kuma
kowace rana muna kawo sabbin darussa da ya kamata mu
koya ta hanyar mai da hankali kan babban manufar rayuwar
ɗan adam: don gane mafi girman wanda ke boye a bayan
labulen rayuwa

* **

A cikin Allah za ku sami kaunar dukkan zukata, cikar
sha'awa, da kuma cikar sha'awa Duk abin da duniya ke ba
ku sannan ta ɗauke ku, ta bar ku cikin bakin ciki, zafi, ko
takaici, za ku samu a cikin Allah a cikin mafi girma kuma ba
.tare da takaici da bakin ciki da ke tare da shi ba

* **

Wasu mutane suna cewa ya kamata mu dogara kawai
da hankali Wasu kuma suna ganin ya kamata mu gamsar da
hankalinmu duka biyun suna da tsauri

A cewar wata ka'ida, yana da kyau a yi gwajin lafiya
akai-akai domin tabbatar da lafiyar jiki da walwalarsa, kamar
a duba motarka lokaci zuwa lokaci Wannan yana da ma'ana
Amma mutane ba injina ba ne Idan lafiyar kwakwalwarka ta
dogara ne da yanayin jikinka, nan ba da jimawa ba hankali
zai zama bawa ga buƙatun jiki, wanda hakan zai sa dukkan
nau'ikan magunguna da sauran magunguna na jiki ba su da
tasiri. Wannan ya bayyana dalilin da ya sa muke fama da
cututtuka marasa magani. Rashin lafiyar jiki ya yi katutu
.saboda hankali ya ƙi zama shugaban jiki

Zai fi kyau a fara da matsakaici Idan an rage kitse sosai,
a shafa ɗan iodine kaɗan, amma kada a dogara da maganin
kawai. A yi taka-tsantsan har sai a hankali za a iya dogara da
.hankali sosai

Manyan malamai da kansu sun yi amfani da magunguna
.da aka yi da ganye da sinadarai da Allah ya halitta
Magunguna da magunguna ba su da mahimmanci ga
malamin ruhaniya, amma domin ya nuna cewa ikon Allah
yana aiki ta hanyoyi marasa adadi, wani lokacin yana iya
.zabar yin amfani da wasu shirye-shiryen likita

Koma dai mene ne, nasara tana cikin ikon tunani Idan
ka kai ga gaci cewa za ka iya yin ba tare da magani ba tare
da wata illa ba, za ka yi nasara kuma ka sami iko a kan
.jikinka

* **

Abotar da muke bai wa wasu ya kamata ta fito ne daga
zuciya, kuma bai kamata a nuna kauna da haɗin kai a fili ba
.yayin da ciki ke nuna akasin haka
Dokar ruhaniya tana da cikakken daidaito da karfi, kuma
ba dole ba ne a yi karo da ka'idodin ruhaniya
Saboda haka, yana da mahimmanci kada a yaudari ko
cin amanar abokai kuma kada a wuce iyakokin abota
Aboki ya kamata ya san lokacin da dole ne ya yi aiki
tare da abokinsa da kuma lokacin da dole ne ya yi amfani da
wasiyyarsa kuma ya guji yin aiki tare da shi

* **

Fuskar fata ba ta jin motsin taɓawa; waɗannan motsin
suna faruwa ne a cikin kwakwalwa, kuma mutum ba zai iya
.ɗaɗɗana, taɓawa, kamshi, ji, ko gani ba sai ta hanyar tunani
Za mu iya ganin ɗaɗɗano a saman harsunanmu, amma
a zahiri, kwakwalwa ce ke yin rijistar ɗaɗɗano. Haka nan,
idan wani ɓangare na jiki ya ji rauni, ciwon yana farawa ne a
.cikin tunani, ba a cikin sashin da abin ya shafa ba
Muna da hanyoyi guda biyu don jin zafi: jijiya da tushen
kwakwalwa Jin zafi yana faruwa ne lokacin da kwakwalwa ta
ba da damar sadarwa tsakanin jijiya da tushen kwakwalwa
Sai dai idan kwakwalwa ta gane zafi, to zafin ba ya
.wanzuwa

Idan mutum yana karkashin tasirin chloroform ko
maganin sa barci, ba ya jin zafi saboda jin daɗin ba ya isa
kwakwalwa. A karshen jijiyyoyi, akwai gashi mai laushi wanda
ake aika siginar ciwo zuwa kwakwalwa. Maganin sa barci
.yana hana watsa waɗannan siginar ciwo
Kwakwalwa ita ce gaɓar hankali ta tunani, kuma dukkan
abubuwan da ke ji na jiki ana aika su zuwa ga tunani ta

hanyar jijiyoyi da kuma kwakwalwa kanta Tunda hankali
yana da alaƙa da kwakwalwa, yana karɓa kuma yana fassara
.wadannan abubuwan

Zuciyar da tunani mai kyau ya karfafa ba ta da tasiri
sosai ga jin daɗi da zafi. Tana sane da wadannan ji amma ba
.ta daure da su ba

* **

:Taskar Labarai - Daga Hamada Zuwa Kololuwa
Labarin nasara kamar yadda mai hikima Paramhansa

Yogananda ya bayar
Wannan labari ne na gaskiya da aka fassara game da)

wani mutum wanda yake ci gaba da gazawa, amma ta
hanyar yin tunani mai kirkire-kirkire da kuma tabbatar da
kyakkyawan fata, daga karshe ya sami damar shawo kan
dalilan gazawarsa kuma ya sami damar amfani da nasara
(bisa ga nufinsa

Kamar yadda akwai mutanen da suka yi nasara ta
hanyar halitta, akwai kuma mutanen da suka yi kasa ta
hanyar dabi'a

Abokina kuma dalibina (S) ya kasance gazawa tun daga
haihuwa. Gaskiya ne cewa yaro ne mai hankali, mai himma
da sha'awar samun kuɗi, amma da zarar ya yi tunanin aiki
ko aiki, abubuwan da suka jawo faduwa sun kewaye shi tun
.daga farko

Wata rana ya zo wurina hannu wofi, masu bin bashi
suna binsa, abokai suka yi watsi da shi, yana neman
.shawarata

Na tambaye shi dalilin da yasa yake cikin damuwa, sai
:ya ce

Yallabai, ni gazawa ce saboda wani dalili ban sani ba,"
da zarar na fara aiki, sai na rasa shi, kuma wurin da nake aiki
shi ma yana da lahani. Mai aiki ya rasa kasuwancinsa jim
kaɗan bayan ya ɗauke ni aiki. Saboda haka, na ji tsoron
neman aiki saboda tsoron kawo cikas ga muradun
ma'aikatan da za su ɗauke ni aiki, saboda rashin kwanciyar

hankali na da na tabbata cewa babu makawa zan rasa aikina saboda kamfanin da zai d'auke ni aiki zai bayyana fatarar kudi kuma ya rufe kofofinsa, sannan ya kore ni sakamakon haka. Saboda haka, ba ni da ikon haifar da lalata kasuwancin ".wasu mutane kawai saboda alaƙata da su

Na sami damar neman aiki a wata ƙaramar kamfani kuma na roke shi ya maimaita wannan furucin ga kansa :kowace maraice, kafin in yi barci da kuma bayan na farka ".Kullum ina ƙara samun nasara a fannin aikina"

Wata guda ya shude, kuma (S) ya yi min gargadi: "Yallaƙai, kamfanin da ka d'auka aiki yana ƙara zama mara kwanciyar hankali kuma yanayinsa ba shi da tabbas, ina roƙonka ka fitar da ni daga ciki kafin ya ruguje gaba d'aya, domin zan rasa aikina idan kamfanin ya gaza. Amma murabus dina yanzu zai iya ceton kamfanin daga ".mummunan makoma saboda rashin tabbas da na samu Na yi dariya, ban kula da abin da (S) ya faɗa ba, sai na roke shi ya ci gaba da jaddada batunsa ya ci gaba da aikinsa. Bayan makonni kaɗan, sai ya zo wurina wata rana :da yamma ya ce da nishi

"Abin da na ji tsoro ya faru daidai"

"?Ta tambaye shi, "Me ya faru Ya ce, "Kamfanin ya ruguje kamar yadda na gaya maka "kuma kamar yadda na annabta

Na ce masa, ina nuna rashin amincewa: "Shin ba gaskiya ba ne cewa lokacin da kake tabbatar wa kanka, 'Kullum ina ƙara samun nasara a fagen aikina' kana maimaita waɗannan kalmomin kamar aku? Kuma cewa dorinar ruwa mai shakku ta ci gaba da riƙe kulle-kullen kwakwalwarka har kana cewa wa kanka: 'Kai wawa, yanayinka yana ƙara muni komai ƙoƙarin da kake yi na "'!shawo kan kanka game da nasara

"Ya amsa: "Eh, hakika abin da ke faruwa kenan ya ba da shawarar a kawar da girgiza da tunani mara (S) kyau da zarar sun bayyana a cikin zuciyarsa, musamman a

lokacin maimaita tabbacin tabbatacce, domin tunanin da ke da cikakken yakini zai iya rinjayar tunanin da ba shi da sani ko kuma wanda ba shi da sani, wanda hakan, ta hanyar dokar maganadis, yana shafar tunanin da ke da hankali ta hanyar ikon dabi'a

Na kara da cewa: "Yawancin tabbatar da tunani da halaye masu kyau har sai sun ratsa kuma sun yi tushe a cikin tunanin da ba a sani ba ya isa ya kawar da shingen tunani da aka gada ko aka samu. Babu wata hanyar samun nasara matuƙar tunani da jin takaici da takaici sun kafu a cikin tunanin da ba a sani ba. Daga cikin sharuɗɗan nasara akwai ikon kirkira, yanayi mai kyau, da halaye na asali. Idan za ka iya taɓa mafi girman sani tare da karfinsa mara iyaka, to za ka iya kirkirar sabbin damammaki don wannan nasarar da har yanzu ba ka da shi kuma wanda ba za ka iya fahimta ".ba

Kuma na sami damar taimaka wa (S) samun wani aiki, wanda ya fi na farko girma. Amma bayan watanni shida (wanda shine mafi tsawon lokacin da abokinmu ya yi yana aiki), sai ya ce mini wata rana: "Lamarin kamfanin yana ta "tabarbarewa da sauri, don haka don Allah a kore ni da sauri Ban kula da damuwarsa ba, amma na roke shi ya ci gaba da aikinsa. Makonni kafan bayan haka, (S) ya ce mini da murmushi: "Aiki na biyu da ka shirya mini, yallaɓai, ya tafi "!da iska

Na ce a hankali, "Kada ka damu, zan sake neman maka "wani aiki

Ya amsa: "To, yallaɓai, matuƙar ka ɗauki alhakin rushe wani kamfani saboda alaƙata da masu shi, ba ni da wata ".jayayya

Ta hanyar kofari mai dorewa, na sami aiki mai kyau ga (S) a wani babban kamfani Shekara ɗaya ta wuce kuma babu abin da ya faru, kodayake (S) yana kofarin barin kamfanin kowane mako saboda tsoron kar a lalata shi kamar .na baya

A karshe, na roke shi ya saka kuɗinsa a cikin kasuwancinsa, sai ya tsorata ya kalle ni cikin mamaki, yana cewa: "Shin haka kake ba ni shawara in yi? Ba ka tsammanin zan rasa kuɗin da na tara cikin gaggawa idan na saka su"?ba

Ta tabbatar masa da tabbaci da tabbaci: "Dole ne ka saka kuɗinka da karfinka a cikin kyakkyawan aiki, kamar cibiyar cin abinci ta gida wadda ba ta buƙatar babban jari, ".kuma ina da yakinin nasararka Cikin shekaru kaɗan, (S) ya zama mamallakin kadarori da yawa da manyan rumbunan ajiya Da zarar ya gamsu da nasararsa, sai ya sami nasara a duk abin da yake yi Wata rana ya ce mini, yana dariya: "Godiya ga Allah da taimakonka, na canza daga gazawa zuwa mutum mai nasara Na shawo kan gazawa kuma na fahimci cewa gazawar da nake yi ta kasance saboda rashin fahimtar aikina. Amma ban san yadda na sami nasarar yin nasara ba bayan na lalata aikin wasu saboda gazawar da na ".yi

Sai na yi masa bayani: "Ba kai ne ka jawo lalacewar abubuwan da kake yi wa aiki ba. Dokar jan hankali wadda ke mulkin mutane, bisa ga irin wannan girgiza, tana aiki mara kyau ko mai kyau (kamar jan hankali kamar) Halinka na rashin da'a ya jawo ka ga kamfanonin da suka riga suka kusa durkushewa, akasin haka, kai gazawa ne, kuma kamfanonin ma suna kan gab da rugujewa. A cewar dokar jan hankalin juna, kai da waɗannan kamfanonin sun faɗi kasa a kan tudun gazawa kuma suka faɗi cikin .duwatsu a lokaci guda

Darasin wannan labarin shine cewa nasara ta gaske tana cikin kirkirar abin da mutum ke buƙata ta hanyar karfin niyya ta hanyar farkar da karfin fahimta mara iyaka. Ana iya farkar da wannan ikon ta hanyar koyon hanyar da ta dace ta yin bimbini da tunani mai kyau da kirkira domin samun .lafiya, nasara, hikima, da farin ciki

* **

Tagar haske

A baya, ina da fitilar sirri kuma ina tafiya a hankali cikin

shiru na duhun ciki

Kuma lokacin da na aika wani haske mai boye ta cikin

duhu, na ga kananan kifaye na ra'ayoyin wahayi da hasken

walkiya ya bayyana

Na yi amfani da waɗannan kifayen a matsayin abin

farauta don kama kifayen da na fi sani, amma da yawa daga

cikinsu sun tsere suka bace a bayan karamin da'irar haske

Kuma daga mabiyanka masu aminci da gaskiya, masu

wadataccen waƙoƙin azurfa da mafarkai na zinariya, na sayi

tarkon soyayya mai haske na jin daɗin rai kuma na haɗa su

tare Na share teku na hikimarka na kama kananan kifaye da

tarin jin daɗi da duwatsu masu daraja na tunawa masu tsarki

waɗanda na daɗe ina bacewa kuma na rasa, kuma na sami

.abin da taskokin duniya ba za su iya kwatantawa ba

* **

A wannan duniyar da muke ciki kamar mun nutse cikin

teku na wahalhalu

Allah yana jarraba mu ta hanyoyi da yawa Yana nuna

mana rauninmu domin mu gane su mu mayar da su karfi

Wani lokaci yana aiko mana da gwaje-gwaje masu girma

waɗanda suka fi karfinmu mu jure, amma almajiri mai

:hikima ya ce

Ina son ka, ya Ubangiji, kuma babu abin da zai hana ni"

:nemanka Addu'o'in zuciyata sune

Kada ka jarabce ni da mantawa da kasancewarka da"

"kuma rashin ambatonka

Sai Allah ya zo ya tashe mu daga wannan mafarki mai

tayar da hankali, kuma duk mai neman zai sami wannan

jarabawar mai ban mamaki nan ba da jimawa ba

* **

Mutum zai iya ba wa kansa shawarwari masu kyau
wadanda za su yi tasiri mai kyau ga tunanin da ba shi da
.tushe, wanda hakan zai shafi tunanin da ba shi da tushe
Shawarwari marasa kyau, ko da kuwa an halicce su ne
da kansu ko kuma daga wani mutum, suna da illa ga
kwakwalwa kuma ya kamata a guji su
Akwai duhun ruhohi (fatalwowi) da ke yawo a sararin
samaniya don neman tunani da jiki da za su iya amfani da su
.don cimma burinsu da burinsu
Saboda haka, dole ne mutum ya yi taka tsantsan da
mamaye irin wadannan ruhohi ta hanyar sanya hankali ya
.shagaltu da kyawawan tunani da kyawawan halaye
Bai kamata a bar hankali a wofi ba. Wannan, ba shakka,
ya bambanta da shirya hankali don karɓar wahayi da kuma
.rawar jiki mafi girma yayin bimbini

* **

Idan aka dauki kuɗi a matsayin ma'aunin farin ciki, a
zahiri yana kawo rashin jin daɗi, domin yana haifar da
.hassada, kwadayi, da rashin jituwa tsakanin 'yan uwa ɗaya
Rayuwa za ta fi kyau ga kowa idan ta fi sauƙi. Shi ya sa
.malamai ke karfafa rayuwa mai sauƙi
Idan zai yiwu, yana da kyau a guji manyan birane,
domin mazauna birni galibi suna kewaye da hayaniya, yayin
da mutum ke jin 'yanci da kuzari a kananan al'ummomi
Abin takaici, yawancin mazauna birni ba sa aiki tukuru
don haɓaka da kuma kula da sha'awar ruhaniyarsu, wasu
kuma suna zama masu kunkuntar tunani kuma suna rayuwa
kusan ta hanyar injiniya. Duk da haka, akwai wadanda za su
iya daidaita rayuwar birni da ta ruhaniya idan suka zaɓi
.haka

Sai dai idan mutum ya kawo Allah cikin rayuwarsa ya
kuma samar da daidaito mai tasiri, matsaloli za su zo masa
.komai salon rayuwarsa

* **

Mutum zai iya samun farin ciki a cikin karamin bukka,
kuma yana iya fadawa cikin damuwa da bakin ciki ko da a
cikin gidan sarauta mai tsada

Yawan jin dadi da kuma jin dadin abubuwan more
rayuwa sau da yawa suna korar farin ciki daga rai maimakon
.kawo shi

Duk wanda ya dogara ga biyan bukatunsa don farin
cikinsa ba zai iya cimma wannan farin cikin ba, domin farin
ciki a wannan yanayin ya dogara ne akan wani abu da yake
.tsammanin samu a nan gaba

Yana yin wasa da farin ciki kuma yana kokarin cin
nasara a kansa ba tare da ya taba cimma hakan ba, kamar
wanda ke bin kawayen ruwa a cikin hamada
* **

Isar da isasshen barci yana taimakawa wajen samar wa
jiki da kuzari, yayin da yawan barci yana gajiya da jiki har
ya kai ga mutum ba ya son yin aiki duk rana, sai dai ya ga
.yana jan hankalin kansa

Hanya daya ta kawar da gajiya ita ce ta hanyar samar
da iskar oxygen ga jiki, wato, ta hanyar samar masa da iskar
.oxygen

Idan ka ji gajiya, maimakon zuwa kicin don cin abincin
ciye-ciye, ka fita waje na tsawon mintuna goma ko goma sha
biyar ka yi numfashi sosai, ka fitar da numfashi sannan ka
.shaka

Maimaita wannan sau da yawa. Kada ka yi numfashi da
sauri ko da karfi, amma a cikin yanayi mai dadi, a hankali,
da zurfi. Bayan wannan lokacin da ka yi a buɗe, za ka ji
.kuzari kuma ka ga gajiya ta bace
* **

Lambun Rayuwa

Zan yi amfani da dukkan ikon da Allah ya bani ta hanyar
da ta dace kuma mai amfani
Allah zai taimake ni idan na taimaki kaina, ina addu'arsa
ya kara min nasara a kokarina

Na boye kuma na binne gazawar a makabartar jiya. A
yau zan noma gonar rayuwata da sabon kokarina na kirkira,
kuma zan shuka iri na hikima, lafiya, wadata, da farin ciki a
.cikin kasarta

Zan shayar da iri da ruwan bangaskiya ga Allah da kuma
amincewa da kai, kuma zan jira Mai Karimci ya ba ni girbi
.mai yawa

Ko da ban girbe amfanin gona ba, zan ci gaba da godiya
.da gamsuwar da na samu daga kokarin da nake yi

Zan gode wa Allah da ya bani damar yin kokari akai-akai
har sai na yi nasara da taimakonsa, kuma zan gode masa
don cika burina mafi soyuwa da kuma kyawawan buri na

* **

Sai dai idan maza da mata sun fahimci yanayin junansu,
za su azabtar da junansu da azaba mai tsanani ta fuskar
.tunani

Kowannensu dole ne ya yi iya kokarinsa don samar da
daidaito tsakanin hankali da motsin rai don su zama mutum
.mai cikakken iko

* **

An bai wa mutane jin dadɓi domin kare jiki Ba tare da jin
dadɓi ba, mutum zai iya fuskantar mummunan rauni ko
konewa ba tare da saninsa ba

Dabbobi ba su haɓaka wannan karfin da mutane ke da
shi ba, saboda haka jin zafi ya yi kasa; in ba haka ba,
zaluncin da aka yi musu ta hanyar wasu hanyoyin kisa da
yanka ba zai yi musu wahala ba. An jefa kaguwa cikin ruwan
!zafi, yana raye

Domin duka ciwo da jin dadɓi halittu ne na tunani, ana
iya rage radadin jiki ta hanyar yin amfani da ikon sarrafa
hankali. Sannan mutum zai iya jin wani abu a matsayin
.alamar wani yanayi na daban, ba tare da jin zafi ba
Yawan jin dadɓi ko zafi yana karfafa tasirinsu, yayin da
raguwar jin dadɓi ke sa mutum ya rage jin zafi da kuma
.rashin biyayya da kuma bauta wa jin dadɓin ji

Na horar da jikina da hankalina don su rage saurin
amsawa, kuma na sami kaina cikin 'yanci daga abubuwan da
ke raba hankali. Wannan horon shine hanyar 'yanci daga
.kamawar ji da bukatunsu marasa iyaka
Daya daga cikin likitocin yana da karfin tunani har ya
!sami damar yin tiyata mai haɗari a kansa
Hakika, wannan ba zai yiwu ba ga tunanin da ke cikin
mawuyacin hali. Amma tare da horarwa, hankali zai iya
zama mai karfi da karfi. Yawan horo da gyaran tunaninsa,
.gwargwadon yadda zai iya sarrafa shi
Yaro mai lalacewa ko wanda aka yi wa tarbiyya yana
cikin damuwa sosai ko da kuwa ɗan karamin rauni ne, yayin
da yaron da aka horar da juriya da juriya ba kasafai yake ja
da baya ko kuma ya ja da baya sakamakon ciwo a lokacin da
.ya fuskanci mummunan rauni ba

Haɗawa daga zurfin ruhi

Malami: Paramhansa Yogananda

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

Ya natsuwar har abada

Ka kare ni daga zafin fushi mai tsanani wanda ke girgiza
jijiyoyina da kuma kunna kwayoyin kwakwalwata

Bari in bar dabi'ar fushi, wadda ke kawo rashin jin daɗi a
gare ni da abokaina

Ya Ubangiji, kada in shiga cikin tsokanar son kai da ke
nisantar da ni daga kaunar kaunatatuna

Kada in kara fushina da bacin rai ta hanyar samar musu
da duk abin da zai kara musu karfi da karfi da gangan.

Ya Ubangijin natsuwar tsarki, idan fushi da fushi suka
cinye ni, ka sanya madubin tsawatarwa a gabana, inda zan

iya ganin mummuna ta, wadda aka haifa ta hanyar shakewa da fushi!

Ba na son in yi kama da mummuna a gaban wasu, fuska mai cike da fushi mai tsanani

Zan magance matsalolin rayuwa da tunani da ayyukan soyayya, ba da kiyayya da fushi ba

Ka albarkace ni domin in warkar da raunukan fushi a cikina da man shafawa na mutunta kai, kuma in warkar da raunukan fushi a cikin wasu da man shafawa na tawali'u, kirki, da natsuwa

Maido da Gaskiya

Bari hasken kaunarka, Ya Ubangiji, ya haskaka daidai gwargwado ga dukkan membobin iyalinka na sararin samaniya ba tare da togiya ba

Dan Adam ya rasa bayyananniya, ya zama mai jinkirin fahimta, ya kasa karɓar haskenka, kuma laifinsa ne. Taimaka mana mu share hazo na kuskure daga madubin fahimtarmu ta gaskiya.

Juriyarmu ta ruhaniya tana da rauni kuma mai rauni, don haka ka aiko mana da karfinka, Ya Ubangiji, cikin gabobinmu domin mu kawar da tururin duhu mai kauri wanda ya rufe gaskiyarmu kuma ya hana kwararar hasken warkarwa kyauta

Kai, da ace da mun zama madubai masu haske, masu haske wadanda ke nuna siffarka mai tsarki da haske!

Bari in sami kaina a cikin kowa

Bari in gane cewa ba tare da alherinka da hikimarka ba, da na zama gurgu, kuturu, ko makaho. Kuma ko da yake

hakan ne abin da ya cancanta, da na yi marmarin warkarwa kuma na neme shi da himma.

Uwa Mai Tsarki, idan na ga mutanen da gabobinsu suka lalace ko kuma waɗanda ke cikin bakin ciki, bari in ji cewa ruhunka ne da ke wanzuwa wanda ke shan wahala a jikinsu da ruhinsu.

Allah ya albarkace ni domin in ji yadda dukkan 'yan'uwana suke ji, kuma domin in yi kokarin 'yantar da su daga cikin mawuyacin halin da suke ciki kamar yadda nake kokarin 'yantar da kaina

Yayin da nake sha'awar wasu, ina fama, ina kuka, kuma ina murmushi, dole ne in sami kaina a cikin kowa

Ka zama fitilar hikimata

Idan jirgin ruwan hankalina ya kusanci duwatsu masu haɗari na sha'awa mai kwadayi, waɗanda guguwar jahilci ke jagoranta, to ku yi mini gargadi, Ya kai wanda shine fitilar hikimar Allah

Kullum ina neman bakin adalcinka da kuma mafakar tsaronka!

wakokin mala'iku

Sanda mai sihiri na tunani ya taɓa dukkan sautuka kuma ya canza su zuwa sautin Om na asali yana gudu ta cikin hanyoyin taurari, a faɗin duniya da kuma tsakanin ruwa

Ya Ruhu, ka bayyana mini kanka da muryar Om: kiran duniya na bauta da tunani

Duk kyallen jikina da dukkan wayoyin jijiyoyina suna rera wakokin mala'iku na Om cikin jituwa

Addu'a ta yau da kullun don jagora mai tsarki

Ya Ubangiji, zan yi aiki da nufina kuma in yi aiki da gaskiya da gaskiya, amma in shirya da hankalina, nufina, da ayyukana zuwa ga hanya madaidaiciya domin in yi duk abin da ya kamata in yi.

Kamshin girmamawa

Ina kulantarki da hannuwa a hafe, da sunkuyar da kai, da kuma zuciya cike da kamshin girmamawa

Daga zukan masu bauta maka, na cire ainihin sha'awar kamshi na gauraya ta da digon ruwa daga idanuna.

Da wannan ruwan tsarki zan wanke kafafunki masu ruwan hoda

Kai ne mahaifina da mahaifiyata, ni kuma danka ne

Kai ne jagoran jagora wanda nake sauraron maganarsa kuma nake bin umarninsa da son rai

Zo, ya Allah farin ciki

Ya Uwa ta Duniya, ki zama ita kadai harshen wuta a cikin zukanmu kuma ki kawar da duhun rayukanmu

Kuma cikin hawayen kaunarmu gare ku, ku wanke kaunarmu ga abubuwan duniya

Kuma cikin farin cikin yarjejeniyarmu da ku, ku kawar da bakin cikinmu da bakin cikinmu gaba daya

Ka sanya kananan zukanmu su zama babban zuciya wanda zai iya daukar cikakkiyar kasancewarka

Kuma a cikin madubin yanayinka mai albarka, bari mu ga kanmu cikakke kuma tsarkakakke

Allah Ya sa harshen kaunarmu a gare ku ya tashi sama da harshen sha'awar duniya

Miliyoyin jaraba suna boye kansu kamar ku kuma suna yaudarar mu koyaushe

Zo, ya ke farin ciki mai tsarki! Bari dukkan sha'awata a gare ka ta shiga ciki

Ka zama duniyar da ke cikin duhun dare na jahilci, ka rife hannuna ka dawo da ni lafiya zuwa mafakarka mai aminci!

Rantsuwar almajirin

Zan rinjayi girman kai da tawali'u

Kuma kiyayya da soyayya

Jin dadi ta hanyar natsuwa

Ana maye gurbin son kai da karimci

Kuma mugunta da nagarta

Jahilcin ilimi,

Kuma ku damu, cikin kwanciyar hankali na tunani, a kanku, Ya Allahna

Ka nisantar da ni daga mugunta

Ka kiyaye ni, ya Ubangiji, domin kada in ji mugunta, ko in ga mugunta, ko in fadi mugunta, ko in hura mugunta, ko in taba mugunta, ko in ji mugunta, ko in ji mugunta.

Ba na tunanin mugunta, kuma ba na mafarkin mugunta

Addu'a Don Babban Haske

Ya Ubangijin Girma, Ya Asalin Rayuwa da Ruhin Duniya, Ya Abokin Abokai! Ka bayyana mini sirrin rayuwata Ka koya mini yadda zan bauta maka cikin natsuwa, nutsuwa, da kuma taka tsantsan.

Cikin nutsuwar raina, ka nutsar da ni domin in fahimci kasancewarka ta har abada a cikina da kuma kewaye da ni

Ina da matuƙar sha'awar saninka, Ya kai wanda ba shi da kamarka, Ya kai wanda ba shi da misaltuwa, Ya kai wanda ba shi da wani matsayi kuma mai ɗaukaka wanda ya cancanci girmamawa da godiya!

Abubuwan da ke haifar da kewar kewa

Da wayewar garin zuwanka, furannin sha'awata za su yi fure su zama furanni masu sabo

Ya Ubangiji, ka gaggauta ranar da zan saka furanni kore na waɗannan furannin in ajiye su a kafafunka

Addu'a kafin cin abinci

Ya Ubangiji, ka karɓi wannan abincin, ka tsarkake shi, kuma kada ka bar mai yawan cin abinci ya kazantar da shi

Abincin yana zuwa mana daga gare ku kuma an yi shi ne don ya ci gaba da rayuwar jikin ku. Ku albarkace shi da ruhunku domin ya zama ruhun da ke karfafa mu da kuma karfafa mu.

Kai ne cikakkiyar furen allahntaka, cike da rai, alheri, da kyau, kuma mu ne furanninta. Ka cika rayukanmu da kamshin kamshin kasancewarka mai karimci.

Iskar da muke sha'awa

Ka buɗe rassan zukanmu ka saki kamshinsu da ke tsare a bayan sandunan ganyen ruwan hoda domin iskar fahimtarmu ta ruhaniya ta ɗauke kamshin mai daɗi ta kai su haikalinka mai tsarki.

Ya kai wanda ya cancanci dukkan bauta da girmamawa!

Muna son iskar sha'awarmu ta busa a kan kafafunku masu albarka

Rawaya daga har abada

Muryar dawwama ta yi mini magana cikin taushi da kasa, tana cewa:

"Na yi wa kunnenka rada duk tsawon lokacin da kake barci: 'Ka farka!' Kuma yanzu ka bar barcinka; ina gaya maka: Ka farkar da 'yan'uwanka, ka yi aiki tare da ni, domin kowa ya ji maganata."

Sai na yi alkawari, ina cewa:

"Zan yi iya kokarina don yada kiranku da kuma yada sakonku, kuma lokacin da na bar siffar duniyata, zan ari muryarku ta yanzu don ta rada wa zukatan da suka dace: Ku saurari wakokinsa na Allahntaka na ta'aziyya ta ruhaniya, domin yana kira gare ku koyaushe."

Zan jira dukkan 'yan'uwana maza da mata marasa adadi yayin da suke tafiya a hankali cikin dogon tafiya mai tsawo zuwa ga burin mai albarka na sanin kai, kuma ta hanyar 'Shispers from Eternity' zan yi musu rada: 'Ku farka, 'yan'uwana maza da mata, mu bi muryarsa da ke kira gare mu ba tare da katsewa ba, mu koma tare zuwa gidan sama'

Kai ne mabubbugar soyayya

Kai ne tushen kaunar sama da ta duniya

Kai ne uba wanda ke ba wa 'ya'yansa kariya da kuma uwa wadda ke yi musu tausasawa marar iyaka

Kai ne karamin yaro wanda ke yin leken asiri lokacin da yake furta kalaman soyayya ga iyayensa

Kai ne cikakken jituwa da ibada tsakanin masoya

Kana tsarkake bawa ta hanyar girmama ubangidansa
kuma kana karfafa alakar soyayya tsakanin abokai

Ka wanke ni da ruwan soyayya ta dukkan siffofinta, don
haka na zo ina kaunarka da dukkan ji a cikin raina da kuma
dukkun kauna da sha'awa a cikin zuciyata, Ya kai wanda ya
cancanci dukkan kauna, bauta da girmamawa!

Wakar Soyayya Madawwamiya

Ina daidaita igiyoyin wakokin zuciyata don sake kunna
wata tsohuwar waka: Labarin Soyayyata ta Farko

Ya Ruhu Mai Tsarki, a gare ka ina ba ka sabbin wakoki
daga Budurwa Rai: ingantattun haɗakar wakokin kaunata ta
har abada a gare ka

Rakuman wakokina suna rawa da sautin sararin
samaniya na teku marar iyaka, kuma suna tura ni bisa
rakuman farin ciki mai yawa zuwa ga mafi nisa daga bakin
teku

Ya wakar teku, mai natsuwa da kwanciyar hankali, ku
rera mini waka da murya mai kankanta ta neman uwa ta har
abada

Ya kai wakar kauna ta har abada! Girgiza ni a kan gadon
waka kuma bari barci ya kawata idanuna yayin da nake jin
daɗin zaman lafiya a kirjin mahaifiyata mai kauna!

Daga cikin tarin abubuwan tunawa, na samo taska mai
tsarki, gami da takardu da alkawuran da ka ba ni, kuma na
musanya su da zinariyar kauna Da ita, na gina, a kan wani
babban faɗin raina, babban fada mai daraja wanda ya
cancanci kursiyinka mai ɗaukaka. Yanzu ina jiran isowarka.

Ya kai bako mai girma da ɗaukaka na allahntaka, yanzu
ina jin kusancinka zuwa ga kursiyin zuciyata, cike da farin
ciki mafi girma

Gutsuttsuran mafarkina na lu'u-lu'u da suka fashe,
waɗanda aka binne a karkashin tuddan duhu na dā, suna
haskakawa daga hasken ziyararku

Daga cikin farin cikina, waƙoƙin godiya marasa sauti
suna gudana a cikin rafi mai ci gaba

Don Allah ku karɓi kambun maraba da na saka muku
musamman daga furanni da wardi na ibadata ta har abada!

A cikin lambun zuciyata

Kudan zuma na tunani na yana tashi zuwa lambun
zuciyata da ke boye, yana shawagi da iskar kaunata kuma
an kawata ta da lu'ulu'u na raba mai daɗi

Na noma muku kyawawan furannin lili masu ban
mamaki na fahimtar ruhaniya da kuma furannin daffodil
masu launin rawaya don ɗauke hawayena na tuba, furanni
masu laushi masu kama da tawali'u, da kuma furanni masu
faɗi don fahimtar rai.

A gare ku, bishiyoyin tunani na suna ba da 'ya'yan
itatuwa masu daɗi na addu'o'i masu kamshi, tare da
hannuwan tawali'u na rassan da suka yi laushi da raba

Kuma a cikin lambun zuciyata, zumar tunanina tana
shawagi, tana buguwa, a tsakiyar hadayun tsantsar zuma a
gare ku

Kofofi a buɗe

Ya Ubangiji, lokacin da nake makaho, ban sami kofa
ɗaya da za ta kai ni gare ka ba, lokacin da nake makaho,
ban sami kofa ɗaya da za ta kai ni gare ka ba.

Ka warkar da idanuna, kuma yanzu ina gano kofofi a
buɗe ko'ina:

A cikin zuciyar furanni, a tsakiyar sautin abota, da kuma tunawa da jarabawa masu daraja, kowace rafa ta addu'ata tana buɗe sabuwar hanya zuwa haikalin kasancewarka mara iyaka!

Wakar raina

A cikin kukan goge, karar garaya, da kuma radawar tunanina, na ji karar wakokin ku. Don haka na ja labulen sautuka masu yawa na duniya na saurara, cikin maye, muryarka mai ban mamaki, ya mawakin allahntaka.

Kai, wakar sihiri ta raina, a karshe na saurari ku

Ka tashe ni daga barcin da na yi a da

Ga kuma ina sanya furannin wakoki da wakokin da nake sha'awarsu a kan bagadinka mai tsarki.

Salam alaikum barka da warhaka

Nasarar ruhaniya ta hanyar kyakkyawan aiki

"Kana yin watsi da darussan falsafar da ke cikin littattafanka. Da alama kana dogara ne da 'fahimta' don taimaka maka ka ci jarrabawa ba tare da yin kokari mai mahimmanci ba. Amma sai dai idan ka yi karatu ta hanyar da ta dace da kuma tasiri, da kaina zan tabbatar da cewa ka fadɗi wannan darasin."

Farfesa Joshai, farfesa a Kwalejin Serampur (Indiya), ya yi min magana da waɗannan kalamai masu tsauri Rashin nasarar jarrabawarsa ta karshe a rubuce ya sa ban iya halartar jarrabawar karshe a Jami'ar Calcutta ba, wadda ta haɗa Kwalejin Serampur a matsayin ɗaya daga cikin rassanta. Dokar da aka kafa a jami'o'in Indiya ita ce ɗalibi wanda ya fadɗi kowane fanni a jarrabawar karshe ta ilimin

ɗan adam dole ne ya maimaita shekara mai zuwa a duk fannoni.

Farfesoshina a Serampur sun saba yi min kirki da barkwanci, suna cewa, "Mukanda (Paramhansa) ta ɗan yi kama da mai ruhaniya." Wannan ya kare ni daga kunyar amsa tambayoyi a aji, domin suna da tabbacin cewa jarrabawar rubutacciyar karshe za ta isa ta cire sunana daga jerin waɗanda suka nemi shiga jami'a. A gefe guda kuma, abokan karatuna, kawai sun yi mini lakabi da "mai ban sha'awa"

Na ɗauki mataki mai kyau don dakile barazantar Farfesa Joshail Lee na gaza ni a fannin falsafa. Kafin a sanar da sakamakon karshe, na nemi ɗaya daga cikin abokan aikina ya raka ni ofishin farfesa, ina cewa:

"Zo tare da ni, domin ina son shaida, kuma zan yi takaici idan ban kayar da farfesa ba."

Farfesan ya girgiza kansa bayan na tambaye shi maki nawa ya bayar da amsoshi na, sannan ya ce da karfin gwiwa da kuma karfin gwiwa yayin da yake bincike a cikin tarin takardu da ke kan teburinsa: "Ba ka cikin waɗanda suka yi nasara ba, domin takardarka ba ta cikin takardun. Koma dai mene ne, ka fadi ne saboda ba ka halarci jarrabawa ba."

Na yi murmushi na ce:

"Yallaɓai, na yi jarrabawa, za ka bar ni in nemi takardar aikina da kaina?"

Farfesan, cikin ruɗani, ya ba ni izini, kuma na yi sauri na fitar da takardar da na rubuta, inda na goge duk abin da zai iya bayyana asalina sai kalmar sirri. Tunda farfesan bai lura da sunana ba, ya ba amsoshina maki mai girma, duk da cewa ba su kunshi wani abu a cikin littafin ba!

Da zarar ya fahimci dabarata, sai ya yi ihu, "La'ananne wannan rashin sa'a!" Sannan ya kara da fatan, "Lallai za ka fadi jarrabawar karshe."

Dangane da jarabawar da ke cikin sauran darussan, na sami taimako, musamman daga ɗan uwana kuma abokina Prabhas wanda na sha wahala, duk da cewa ina cikin mawuyacin hali, a sauran jarrabawar karshe kuma na sami mafi karancin maki na wucewa.

Yanzu, bayan shekaru huɗu na kwaleji, na cancanci zama jarrabawar digiri na farko, wata dama da ban yi tsammani ba. Jarabawar karshe a Kwalejin Serampur ta kasance mai sauƙi sosai idan aka kwatanta da jarrabawar shiga Jami'ar Calcutta mai tsauri da ake bukata don digiri. A gaskiya ma, ziyarar da nake yi a kullum ga malamata, Sri Yuktiswar, ta bar ni ɗan lokaci kaɗan don bayyana a zauren jami'a Kasancewata ta fi ban mamaki ga abokan karatuna fiye da rashin zuwana!

Kullum aikina shine hawa kekeno da misalin karfe 9:30 na safe zuwa gidan malamaina, dauke da kayan da aka yi wa Sri Yuktiswar: wasu furanni daga lambun gidan malamaina Malamina zai gaishe ni da kyau ya kuma gayyace ni cin abincin rana, wanda na yarda da shi da farin ciki, ina sha'awar gujewa tunanin jami'a da aikina. Bayan sa'o'i da yawa tare da Sri Yuktiswar, sauraron hikimarsa mai ban mamaki ko kuma yin ayyukan gidan malamai, zan tafi da son rai da tsakar dare, in koma masaukina. Wani lokaci zan kwana tare da malamina, ina cikin farin ciki da tattaunawarsa mai haske, ba kasafai nake lura da canjin daga duhu zuwa wayewar gari ba.

Da misalin karfe sha ɗaya na dare ɗaya, yayin da nake shirin fita daga ɗakin, malamin ya tambaye ni da gaske:

"Yaushe ne jarrabawar farko za ta fara?"

Na amsa: "Kwanaki biyar daga yanzu, yallaɓai"

Ya ce, "Ina fatan kun shirya don hakan."

Na ji tsananin damuwa da firgici, don haka na yi zanga-zanga:

"Yallaɓai, ka sani sarai cewa na shafe kwanaki na tare da kai, ba tare da malaman jami'a ba, to ta yaya zan iya yin barkwancin halartar jarabawar karshe mai wahala?"

Sri Yuktiswar ta kalle ni da kyau ta ce cikin sanyi amma da karfi: "Dole ne ka halarci jarabawar domin kada mu ba wa mahaifinka da wasu damar sukarka saboda fifita rayuwar sufanci fiye da jami'a. Ka yi mini alkawarin cewa za ka halarci jarabawar kuma ka yi iya kokarinka don amsa tambayoyin."

Hawaye na kasa rikewa sun zubo mini, kuma na ji buƙatar malamin ba ta da ma'ana kuma damuwarsa ta zo latti. Tsakanin nishi da kuka, na ce:

"Zan halarta idan haka ne burinka, amma babu isasshen lokaci da ya rage don shiri mai kyau" Kuma na kara wa kaina cewa: "Zan cika shafukan da koyarwarka don amsa tambayoyin!"

Da na shiga wurin ibada kamar yadda na saba washegari, sai na gabatar da furannin wardi cikin girmamawa da baƙin ciki, sai Sri Yuktiswar ya yi dariya game da halin da nake ciki na baƙin ciki ya ce:

"Shin Allah ya taɓa ba ka kunya a jarabawa ko a wani abu daban?"

Na amsa da farin ciki, yayin da tunanina mai daɗi game da taimakon Allah ya bayyana a cikin zuciyata: "A'a, na Allah, yallaɓai"

Malamin ya ci gaba da cewa: "Ba kasala ba ne, sai dai wani irin sha'awa mai zafi da Allah ya hana ka neman girmamawa a jami'a."

Bayan shiru na ɗan lokaci, sai ya ambaci: "Duk wanda ya dogara ga Allah, zai isar masa" "Ku fara neman mulkin Allah da nufinsa, Allah zai kara muku albarkarsa kuma ya ba ku duk abin da kuke bukata"

Na ji nauyin damuwa ya ɗaga min kafada a gaban malamin. Da muka gama cin abincin rana da wuri, malamin ya ba da shawarar mu koma masaukin, yana cewa:

"Shin kawarki Romesh har yanzu tana nan a masaukin baki?"

Na ce, "Eh, yallabai"

Ya ce, "Ku tuntube shi, Allah zai yi masa wahayi ya taimake ku a jarabawar".

Na amsa, "Zan yi, yallabai, amma Romesh yana da aiki sosai. Shi ɗalibi ne mai daraja a kungiyarmu kuma yana da nauyi fiye da sauran ɗalibai."

Malamin ya yi watsi da kin yardata ya ce, "Romesh za ta sami lokaci a gare ku yanzu ku tafi, da albarkar Allah."

Na hau kekenan koma. Mutum na farko da na haɗu da shi a farfajiyar masaukin shine babban ɗalibi, Romesh. Kamar dai yana da lokacin taimaka mini, ya karɓi bukatata cikin gaggawa, yana cewa:

"Ka tabbata, Mukanda, ina yi maka hidima."

Ya yi awanni da yawa a wannan rana, sannan a cikin kwanaki masu zuwa ya horar da ni kan fannoni daban-daban, sannan ya ba ni shawara, yana cewa:

"Ina tsammanin tambayoyi da yawa a cikin adabin Ingilishi a wannan shekarar za su kasance game da Childe Harold, kuma ya kamata mu sami atlas nan take"

Na yi sauri zuwa gidan kawuna na aro akwatin talla inda Romesh ta yi alama a taswirar Turai wuraren da matafiyin Byron mai kauna ya ziyarta.

Wasu abokan aiki sun taru a kusa da mu don sauraron darasin, kuma daya daga cikinsu ya yi tsokaci a karshe:

"Romesh yana ba ku shawara mara kyau, domin kashi 50% ne kawai na tambayoyin yawanci suna game da littattafai, sauran rabin kuma suna game da rayuwar marubutan."

Amma lokacin da na zauna washegari don jarrabawar adabin Turanci kuma na kalli takardar tambaya a karon farko, hawayen godiya suka cika idanuna suka jike takardar. Mai lura ya matso kusa da ni ya tambaye ni dalilin cikin tausayi, don haka na yi bayani:

"Babban malamina ya annabta cewa Romesh za ta iya taimaka min Duba, tambayoyin da Romesh ta ba ni shawara iri daya ne a kan takardar jarrabawa. Abin farin ciki a gare ni, akwai tambayoyi kafan a wannan shekarar game da marubutan Ingilishi wadanda rayuwarsu sirri ce a gare ni!"

Da na dawo, masaukin baki ya cika da hayaniya, kuma wadannan samarin da suka yi wa Romesh ba'a sun kusan taya ni murna. A makon jarrabawa, na yi awanni marasa adadi tare da Romesh, wadda ta tsara tambayoyin da farfesoshi za su hada da su. Kowace rana, tambayoyin Romesh sun bayyana a takardun jarrabawa, suna amfani da kalmomi iri daya.

Labarin ya bazu a ko'ina cikin jami'ar cewa wani abu makamancin mu'ujiza yana faruwa, kuma nasarar "bautar da

ke cike da farin ciki" wacce ba ta da tunani a yanzu ta zama dama ta gaske, ban yi kokarin boye gaskiya ba, kuma farfesoshin yankin ba su da ikon canza tambayoyin da Jami'ar Calcutta ta gabatar.

Da na yi tunani sosai kan jarrabawar adabin Turanci, sai na fahimci wata safiya cewa na yi babban kuskure Daya daga cikin tambayoyin yana da sassa biyu: (a) ko (b) da (c) ko (d) Maimakon amsa tambaya daya daga kowace sashe, na amsa tambayoyin biyu a kashi na farko, na yi watsi da na biyu gaba daya Tunda mafi girman maki da zan iya samu a wannan takarda shine 33, wanda maki uku ya rage na mafi karancin maki na 36, na yi sauri na je wurin malamin, ina kuka da rashin sa'a, ina cewa:

"Ya shugabana, na aikata zunubin da ba za a yafe ba, kuma ban cancanci ni'imar Allah da ta zo mini ta hanyar Romesh ba"

Malamin ya amsa min: "Ka kwantar da hankalinka, Mukanda, ka kwantar da hankalinka"

Muryar Sri Yuktiswar tana da fara'a da rashin damuwa. Sai ya daga hannunsa sama ya ce, "Rana da wata suna musayar hanyoyinsu a sararin samaniya sun fi yiwuwa fiye da rashin samun digirin jami'a."

Na bar gidan sufi ina jin dadi, duk da cewa nasara ta yi kama da ba za ta yiwu ba a lissafi. Fiye da sau daya, na kalli sararin sama cikin tsoro na ga Uwargidan Ranar a tsaye a cikin sararin samaniyarta ta yau da kullun!

Da na isa masaukin baki, na ji wani abokin aiki yana cewa, "An sanar da ni nan take cewa an rage darajar cin nasara a Adabin Turanci a karon farko a wannan shekarar."

Na yi sauri na shiga ɗakin saurayin cikin tashin hankali na nemi sanin gaskiyar lamarin cikin babban motsin rai. Ya duba ni ya amsa mini, yana dariya:

"Kai, mai dogon gashi, me yasa wannan sha'awar kwatsam ga al'amuran ilimi? Kuma me yasa wannan farin ciki a minti na karshe? Duk da haka an riga an rage darajar wucewa zuwa 33 kawai"

Karfin Sarah mara iyaka ya mayar da ni ɗakina, inda na durkusa na gode wa Allah saboda cikakken lissafinsa da kuma alherinsa mara iyaka. Na ji karfin ruhaniya yana jagorantar ni a sarari ta hanyar Romesh. Wani babban haɗari ya faru game da jarrabawar Bengali ta Romesh, wacce ba ta taimaka mini da wannan batun ba, ta roke ni in dawo wata safiya yayin da nake shirin barin masaukin baki zuwa ɗakin jarrabawa.

Daya daga cikin abokan aikina ya yi mini ihu: "Romesh yana kiranka, kada ka dawo ko kuma za mu makara"

Na yi watsi da shawarar wannan abokin aikina na yi sauri na koma inda Romesh take, wadda ta gaya mini:

"Yawancin ɗaliban Bengali suna cin jarrabawar Bengali cikin sauki, amma sai na tuna cewa a wannan shekarar malaman suna da niyyar 'yantar' da ɗaliban da tambayoyi daga littattafan da aka tsara" Sai abokina ya yi mini bayani a takaice game da abubuwa biyu da suka faru daga rayuwar Bahrul Uloom Vidya Sagar, babban kuma sanannen ɗan adam na karni na sha tara.

Na gode wa Romesh kuma na hau kekeno zuwa farfajiyar kwaleji. Takardar jarrabawar Bengali ta yi daidai da yadda ya bayyana, tana ɗauke da sassa biyu. Sashe na farko ya yi tambaya: "Yi rikodin ayyukan alheri guda biyu da aka danganta ga Bahrul Uloom Vidya Sagar." Bayan na mayar da

wannan sabon ilimin (daga Romesh) zuwa takardar, na gode wa Allah da na saurare shi a lokacin karshe. Da a ce na kasance cikin rashin sanin alherin Bahrul Uloom ga ɗan adam (kuma yanzu ina cikin su, ba shakka!), da ban sami damar cin jarrawar Bengali ba.

Tambaya ta biyu da ke kan takardar ita ce: "Rubuta makala a cikin harshen Bengali game da rayuwar mutumin da ya fi ba ka kwarin gwiwa" Ba sai na gaya maka ba, masoyi mai karatu, wanda na zaɓa don darasin da nake yi. Yayin da nake cika shafi bayan shafi da yabo ga malamina, na yi murmushi, na fahimci gaskiyar maganata: "Zan cika shafuka da koyarwarka!"

Ban ji buƙatar neman taimako daga Romesh ba game da falsafa. Ina da yakinin cewa zan yi cikakken horo a karkashin Sri Yuktiswar, na yi watsi da bayanin littafin, kuma falsafa ita ce mafi girman maki da na samu. Haɗakar maki na a sauran fannoni sun isa su ci nasara.

Abin farin ciki ne a ambaci cewa kawata Romesh ta ci jarrawar da kyau

Fuskar mahaifina ta yi haske da murmushi a lokacin kammala karatuna, kuma ya yarda, "Da kyar na iya tunanin nasararka, ɗana Kana batar da lokaci mai yawa tare da malaminka" Hakika, malamina ya san sukar mahaifina ba tare da an faɗi ba.

Shekaru da yawa ina shakkar ranar da zan kara taken digiri na farko a sunana. Ba kasafai nake amfani da wannan taken ba tare da tunanin cewa kyauta ce mai tsarki da aka ba ni saboda dalilai masu ban mamaki. Wani lokaci ina jin waɗanda suka kammala karatun jami'a suna cewa karamin ɓangare ne kawai na ilimin da suka samu bayan kammala karatun. Wannan amincewa daga gare su kuma tana

ta'azantar da ni game da gazawar ilimi da ba za a iya musantawa ba.

A wannan rana a watan Yunin 1914, lokacin da na sami digiri na daga Jami'ar Calcutta, na sunkuya a gaban malamina don in gode masa saboda albarkar da ta kwarara daga rayuwarsa kuma ta lulluƙe raina. Ya daga ni cikin wasa ya ce:

"Tashi, Mukanda Allah ya ga ya fi sauƙi a sanya ka kammala karatun jami'a fiye da sake tsara hanyar rana da wata!"

Littafin Tarihin Rayuwa: Tarihin Rayuwa

Karin magana, wakoki da labarai ga malami
Paramhansa Yogananda



Wannan ikon allahntaka
Zai tallafa muku kuma ya karfafa ku
Kamar yadda koyaushe take tallafa min kuma take ba ni
karfi
Ina fadin wadannan gaskiyar daga gogewata ta kaina
Da ban taɓa fuskantar wadannan abubuwan a rayuwata
ba
Lokacin da na iya magana game da shi
Ina rayuwa ta wurin imani da Allah
Allah ne karfina
Ina ba da gaskiya ga babu wani iko sai ikon Allah
Kuma idan na mayar da hankali kan wannan iko mai
albarka
Ka haɗu da ni ka yi aiki ta hanyara

Nightingale na Sama

allahntaka

Ni ne abin hawanka na dare, ina hawa zuwa sama ta

kasancewarka ta sararin samaniya

A cikin neman digo na gaskiyarka akai-akai

Na yi maka addu'a da aminci mai zurfi

Domin ka aiko da ruwan rahamarka daga cikin girgije

mai zafi na shiru

Kuma tunda ina jin kishirwa sosai

Na rungumi duk wani muhimmin abu na saninka game

da kai da himma

Kai, yadda na yi marmarin jin kasancewarka a cikina da

!kuma kewaye da ni

Kishirwata ta yau da kullun ta kare ne kawai lokacin da

tabawarka ta sanyaya ta

Raina mara natsuwa da kuma kasancewata cike da

sha'awa

Lokacin yanke kauna da rashin bege ya wuce

Busasshen matsalolin ya bace tare da ruwan salamar ku

Kuma yanzu ina shawagi a hankali ina tashi sama, ina

rera wakokin gamsuwa da gamsuwa

Ni ne ɗan iskar dare wanda ke shan ruwan ta'aziyyarka

kawai

Saukowa daga kololuwar rayuwarka ba tare da katsewa

ba

* **

Kalma mafi mahimmanci ga yawancin mutane a wannan

"rayuwar ita ce "ni

Mutum mai halin ruhaniya da sha'awa yana tunanin

wasu kamar yadda yake tunanin kansa

Wadanda ke tunanin kansu kawai suna jawo wa kansu

kiyayya da fushin wasu

Wadanda ke kewaye da su Amma wadanda ke la'akari

da ji da abubuwan da wasu ke sha'awa sun gano cewa

Wasu suna tunani game da su kuma suna la'akari da
yadda suke ji
Idan akwai mutane dari a cikin gari, kuma kowannensu
yana son dauka daga
Dayan zai sami abokan hamayya casa'in da tara. Amma
idan kowannensu ya
Idan wani ya yi kokarin taimaka wa wani, to
kowannensu zai sami abokai casa'in da tara
Na rayu haka kuma ban rasa komai ba ta hanyar raba
abin da nake da shi da wasu
Hakika, duk abin da na bayar ya dawo mini sau biyu, da
yardar Allah Kuma yanzu ba ni da sha'awa
Ba don komai ba, domin abin da nake da shi a cikin
zuciyata ya fi girma da daraja fiye da duk abin da zan iya
tunani
Duniya tana bani ita Abin da mutum ke kokarin samu
shine cimma farin ciki
Da zarar an sami farin ciki, buƙatar yanayin da ke haifar
da shi ta bace
Garantina kawai a wannan duniyar shine kyawawan ji da
mutane ke ji game da ni Gaskiyar dukiya tana cikin rayuwa a
cikin zukan ƙaunatattu da abokai
Dole ne mu yi kokarin haɗuwa da Allah a wannan
rayuwar, an ba mu damar ɗan adam, hankali, da 'yancin
zabe, saboda haka dole ne mu yi amfani da waɗannan
baiwar don nemo Allah
Idan muka kasance masu son alheri, za mu yi farin ciki.
.Kuma idan muka bi wannan hanyar, wasu za su sha wahala
Wasu da ke kewaye da mu suna yin kama da mu kuma
suna kokarin yin koyi da mu Dole ne a kawar da wannan
Son kai shine tushen dukkan munanan ayyuka na
.mutum ɗaya da na zamantakewa
?Ta yaya kuma me yasa matsaloli ke farawa
Kowane ɗan adam yana ƙoƙari - a sani ko ba tare da
saninsa ba - don cimma burinsa na kansa cewa ba za a iya

cin nasara a kansa ba kuma ba za a taɓa shi ba. A cikin
dukkun burinsa na waje, ko ta hanyar kimiyya, kasuwanci,
magani, ko wani fanni na rayuwa, suna neman cimma zaman
lafiya da tsaro, 'yanci daga wahala, da kuma farin ciki mai
.ɗorewa

Wannan babu matsala, a gaskiya haƙƙinsa ne da
gadonsa na halitta wanda Mahaliccinsa yake so a gare shi,
muddin yana son waɗannan albarkar ga wasu kamar yadda
.yake so su ga kansa

A gefe guda, yawancin mutane suna ƙoƙarin samun
wannan gadon mara iyaka da marar iyaka ta hanyar hanyoyi
.masu iyaka da iyaka

Nasarorin ɗan adam za su ƙaru kuma su fi cancanta
idan, ban da gano duniya, mutum ya kuma yi ƙoƙarin da ya
!dace don bincika ƙarfin ruhaniya da iko a cikin kansa
Babu shakka cewa ci gaban duniya abin yabawa ne,
amma babu wani nasarar da ta fito daga waje da za ta bai
.wa mutum gamsuwa da amincin da yake nema da gaske
Kimiyya ta taimaka wajen kawar da annoba da dama da
suka yi barazana ga tsararraki na baya kuma ta taimaka
wajen haɓaka hanyoyin samar da kayayyaki masu inganci
waɗanda ke iya kawar da yunwa da talauci. Duk da haka,
kiyaye daidaito mai kyau a wannan duniyar bisa ga nasarorin
.da aka samu kawai yana da wahala

Mutum yana samun ci gaba a wani fanni, sai kawai ya yi
mamakin fitowar matsaloli marasa tsammani waɗanda ke
lalata nasarorin da ya samu

Wannan ba yana nufin cewa mutum bai kamata ya yi
ƙoƙarin neman mafita ga matsalolinsa ta hanyar amfani da
hanyoyin waje ba, a'a, abin da ake nufi shi ne daidaito da
.rashin karkata zuwa gefe ɗaya a kan abin da ɗayan zai ci
Allah ya bai wa mutum hankali da ƙarfin hali, kuma dole
ne a yi amfani da waɗannan don inganta yanayinsa a duniya
Yayin da ake yin ƙoƙari mai kyau, dole ne a gane tushen iko
da hankali na ciki kuma a daidaita shi da wannan tushen,

domin rashin daidaito shine dalilin da ke haifar da matsalolin
.da kurakuran ɗan adam

Ba za ka iya zama kawai ka yi tsammanin nasara za ta
faɗi a kan cinyarka ba Bayan ka tsara hanyarka kuma ka
kunna nufinka, dole ne ka yi kofari sosai, kuma za ka ga
cewa duk abin da kake bukata don nasara zai zo maka a
hankali, kuma komai zai motsa ka zuwa ga hanya
madaidaiciya. Nufinka, wanda aka cika da nufin Allah, zai
amsa addu'o'inka, domin lokacin da ka yi amfani da wannan
.wasiyyar, za ka buɗe kofar da za a amsa addu'o'inka
Dan Adam ya sami kwarewa a fannin kimiyya, fasaha,
magani, da sauran fannoni, wanda hakan ya ba shi damar
samar da jin daɗi da jin daɗi. Duk da haka, wannan ba yana
nufin cewa zai iya raba kansa da Mahaliccinsa ba. In ba haka
ba, waɗannan nasarorin za su rasa darajarsu, kuma
matsalolin zamantakewa, iyali, siyasa, da muhalli za su fara
bayyana da yaɗuwa. Wannan saboda, ta hanyar dogaro
gaba ɗaya ga abubuwan waje, ɗan adam ya rasa hikimar
sarrafa babban karfin da ya fitar ta hanyoyin kimiyya da
hanyoyi. Saboda haka, rayuwa ta zama mai rikitarwa har ta
zama da wahalar jurewa, har ma da tushen damuwa da
.rashin tabbas

* **

Dole ne mutum ya rayu da dukkan tunaninsa, motsin
zuciyarsa, da basirarsa, kuma ya kasance mai lura da duk
abin da ke kewaye da shi, kamar kwararren mai ɗaukar hoto
wanda ke amfani da damar da ta fi dacewa don ɗaukar
.hotuna mafi ban mamaki na kyawawan wurare
Jin daɗin ɗan adam na gaske yana cikin shirye-shiryen
mutum na koyo da kuma yin aiki yadda ya kamata da kuma
girmamawa. Yawan inganta kansa, gwargwadon yadda
mutum ke ba da gudummawa ga ci gaba da farin cikin
.waɗanda ke kewaye da shi
Kadan ne daga cikin waɗanda ke nazarin yanayinsu
kuma su yanke shawara ko suna ci gaba ko baya

A matsayinmu na ɗan adam mai baiwa da fahimta,
hikima, da fahimta, babban aikinmu shine mu yi amfani da
wadannan halaye daidai domin mu san ko muna ci gaba ko
baya. Ko da mun ci karo da gazawa akai-akai, bai kamata
mu yanke kauna ko mu rasa bege ba. Rashin nasara ya
kamata ya zama abin karfafawa, ba cikas ba, ga ci gabanmu
.na zahiri da na ruhaniya

* **

Matsaloli da matsaloli suna tasowa ne daga rashin sanin
ayyukan da suka gabata, wadanda suka aikata a wani lokaci
da wuri. Wahalar da suke sha a yanzu ta samo asali ne daga
tunani da ayyukan da suka furta, wadanda suka yi tushe a
cikin kasan saninsu, suna tsirowa zuwa shuka kuma suna ba
.da 'ya'ya iri ɗaya da wadannan tunani da ayyuka

* **

Mafi kyawun shiri don rayuwa mafi kyau
Idan muna son jin ɗaɗin rayuwa da gaske, lokaci ya yi
yanzu—ba gobe ba, ba shekara mai zuwa ba, ko ma a wata
rayuwa bayan mutuwa. Mafi kyawun shiri don rayuwa mafi
kyau a shekara mai zuwa shine mu rayu rayuwa mai amfani,
jituwa, da ma'ana a wannan shekara. Imaninmu game da
rayuwa mai zuwa ta babban nasara da farin ciki mai girma
ba shi da amfani sai dai idan muka fassara ta zuwa aiki
yanzu. Yau ya kamata ta zama rana mafi mahimmanci da
.ma'ana a rayuwarmu

* **

Wadanda ke son yin aure dole ne su koyi yadda za su
sarrafa motsin zuciyarsu da sha'awarsu, kuma makarantu ya
kamata su koyar da wannan fasaha, tare da gina natsuwa da
mayar da hankali Gidaje da yawa marasa farin ciki da iyalai
da suka wargaje suna wanzuwa saboda an yi watsi da
wannan muhimmin al'amari, a gida da kuma a makarantu Ta
yaya mutane biyu masu sha'awa da sha'awa marasa rinjaye
za su iya rayuwa tare cikin kwanciyar hankali da kwanciyar
?hankali

A farkon aure, sabbin ma'auratan suna cikin motsin rai
da farin ciki. Amma bayan wani lokaci, yayin da waɗannan ji
suka fara shuɗewa, ainihin yanayin ma'auratan ya fara
bayyana, tare da jayayya, rashin jituwa, jayayya, da takaici.
Zuciya tana buƙatar kauna ta gaske da abota, kuma sama
da komai, tana buƙatar natsuwa da kwanciyar hankali.
Lokacin da zaman lafiya ya lalace ta hanyar motsin rai mai
.tsanani, muhimmin ginshiki na auren ya raunana

* **

Gabobin jiki da motsin zuciyarsu suna buƙatar tsarin
jijiyoyi mai kyau don kiyaye lafiyarsu, kuzarinsu, da kuma jin
dadinsu. Domin kiyaye tsarin jijiyoyi cikin kyakkyawan
yanayi, yana da mahimmanci a 'yantar da kai daga motsin
.rai masu lalata kamar tsoro, fushi, kwadayi, da hassada

* **

Farin cikinka shine nasararka, don haka kada ka bari
wani ya kwace maka farin cikinka
Kare kanka daga waɗanda ke ƙoƙarin dame ka Lokacin
da nake ƙarami, na yi matuƙar fushi da waɗanda ke yaɗa
jita-jita game da ni, amma daga baya na fahimci cewa
.lamirina ya fi muhimanci fiye da amincewar mutane da ni
Lamiri sani ne mai fahimta wanda ke rubuta tunanin
mutum da kuma kwarin gwiwarsa cikin aminci da daidaito.
Idan lamiri ya bayyana kuma mutum ya san yana yin abin da
ya dace, babu abin da zai tsorata shi. Lamiri mai tsabta
shaida ce ta yardar Allah. Waɗanda ke da lamiri mai tsabta
suna samun farin ciki a rayuwarsu kuma suna samun albarka
.da yardar Allah

* **

Kowace kalma da mutum ya furta tana barin tasiri mai
ɗorewa ga kwakwalwarsa da tunaninsa. Idan ran mutum ya
bar jikinsa a lokacin mutuwa, shigarsa wani wuri zai dogara
ne akan hukuncin da karmarsa (sakamakon ayyukansu) ya
.yanke sakamakon kalmomi masu kyau ko marasa kyau

Kalmomi masu kyau da ke fitowa daga zuciya mai
daraja za su samar da sakamako mai kyau ga rai, yayin da
munanan kalmomi da miyagun halaye ke haifarwa za su tara
.mummunan karma ko mummunan sakamako ga rai
Kalmar ta kunshi girgiza guda uku: girgizar hankali ko ta
hankali, girgizar motsi ko ta duniya, da kuma girgiza ta zahiri
.ko ta bayyane

Kalmar "salama" tana da rawar jiki guda uku daban-
:daban

Ragewar tunani ko nufin da ake so idan aka furta 1
"kalmar "salama
Girgizar kuzari a cikin kwakwalwa, igiyoyin murya, da 2
harshe, wanda nufinsa ke motsawa, lokacin da aka furta
"kalmar "salama
Girgizar muryar da tasirin furta kalmar "salama" a 3
zahiri

Saboda haka, kowace kalma, ko mai kyau ko mara kyau,
tana barin rawar jikinta - wato, tasirinta - a jiki ko
kwakwalwa, da kuma kuzarin rayuwa da hankali a cikin
nau'in sha'awa da sha'awa. A kan wannan tushen, rawar
dukkun magana tana barin halaye masu kyau ko marasa
.kyau a cikin tunani

Wanda ya kawar da dalilan da ke sa a karkatar da
gaskiya yana kafa babban karfi a cikin kansa don kada ya yi
shaidar karya kuma duk kalmominsa gaskiya ne
Ya Ubangiji, ka ba ni karfin yin amfani da muryata don
bauta wa gaskiya ta hanyar faɗin kalmomi masu daɗi, masu
amfani, da kuma wartsakewa. Yi waƙoƙinka marasa mutuwa
a kan sarewa ta rayuwata domin in sami albarka ta hanyar
.rawar waƙoƙinka masu tsarki

* **

bargo mai iyo

Wata rana, abokai biyu suna tafiya a bakin kogin sai
suka ga abin da ya yi kama da bargo mai iyo. Daya daga

cikinsu ya jefa kansa cikin kogin ya yi iyo har sai da ya isa
""bargon

Amma ya makara wajen komawa bankin, sai abokinsa
ya lura cewa yana fuskantar matsala wajen magance
"bargon" kuma shine dalilin jinkirin dawowarsa, don haka sai
:ya yi masa ihu, yana cewa

?Me zai hana ka bar ta ka koma

Abokinsa ya amsa: Abin da nake kokarin yi kenan,
amma bargon yana manne da ni kuma ba zai bar ni in tafi in
.dawo ba

Abin mamaki, sai ya fahimci cewa abin da yake
.tsammani bargo ba komai ba ne illa beyar ninkaya
Ina ganin wannan labarin yana da ma'ana kuma yana da
amfani ga fannoni da dama na rayuwar ɗan adam. Ina ganin
sakonsa na taka tsantsan ne da kuma taka tsantsan game
da gaggawar yin ayyuka waɗanda ka iya haifar da sakamako
.mara kyau

Wannan bargon na iya zama kawai wani ra'ayi da ke
shawagi a cikin kogin tunani wanda, idan aka kammala shi,
ya koma wani sha'awa mai yawa wanda yake da wahalar
.sarrafawa

Ko kuma yana iya zama wata mummunar dabi'a wadda,
da zarar ta yi tushe a cikin kwakwalwa, ta bugi harsashinta
ta kuma faɗaɗa tushenta, ta zama wani muhimmin ɓangare
na rayuwar mutum, ta yadda zai zama fursuna a cikin
.rikonsa

Ko kuma yana iya zama wata irin jaraba ta daban, jarin
da ba shi da lokaci ko dacewa kuma yana haifar da asara
.mai yawa, duka na kayan duniya da na ɗabi'a

Ko kuma yana iya zama wata akida da ta yi kama da
ma'ana da kuma amfani, don haka mutum zai rungumi ta
kuma ya fahimci, bayan ta shiga cikin halittarsa, cewa
.gaskiyarta ta bambanta da bayyanarta

Ko kuma yana iya zama yanayi ko kuma karkacewa tare
da sakamako mara tsammani

Ko kuma tsalle cikin duhu
Saboda haka, an ce: Yi la'akari da matsayin kafarka
kafin ka dauki mataki
* **

Karshen Tafiya
Na dade ina cin karo da hanyoyin shakku masu
karkacewa
Na ketare kwaruruka na tunani wadanda suka raba ni da
kai tsawon shekaru
Na ketare hamada marasa adadi
Na bi burina da yawa
A karshe, na 'yantar da kaina
Daga cikin rakuman bakin ciki da jin dadi
Don haka na kammala tafiyara na isa karshen hanyata
Kuma yanzu ina kallon abubuwan da suka gabata da jin
dadi da jin dadi
Daga kowace dutse ta azabar da na sha a da
Ido ya fashe da hawayen farin ciki
Kuma a cikin wadannan ruwaye masu tsarki
Ta hanyar hawayen soyayyata a gare ki, ina tsarkake
kaina kowace rana

* **

Ina da fitilar sirri
Kuma da sha'awa nakan aika da wani haske mai sauri a
kusa da ni
A cikin natsuwar duhun ciki
Sau da yawa ina ganin kananan kifaye a matsayin
ra'ayoyin kirkire-kirkire
An kama shi cikin hasken kwatsam
Na yi amfani da wannan a matsayin abin koyi
Don kama manyan halittu a cikin zurfin sanina
Amma da yawa daga cikinsu sun tsere
Bayan karamin da'irar haske
Daga mabiyanka masu kishin addininka
Mai arziki a wakokin azurfa da mafarkan zinare

Da kuɗin soyayya, na sayi raga masu haske da haske
don fahimtar rai
Kuma daga gare ta ta kera wata babbar hanyar sadarwa
ta yadi mai haske

Na ratsa tekun hikimarka don nemanka
!Kamawar ta yi yawa kuma tana da daraja
Na sami tarin kyawawan ji da farin ciki
Kuma taskokin tunawa masu tsarki da suka bace
,Bugu da kari
na tsinto ka
!Kuma na kama ka, ya taska mai tarin dukiya

* **

A cikin kwanakin bazara na rayuwa
Ina tattara nectar na motsin rai
Daga furannin kyawawan halaye
Wanda ke tsiro a cikin lambunan kyawawan ruhohi
Kuma na adana shi a cikin zuciyata
ruwan 'ya'yan itace da aka tace
Daga furannin hakuri masu girma
Da kuma 'yan tawali'u da kamshinsu mai laushi
Kuma furanni masu ban mamaki na ra'ayoyin lotus
masu laushi
Kuma lokacin da ya zubo min
Abubuwan da suka faru a lokacin dusar kankara da
sanyi a lokacin hunturu
Kuma rabuwar duniya mai raɗaɗi
Ina neman ɗumi da ta'aziyya
A cikin ruwan tsami da aka adana a cikin kwayar
zuciyata

A cikin wannan ɗakin mai albarka, a gabanka
Sau da yawa ina samun kudan zuma mai tsarki
Ku ɗanɗani zakin tsofaffin sha'awata
Ina jin kwanciyar hankali, farin ciki, da kuma ta'aziyya

* **

Ina yi imani da 'yan uwantakar bil'adama, a cikin
soyayya ta duniya, fahimta, da haɗin gwiwa tsakanin
.mutane don rage nauyin rayuwa ga juna
Dole ne a gabatar da manyan manufofi na duniya a cikin
wannan duniyar, kuma dole ne a ɗauki manufofi waɗanda za
su ɗaga ɗan adam zuwa manyan matsayi, su tsaftace
tunaninsa, su rage sha'awarsa, sannan su inganta baiwar da
.yake da ita

Ana iya cimma wannan ta hanyar misali na ruhaniya da
ka'idodi masu kyau, ba ta hanyar karfi mai karfi da yake-
yake masu barna ba. Ikon siyasa yana da haɗari ba tare da
.ka'idodin ruhaniya don shirya da kuma mulkar shi ba
Idan na koma ga ka'idodin ruhaniya, ba ina nufin
takamaiman koyaswa, kungiyoyi, ko alaƙar imani ba, sai dai
dokokin duniya baki ɗaya: dokokin adalci da nagarta
waɗanda suka shafi kowa kuma suka kawo masa alheri,
.walwala, da zaman lafiya

* **

Me yasa mutum yake batar da lokacinsa yana neman
tarkacen kaunar ɗan adam da ɗan kuɗi da wannan ko
wancan, alhali kuwa zai iya samun komai a cikin Allah wanda
?shine tushen dukkan kauna da karfi
Bai kamata mu nemi Allah don kwadayin iko ba, sai don
sha'awar soyayya. Sannan za mu sami babbar taska. Idan
muka kaunaci Allah da kauna mai zurfi da zuciya ɗaya, zai
amsa mana, kuma mu ji kaunarsa tana bugawa a cikin
.zukanamu

Rayuwa ta fi daɗi idan mutum ya yi tunani game da
Allah. Da zarar mutum ya yi tunani game da yanayin
ruhaniya yayin aiki, to, karfinsa na yin murmushi yana
karuwa a wannan duniyar yanzu da kuma koyaushe—a cikin
sanin Allah mai daɗi Babu abin da ya shafe ni Ko ni kaɗai ne
ko tare da wasu, farin cikin Allah yana nan a cikina
.koyaushe

Na yi nasarar ci gaba da murmushina kuma waɗannan murmushin suna nan a cikinka, haka nan kuma irin farin ciki da jin daɗin rai da ke cikinka. Ba kwa buƙatar samun su, sai dai kawai ku sake samun su. Ka rasa su na ɗan lokaci ta hanyar fahimtar kanka da gaɓoɓi, kuma za ka iya sake .samun su

Duk wanda ya yi imani da cewa abubuwan jiki, waɗanda za a iya jin daɗinsu ta hanyar gani, ji, dandano, kamshi, da taɓawa, suna kawo farin ciki tsantsa, to kuskure ne ƙwarai. Hankali ba ya ba da farin ciki; maimakon haka, suna hana mu. Idan ka sanya sharuɗɗa don farin cikinka, kamar faɗin, "Ba zan iya yin farin ciki ba sai na ga wannan fuskar," ba za ka taɓa jin daɗin farin ciki mai tsabta, mara lahani ba, domin .jin daɗin ji yana wucewa ta hanyar da ba ta dace ba Kwanaki da shekaru suna da tasiri ga kyawun jiki. Komai a duniyar zahiri yana ƙarƙashin dokar canji. Don haka, ko da mutum zai iya ganin kowace kyakkyawar fuska a duniya, ya ji kowace sauti, ya kuma taɓa duk abin da yake so, ba zai sami farin ciki na gaske ba. Duk da haka, suna iya ruɗin .kansu su yi tunanin suna farin ciki

Wani lokaci, bayan yin ƙoƙari mai yawa don samun wani abu, mutum ba ya samun farin ciki a cikin abin da kansa Duk da haka, mutum yana samun gamsuwa daga ƙoƙarin da aka yi, saboda haka yana ganin mutum yana farin ciki Amma irin .wannan gamsuwa na ɗan lokaci ne kuma yana daɗewa Saboda haka, ba shi da amfani a nemi farin ciki a ma'anarsa, dole ne a sami farin ciki na ruhaniya kuma a bayyana shi ta kalmomi da fuska. Lokacin da mutum ya yi haka, ko da ƙaramin murmushi zai lulluɓe duk wanda ke kewaye da shi da ƙarfin maganadisu mai albarka, kuma .wasu za su ji daɗi

Amma Allah ne kaɗai zai iya canza zukata Bai kamata mu danganta wa kanmu ikon yin alheri ba. Allah ne kaɗai mai yin alheri a rayuwa. Wannan duniya taSa ce. Idan ka ji kasancewarSa kuma ka fahimci cewa Shi ne ke da iko a kan

komai, kuma idan ka ba Shi komai—ayyuka masu kyau har
ma da marasa kyau—za ka yi mamakin ganin cewa duk
.ayyukanka za su canza zuwa ayyuka masu kyau

**

Da zarar mun yi tunani mai kyau game da wani mutum,
fahimtarmu za ta faɗaɗa kuma fahimtarmu za ta faɗaɗa.
Idan muka yi tunanin makwabcinmu muka kuma nuna masa
tausayi, wani bangare na rayuwarmu yana bayyana gare shi
tare da wannan tunanin, kuma ba wai kawai tunanin da
kansa ake bukata ba ne, har ma da shirye-shiryen aiwatar da
.wannan tunanin

Bai kamata mu ware kowa daga da'irar soyayyarmu ba
{kuma makwabcinka kamar kanka ne} {makwabcinka
sannan makwabcinka sannan makwabcinka}
Aure darasi ne a kan kyautatawa mutane biyu, sannan
yara su zo su raba rayuwa da su. Amma son kai ne a yi
tunanin iyali na kusa kawai domin waɗanda ake kauna za su
bar mu wata rana, kuma wannan tunatarwa ce cewa
manufar dangantakar ɗan adam ita ce faɗaɗa wayar da kan
jama'a game da sadaukarwa ga wasu da kuma raba musu
.kayan duniya da kuma jin daɗin abokantaka

* **

Idan kana barci, kana kwantar da tunani da ji a hankali,
amma idan ka kwantar da tunani da ji a hankali ta hanyar
yin bimbini, abu na farko da kake fuskanta shine yanayin
kwanciyar hankali, kuma tsokoki na fuska suna yin
murmushi wanda ke nuna kwanciyar hankali na zuciya
Amma dole ne ka duba fiye da yanayin kwanciyar
hankali domin ganin tsarkin ranka
Wannan tsarkin, mara lahani kuma ba ya gurbata ta
hanyar abubuwan da ke motsa hankali ko halayen atomatik
Sakamakon shine tunani da ke da alaƙa da ji da kuma
yanayin da kake fuskanta a lokacin shine farin ciki mai
.sabuntawa koyaushe

Annabawa da waliyyai suna da wannan farin ciki a
zukatansu koyaushe suna jin tsaro da natsuwa mai albarka,
ba sa girgiza kuma ba sa shan kashi daga guguwar fushi,
kuma damuwa da tsoro ba sa taɓa su. Ta amfani da fatar
hankali ko fahimta, suna iya rarraba tunaninsu ko tunanin
wasu a kan teburin aiki na hankali yayin da suke kiyaye
.natsuwarsu da kwanciyar hankali

A cikin ni'imar rai, bakin ciki yana bacewa gaba daya,
kuma fahimtar ruhaniya tana bayyana a cikin kasancewar
almajiri mai farin ciki, yana kara karfinsa a cikin mafi girman
.kai

* **

Murmushin gaskiya murmushi ne na farin ciki na
ruhaniya wanda aka samu daga tunani da tunani game da
Allah da kuma jin kasancewarsa
Murmushina yana fitowa ne daga wani babban farin ciki
a cikina - farin ciki da kowa zai iya samu. Kamar kamshin da
ke fitowa daga zuciyar fure mai fure Wannan babban farin
ciki yana gayyatar wasu su nutse cikin ruwa mai tsarki na
.ni'ima

:Akwai yanayi guda huɗu da mutum ya saba da su
Yana jin daɗi idan aka cika buri
Yana jin rashin jin daɗi idan aka hana shi cimma hakan
Amma idan bai yi farin ciki ko bakin ciki ba, sai ya ji ya
gaji

Ta hanyar shawo kan waɗannan motsin rai ko yanayin
tunani na jin daɗi, zafi, da gundura, mutum yana jin
kwanciyar hankali

Zaman lafiya yanayi ne da ake matuƙar so sakamakon
rashin bakin ciki, jin daɗi, da gundura. Waɗannan yanayi
.koyaushe suna canzawa a cikin rai

Bayan hawa wani irin yanayi mai zafi da jin daɗi, gami
da yawan shiga cikin zurfin gundura
Akwai jin daɗi a shawagi a kan kirjin tekun kwanciyar
hankali mai natsuwa

Amma farin ciki na ruhaniya ya fi zaman lafiya, farin
cikin rai, babban farin ciki ne. Farin ciki ne da ba ya bacewa,
.amma yana tare da rai har abada
Wannan babban farin ciki za a iya samu ne kawai ta
hanyar fahimtar kasancewar Allahntaka

* **

Kowanne ɗan adam yana da karfin da ba a taɓa amfani
da shi ba. Suna da dukkan karfin da ake bukata. Hankali
kansa iko ne mafi girma, kuma dole ne a 'yantar da shi daga
.ɗabi'u da ra'ayoyi na da da na wucin gadi
Tasirin duniyoyi da taurari akan rayuwar ɗan adam yana
faruwa ne sakamakon karfin jan hankali da kin yarda
.tsakanin duniyoyi da jikin ɗan adam
Mugayen tunani suna kai mai shi ga mummunan yanayi
inda zai iya bayyana kansa kamar yadda yake so. Amma
mutum zai iya canza tunaninsa da saninsa ta hanyar karfin
.hali, ta haka zai iya canza yanayinsa
Idan mutum ya ci gaba da kasancewa a cikin yanayi mai
cutarwa na tsawon lokaci, wannan muhallin zai fara
rinjayarsa ba tare da saninsa ba. A tsawon lokaci, zai rasa
'yancinsa na zaɓar muhalli mai lafiya da kyau kuma ya zama
.karkashin mummunan tasirin wannan muhalli mai cutarwa
Amma ga mutumin da ke da karfin nufi, yana cikin
jituwa da Allah kuma baya jiran taurari da taurari su ba shi
murmushin su. Maimakon haka, ya ci gaba da tafiyarsa
kamar wani tauraro mai hura iska, ba tare da ya taɓa shi ba
sai tauraro mai jagora na Allah, wanda shine rana ta rana
.kuma Ubangijin shari'a da rayuka
Daya daga cikin zaɓuɓɓuka biyu
A da, akwai wani mai ibada mai son zaman lafiya a
bakin kogi mai albarka. Ya shafe shekaru da yawa a
rayuwarsa cikin zurfin tunani, amma abin takaici, kokarinsa
bai yi amfani ba, kuma bai yi farin ciki da girbe girbi mai
yawa na zaman lafiya ba, duk da kokarinsa na bincike da
.binciken sirrin rayuwa da tushen farin ciki

Duk da cewa abokinmu yana kewaye da shi a kowane
lokaci da yanayi na sama dangane da kyawawan wurare,
rayuka masu kirki, littattafai masu daraja, da kuma da'irori
masu albarka na tunawa, duk da haka hankalinsa ya ci gaba
da tunanin hanyoyin da suka fi dacewa don yin fashi da
.makami da cutar da su

Wannan tunanin ya fi karfinsa kuma ya yi kama da ya
samo asali ne daga tsoffin dalilan karmic. Yayin da yake
kokarin korar wadannan tunanin da ba a so, haka nan suke
mamaye tunaninsa, suna damun kwanciyar hankalinsa da
.kuma hana shi kwanciyar hankali

A karshe, ya yi wa kansa alkawari, yana cewa: "Zan ci
gaba da yin addu'a da addu'a, kuma ba zan daina ba har sai
na 'yantu daga wadannan tunanin da ke tayar da hankali
".wadanda ke hura min hankali a lokacin tunani na
Sa'a daya ta wuce, sai biyu suka shufe, sai mugun
tunani ya zo masa a rai kamar guguwa, tana dukan tsarin
.tunaninsa tana girgiza shi da karfi

A karshe, bayan sa'o'i uku na kokari mai tsanani,
tunanin da ke tayar da hankali ya bace ba zato ba tsammani
daga tunaninsa, kuma a madadinsu, ya ga wani waliyin Allah
a cikin kyakkyawan wahayi yana tsaye cikin nama da jini a
gabansa

Waliyin mai haske ba wai kawai ya bayyana yana raye
:ba, har ma ya yi magana da taushin zuciya, yana cewa
"Dana, a cikin halittarka ta baya, kai barawo ne mai"
kwarewa ba tare da wata damuwa ba face kama wasu da
kwace musu kayansu. Amma jim kaɗan kafin mutuwar, ka
lamirinka ya farka, ka kuma kudura niyyar gyara kanka, ka
kuma yi wa kanka alkawarin cewa za ka canza halinka na
kunya, ka bi tafarkin alheri. Saboda haka, an haife ka a cikin
wannan rayuwar da kudirni mai karfi na ruhaniya na zama
mutumin kirki, amma duk da haka, ka kuma kawo maka
munanan tunani wadanda suka zama abin da ya fi mayar da
".hankali a rayuwarka a cikin halittarka ta baya

Abin takaici ne, ɗana, kana rayuwa a cikin wannan"
lokaci mai albarka, kewaye da abokai nagari, da'irar tunawa
da tunani, duk da haka duk da haka, kana rayuwa cikin
jahannama ta damuwa ta tunani da tunani mai lalata da
".rikici

Bayan shiru na ɗan lokaci, mai kula da shi ya ci gaba da
:jawabinsa

Saboda haka, bisa ga dokar duniya baki ɗaya, kuma"
saboda ba ku yi iya kɔkarinku don amfani da damar ruhaniya
da ake da ita a cikin wannan jiki ba, sai dai idan kun ninka
kɔkarinku na yin bimbini yanzu, a lokacin mutuwa za ku zaɓi
:tsakanin abubuwa biyu

Ko dai ka zauna a aljanna da wawaye goma ko kuma ka"
zauna a jahannama da mutum ɗaya mai hikima, wanne ka fi
"?so

:Almajirin ya amsa ba tare da wata shakka ba
Ya kai abokin Allah, na fi son zama a wuta tare da"
mutum ɗaya mai hikima domin na san daga abin da na
fuskanta cewa wawaye goma suna fitar da wuta daga
aljanna, yayin da ni kuma ina da yakinin cewa idan ina tare
da mutum ɗaya mai hikima, ko da a kasan duniya zai
".taimake ni in mayar da wuta zuwa aljanna
* **

Mutane da yawa suna kama da malam buɗe ido, suna
shawagi suna motsawa nan da can ba tare da cimma wata
manufa ko cimma wata manufa ba. Idan suka tsaya, sai na
ɗan lokaci kaɗan ne kawai, bayan haka sai su ja hankalin
wani abin sha'awa don neman nishaɗi da kuma batar da
lokaci. Amma ga kudan zuma, tana aiki tukuru kuma tana
shiri don mawuyacin lokaci, yayin da malam buɗe ido ke
.rayuwa ne kawai don ranarsa

Idan hunturu ya zo, malam buɗe ido zai mutu, yayin da
kudan zuma ke jin daɗin girbin da ta tattara a lokacin bazara
da bazara. Hakazalika, dole ne mu koyi gina kwanciyar
.hankali da karfin jure kalubalen rayuwa

lamuran tunani

Mutum ba zai iya ci gaba da rayuwa cikin farin ciki har
abada ba, a nutse cikin ruwan bakin ciki mai karfi, ko kuma a
nutse cikin zurfin gajiya

A cikin wannan duniyar da ke cike da bambance-
bambancen abubuwa biyu, matsakaicin mutum yana
fuskantar hawa da sauka yana tashi a kan rakuman farin ciki
da kuma nutsewa cikin zurfin rashin kulawa, da kuma
jujjuyawar rakuman bakin ciki mai karfi kuma ba kasafai
.yake fuskantar wani yanayi na sani ba

Barin yanayi ya rinjayi tunanin mutum ta wannan
hanyar yana nufin mika wa mutum nufinsa ga kaddara mai
cike da son rai da kuma canzawa koyaushe Abin da mutum
ke bukata don rayuwa mai nasara da gamsuwa shine
daidaiton tunani, kuma wannan za a iya cimma shi ne kawai
ta hanyar tunani mai zurfi da iko kan ikon motsin zuciyyar
.mutum

Ko da bakin cikin da ya fi zurfi yana warkarwa da lokaci,
don haka babu amfanin zama cikin bakin ciki kowace rana ta
rayuwarmu. Ci gaba da yin bakin ciki don wanda aka
kaunace shi da ya rasu ba ya taimaka musu ko mu, kuma ba
.ya canza komai

Kirƙirar hadaddun rashin karfin hali ko hukunta kanka
saboda kurakurai ko gazawar da suka gabata ba shi da
amfani; maimakon haka, yana sa rayuwa ta zama abin bakin
.ciki kuma yana gurgunta iyawar tunani

Bai kamata mu bari mu fada cikin ramin al'ada mai ban
sha'awa ba, domin wannan yanayi ne na tunani wanda ba
shi da dadi, domin yana damun hankali kuma yana kone
.iyawar boye a cikin wutar rashin kulawa

* **

Allah yana aiko mana da darussan da muke bukata a
rayuwa domin mu koya daga gare su mu kuma sami fahimta
da gogewa. Waƙanda suka guji waƙannan darussan daga

karshe za a tilasta musu su koyi su, komai tsawon lokacin da
.zai d'auka

Kowace jarrabawa aboki ne idan muka koya daga gare
ta, kuma azzalumi ne idan muka batar da damar muka yi
amfani da ita ba tare da amfani da ita ba tare da gunaguni,
.fushi, da kuma rashin adalci
Idan muka fahimci rayuwa da kyau, za ta yi kyau kuma
.ba ta da rikitarwa

* **

Babu wanda zai iya iko da ni ko ya kwace min wasiyyata
sai na bar tunani da ayyukan wasu su yi tasiri a kaina
Ya Ubangiji, na fahimci cewa ina da dama marar iyaka
ta bincika iyawata da kuma gano karfin ruhaniyata. Zan
maye gurbin abubuwan da suka shafi rayuwa da manyan
buri, kuma zan san cewa Ruhu Mai Tsarki yana tare da ni
.koyaushe

A yau zan d'ora tunani na da kyakkyawan fata, in raba
kaina da abubuwan da ba su da da'ifi, sannan in yi abin da
zai haɓaka jiki, hankali, da ruhi ta hanyar da ta dace kuma
.daidai

Rawar rai da mutuwa tana nan a koyaushe, amma zan
'yantar da kaina har abada ta hanyar dawo da asalin
ruhaniyata, kuma lokacin da na fuskanci guguwar gwaji da
wahala, zan tashi a cikin jirgin ruwa na ruhaniya a kan tekun
.rai zuwa gaɓar teku mai aminci da allahntaka
Idan na yi aiki kuma na kirƙira, zan tuna cewa Allah
yana aiki ta wurina Shi ne Ubangijin halittu, kuma zan iya
haɗuwa da Shi ta hanyar zurfafa tunani
Allahna kaunatacce, na fahimci cewa tunanina zai kawo
mini ko dai gazawa ko nasara, ya danganta da wace ra'ayi
ce ta fi karfi a rayuwata. Saboda haka, zan yi koƙarin tunawa
cewa Ka mika hannun taimakonka kuma Ka shirya mini
hanya don nasarata. Lokacin da bala'o'i da rashin sa'o'i suka
same ni, zan tattara karfina in karfafa kudurina na shawo
.kansu

Zan rungumi gaskiya da gaskiya a cikin mu'amalata da
mu'amalata da kowa, kuma zan yadda tunani mai kyau da
fatan alheri Sannan Allah zai tallafa mini da karfinsa da
.hikimarsa

Ya Ubangiji, zan yi amfani da karfin zuciyata da basirata
don cimma kananan abubuwa da farko, sannan zan ci gaba
zuwa manyan nasarori

Ko da an cika dukkan burin abin duniya, har yanzu suna
kawo farin ciki mara cikawa ne kawai

Ta hanyar neman Allah, zan gano ma'ajiyar ni'ima marar
karewa wadda ba ta daina gudana da gudana a cikin
.lambuna da filayen rai masu koren launi

* **

Allah shine abu mafi daraja a rayuwata; Yana zaune a
kan karagar lamirina kuma yana yi mini wahayi da kalmomin
hikima

Yana shiryyar da ni zuwa ga hanyar da ya kamata in bi
Rayuwa mai daidaito

Wanda ke la'akari da dukkan dokokin allahntaka da na
halitta

Yana hada ayyuka da natsuwa

Yana kawo farin ciki kuma yana cika kaddarar dan adam

Ba za a iya ganin gida mai cike da duwatsu masu daraja
a cikin duhu ba, don haka ba za a iya jin kasancewar
allahntaka ba matuƙar daren jahilci ya yi nasara

Idan saninmu game da Allah ba gaskiya ba ne har ba za
mu iya cika ayyukanmu na yau da kullum ba tare da Shi ba,
to a bayyane yake cewa ba mu ji wata alaƙa tsakanin Allah
.da rayuwa ba

Idan muka sami buri muka kuma nadda shi da ra'ayin yi
wa wasu hidima, muna taimakon kanmu ta hanyar taimaka
wa wasu

,Ya Ubangiji

Tare da yaduwar hasken rana mai mahimmanci

Zan yada hasken bege a zukatan talakawa da wadanda
aka kora daga matsuguninsu
Haska fitilun kuduri da amincewa da kai
A cikin zukatan wadanda suke tunanin sun gaza
Idan muka fahimci cewa rayuwa makaranta ce ta
ilmantarwa da cika ayyuka, kuma a lokaci guda mafarki ne
mai wucewa

Sannan za mu san cewa Allah yana tare da mu
Dole ne rayuwa ta dogara ne akan hidima, domin idan
ba tare da wannan kyakkyawan manufa ba, tunanin da Allah
ya bai wa mutum ba zai cimma manufar da aka halicce shi
.don ita ba

Mika wuya ga Allah yana ba mutum damar kammala
dukkann ayyukansa da jin dadin farin ciki da godiya ga Allah,
domin ta hanyar mika wuya ne kawai muke jin kwanciyar
.hankali

Zan kona duk raunin tunani da dabi'a na a cikin wutar
kuduri, domin sai dai idan na kawar da wadannan raunin, ba
zan iya ganin harshen wuta na Allah ba
,Ya Ubangiji

A yau zan kuduri aniyar cimma takamaiman abubuwa,
sannan zan yi abin da na tsara zan fara tabbatar da adalcin
niyyata, sannan zan ji karfinka, kuma da taimakonka da
.albarkarka, zan cimma abin da nake niyyar yi

* **

Karin tabbatar da kai a fannin injiniyanci
Na san tabbas cewa ikon Allah ba shi da iyaka, kuma
tunda ya sanya haskensa a cikina, ni ma ina da ikon shawo
.kan dukkan cikas da cikas da ke tare da ni
Ni hanya ce ta bayyana hankali da kyau, don haka zan
sadaukar da tunani da kwarin gwiwa na ga yin alheri da
.kuma yi wa bil'adama hidima

A yau zan sa ido kan tunani da kalmomi na
Domin ya jawo hankalin abin da yake da kyau da daraja
kawai

Zan sanya alheri a gaba a cikin ayyukana
Ina amfani da tunanin kirkire-kirkire na don samun

nasara

A cikin kowane aiki mai kyau da aiki mai amfani da na yi
Sanin cewa Allah yana taimaka min idan na taimaki

kaina

Yau zan noma lambun rayuwa
Kuma a shuka tsaban hikima, lafiya da farin ciki a ciki

Zan gode wa Allah idan kokarina ya yi nasara

Kuma ina samun abin da zuciyata ke so

A yau zan taimaki masu kawo matsala a kusa da ni da

kyawawan motsin raina, kuma zan kawar da duhun tashin

hankali da rashin jituwa da hasken kyawawan burina, shiru

da ci gaba zan yi iya kokarina in yi amfani da ikon da Allah

.ya ba ni ta hanyar da za ta amfane ni da wasu

Zan tashi da cikakken imani da ikon Mafi Kyawun Alheri

don samun abin da nake bukata, ina da tabbacin cewa Allah

.zai taimaka mini ya kuma ba ni falalarSa

Da zarar sojojin duhu suka taru don kai hari ga

kwanciyar hankalina na ciki, zan tada karfin haske, gaskiya,

da kuma kamun kai a cikin kaina don in fuskanci sojojin duhu

.in wargaza su gaba daya

* **

Idan ka mayar da hasken rana ta gilashin kara girma

zuwa wani karamin wuri, yana samar da zafi, kuma wannan

zafin zai iya kunna itace, zane, takarda, da sauran

kayayyaki. Haka nan, idan ka mayar da hankali daidai,

karfinsa mai karfi zai iya kone mugunta da tushen shakku da

ke bayan kowace gazawa kuma ya sa hasken hikima ya

.haskaka da haske da haske

Idan hankali ya daidaita da Allah, tushen dukkan alheri

da kuma tushen dukkan iko mai albarka, zai fahimci

kasancewar Allah kuma ya mallaki dukkan abubuwan da ke

haifar da nasara. Wadannan abubuwan suna da alaƙa da

babban ikon Allah, wanda ke iya kirƙirar sabbin damammaki
.don samun nasara a kowane fanni

Abincin maganadisun

Idan mutane suna magana game da abinci ko abinci mai
gina jiki, yawanci suna nufin abincin jiki da ake ci don ci
gaba da jiki. Duk da haka, akwai wasu nau'ikan abinci masu
gina jiki waɗanda ba su da kasa da muhimmanci fiye da
abinci na zahiri, kuma galibi sun fi haka. Daga cikin
waɗannan akwai abinci mai gina jiki na hankali ko na
.ruhaniya

Aikin tunani ko tattara hankali, hikima da fahimtar

ruhaniya

Gina jiki yana ƙarfafa kwayoyin jiki, yayin da ci gaban
hankali ke cika hankali da ra'ayoyi masu kyau, kuma ci
gaban hikima yana farfado da rai kuma yana haɓaka
iyawarsa Ci gaban hankali yawanci yana kunshe da ra'ayoyin
da mutum ke tunani da waɗanda yake karɓa daga wasu ta
.hanyar hulɗa da mu'amala

Mutane masu natsuwa da kyawawan halaye suna
taimakawa wajen sanya tunaninmu ya zama mai jan hankali
da lafiya

Ba abu ne mai wahala a tantance ko mutum yana
samun abincinsa na ilimi daga yanayi mai natsuwa ko mai
cike da rudani ba. Damuwa, damuwa, da rudani duk sun
samo asali ne daga hulɗa da mutanen da ba daidai ba, ko
abokai ko dangi, wanda ke haifar da tunani mai ban tsoro da
yanayi mai wahala. Jiki yana samun kuzari da kuzari daga
abinci na zahiri, yayin da abinci mai maganadisun ke ba wa
jiki da tunani kuzarin da ya fi sauƙin narkewa fiye da abinci
mai karfi da ruwa, wanda ba za a iya canza shi cikin sauƙi
.zuwa makamashi mai rai ba

* **

Idan ka iya mayar da jahilci zuwa hikima
Daga rauni da rauni zuwa lafiya da kuzari

Yi tafiya da karfin hali da karfin hali - ko da kai kadai - a
kan hanyoyin rayuwa
Da kuma farin cikin ciki na samun lamiri mai rai da
kuma natsuwa
Da kuma imani mara misaltuwa game da adalcin Allah
da kuma nasarar gaskiya akan karya da kuma gaskiyar akan
rudani
Kuma lokacin da kuke kokarin fitar da tunaninku kowace
rana zuwa mata kai mafi girma da inganci
Tana da zuciya mai kauna da godiya
Kuma kyawawan niyya ga wasu
Ciyar da hankalinka yana da maganadisu
Sannan zai jawo hankalinka ga duk abin da yake da
kyau da amfani
Daga abubuwa, mutane, da yanayi
Tana matukar bukatar ci gaba da tafiya zuwa gabar
tsaro da tsaro
Kuma a karshe amma ba mafi karanci ba
Lokacin da kake kokarin samun abin da kake bukata
Ka gamsu da abin da Allah ya saukaka maka, za ka sami
wadata a cikin ruhi da gamsuwa sosai
Wadanda suka shagaltu da wannan duniyar kuma suka
yi kwadayin ganima

* **

Idan mutum ya nemi Allah, wanda shi kadai ne aboki
fiye da dukkan abokai, zai yiwu a kafa abota ta gaskiya a
cikin dukkan dangantaka ta dan adam: ta iyali, ta 'yan'uwa,
.ta aure, da ta ruhaniya
Abota muhimmin abu ne a cikin dangantakar aure,
kuma jituwa ta hankali da motsin rai, jin daɗin ɗabi'a, da
kuma kauna da abota ta gaskiya ya kamata a ba da fifiko ga
wadanda suka kasa bambance tsakanin soyayya ta gaskiya
.da sha'awar jiki sau da yawa suna jin takaici
Idan aure ya ginu bisa manyan manufofi da girmama
juna, zai zama haɗin kai mai farin ciki da nasara tsakanin

rayuka biyu masu kauna da haɗin kai waɗanda ke rage wa
juna nauyin rayuwa da kuma kawar da damuwar rayuwa
.cikin tausayi da fahimtar juna

* **

Idan ka kera wani yanki na yumbu a siffar tukunya ka
gasa shi har sai ya taurare, sannan ka so ka sake siffanta
yumbu zuwa tire, ba za ka iya ba. Duk da haka, za ka iya
nika tukunyar ka kara foda a cikin yumbun sabo, sannan ka
.yi amfani da shi don siffanta tiren

Hakazalika, idan akwai wata mummunar dabi'a da ta
ginu a cikin kwakwalwa kuma muna son mu canza ta, da
farko za mu yi amfani da karfin hali don nika wannan dabi'ar
mu kuma mu mayar da ita zuwa ayyuka masu laushi, nagari
.waɗanda za a iya sake fasalin su kamar yadda ake so
Karfin nufi yana nufin tabbataccen tabbaci Da zarar
mutum ya ce wa kansa, "Ba ni da wannan dabi'a da ke
ɗaure ni," kuma yana nufin abin da yake faɗa, wannan
.dabi'a za ta ruguje ta bace kamar ba ta taɓa wanzuwa ba

* **

Ba na tilasta wa kowa ra'ayina, kuma ba na barin kowa
ya tilasta mini ra'ayinsa ko ya sa ni yin wani abu da na san
.bai kamata in yi ba a cikin zurfin raina
Ina tunani sosai game da abin da nake niyyar yi, hikima
ce ke jagorance ni a cikin abin da nake ɗauka, ina ɗaukar
alhakin ayyukana, kuma ba na zargin wani da sakamakon
ayyukana. Wannan kamun kai da na koya daga malamina,
koyaushe ina kaunarsa, kuma ba zan taɓa yin watsi da shi
.ba

Babban karfin maganadisun

Yesu ya ce: "Ku fara neman mulkin Allah, sauran kuma

".za a ba ku

Allah shine babban karfin maganadisun da ke bayan
dukkannin karfin sararin samaniya. Shi ne kaunar da ke bayan
dukkannin kauna. Shi ne mahaliccin sararin samaniya kuma mai
.zane na allahntaka a bayan dukkan fasaha da halitta

Idan ka mayar da hankalinka ga Allah: babban karfin
maganadisu da ke akwai, za ka dora wa kanka maganadisu
mai albarka kuma za ka iya jawo hankalin kanka duk abin da
kake bukata

Idan ka yi tunani game da Allah da zurfin tunani, ka
kaunace shi da dukkan zuciyarka, kuma ka ji cikakken
kwanciyar hankali a gabansa ba tare da fatan wani abu ba,
to sihirin Allah mai albarka zai kawo maka duk abin da ka yi
.mafarkinsa da kari mai yawa
"Ga Allah a Sama"

Nasara, rayuwa mai dadi, warkarwa daga cututtuka
marasa magani, da kuma halaye masu iko - duk wadannan
za a iya cimmawa Idan ka gaji da duk hanyoyin jiki da kokari
kuma ka same su ba su da amfani, buɗe kofar ciki, kuma
ikon ruhaniya zai gudana, yana kwarar da duk wani rauni,
gazawa, da takaici

Idan ka nemi taimakon Allah ta hanyar zurfafa tunani da
natsuwa, za ka gano wani taskar karfin ruhaniya marar
karewa. Allah ba ya nuna son kai kuma yana amsa duk
.wanda ya nemi taimakonsa da gaske
Lokacin da na sami Allah a cikin kaina, na same shi a
ko'ina

Ina da matuƙar sha'awarSa tun ina karami, kuma a
lokacin da nake karami na rubuta masa wasika Eh, na rubuta
:wa Allah wasika na kuma yi mata lakabi da haka
Ga Allah a Sama" sai na saka shi a cikin akwatin sako"

Idan muka rubuta wa wani, muna tsammanin amsa
Lokacin da ban sami amsa ba, sai na zubar da hawaye mai
yawa Amma amsar ta zo mini a karshe, ba ta hanyar
kalmomin da aka buga a takarda ba, amma a cikin wahayi
.mai ban mamaki mai haske

Kowa zai iya samun amsa daga Allah idan yunkurin ya
kasance mai tsanani kuma kokarin yana ci gaba da gudana

Idan ka miƙa tambayoyinka ga Allah, ka lullube su da
zurfin ji, ka kuma aika su ta hanyar wasikar tunani, to da
.gaskiya kuma tabbas za ka sami amsar

* **

Akwai ilimin halittar jiki na ruhaniya wanda ke karkashin
tsarin jijiyoyi wanda ke ba wa mutane damar isa ga mafi
girman matakan ci gaba na sani. Kwakwalwar ɗan adam,
wacce ta fi kwakwalwar yawancin dabbobi girma banda
manyar kifaye da giwaye, ta fi rikitarwa kuma tana da karfin
tunani. Wannan yana sa kwakwalwar ɗan adam ta zama
kayan aiki da ya dace da mutane, waɗanda ke da wayewa
mafi ci gaba fiye da sauran halittu. Haɗakar kwakwalwa mai
rikitarwa da rikitarwa tana ba wa mutane damar shiga cikin
zurfin tunani. Saboda haka, mutane kaɗai ne ke iya kaiwa ga
matakan fahimta masu zurfi, kuma saboda haka, sanin
Mahaliccinsu. Mutum mai hikima shine wanda ke amfani da
hankalinsa don hidima da amfanar ɗan adam a matakan
.abu, hankali, da ruhaniya

* **

Na yi muku waka
Babu wani ɗan adam da ya taɓa faɗin hakan a baya
Kuma a gare ku nake sadaukar da ainihin waƙar da nake

so

Wanda zuciyata ke bugawa a ciki sosai
Kuma a kan igiyoyinsa
Ni ne na kirkiri wannan waƙar farko
Kuma ga shi nan na miƙa muku shi a matsayin sadaka
mai tsarki

Ba zan ba ku waƙoƙin busassun da na hankali ba
Ko kuma waƙoƙin ado da wasu suka tsara
Kuma ba zan ba ku komai ba sai dai
Waƙoƙin zuciyata masu sauƙi da marasa amfani
Ba zan sanya wardi masu girma a gabanka ba
A cikin gidajen gilashi
Kuma cike da motsin rai da sha'awa

Madadin haka, ina ba ku furannin daji waɗanda suka yi
girma yanzu
A cikin fannonin sha'awata
Kuma mai tallata rayuwata
* **

Domin in saurare ka
Mala'ika Mai Tsaro
Hangen nesa na ciki ya daidaita da rediyo
Da taɓawa mai laushi da kauna
Sau da yawa ina saurara a cikin bimbini
Zuwa ga waƙoƙin tsarkakanka waɗanda suke kusa da
:kai mafi daɗi
Don waƙoƙin ruhaniya masu ban mamaki
Kuma ga guntu-guntu daga abubuwan da zuciyata ta
kirƙira
Kuma wata waƙar da ta yi daɗi daga tsohon burina na
gare ku
Da haƙuri da natsuwa, na daidaita alamar zurfin tunanin
da nake ji
Kuma lokacin da barci ya yi min nauyi a idanuna
Kusan na faɗi barci
Waƙarka ta gaskiya ta ratsa ni
Kuma yanzu ina watsa kararrawa masu daɗi
Daga waƙoƙin farin cikinka
Kuma ina kara muryata ga ƙungiyar mawaƙa ta masu
bauta muku
Waƙoƙin suna kara ƙarfi
Sha'awa da sha'awa suna ƙaruwa
* **

Duk wanda ya rungumi hanyar mugunta ta son kai,
wasu za su yi ƙoƙarin kwace masa duk abin da yake da shi,
amma idan ya kasance akasin haka, wasu za su nuna masa
.karimci da tausayi
Abin da mutum ya aikata ko ya aika wa wasu—a
magana, aiki, da tunani—zai jawo hankalinsa gare su a irin

wannan yanayi da kuma daidai gwargwado. Hakikanin
yanayinsu zai bayyana ta fuskarsu da ayyukansu. Wasu za
su ji motsin zuciyarsu ko rakuman ruwa, kuma martaninsu a
gare su zai yi daidai da yanayin waɗannan girgizar—mara
.kyau ko mara kyau

Ba za mu iya mallakar komai ba. Abin da muke da shi

Allah ya ba mu domin mu yi amfani da shi na ɗan lokaci
yayin da muke duniya, kuma ba da jimawa ba za mu bar
kayanmu, ko dai saboda haɗari, sata, lalacewa da tsagewa,
.ko mutuwa

Saboda haka, idan muka yi kokarin riƙe ko riƙe wani abu

don kawai mu mallake shi, muna yaudarar kanmu ne

Ko da waɗannan gawarwakin da muka rayu a cikinsu

tsawon shekaru da yawa za a yi watsi da su wata rana.

Saboda haka, kuskure ne mu tilasta wa kanmu mu yi imani
cewa muna da abubuwan da, a zahiri, ba za a iya mallaka ba
.kwata-kwata

Idan aka ba mu wani abu, ya kamata mu san cewa

namu ne kawai na wani lokaci, kuma ya kamata mu kasance
.a shirye mu raba shi da wasu

Idan mutum yana sha'awar fiye da yadda yake buƙata,

matsaloli masu girma suna jiran sa Babu shakka, dole ne mu

sami buƙatu na asali kamar abinci, matsuguni, tufafi, da

wasu tsaro na kuɗi, amma a cikin neman waɗannan

abubuwa, dole ne mu kawar da buƙatu marasa amfani,

wanda ina nufin sha'awa mara iyaka da kuma sha'awar

.mallaka fiye da yadda ake buƙata

* **

Ba za mu iya rayuwa a duniya a matsayinmu na mutane

ba, muna buƙatar dogara ga 'yan uwanmu domin mu rayu

.da kuma jin daɗin rayuwa

Wannan gaskiya ne a ruhaniya da kuma a zahiri. Ba za

mu iya ci gaba da rayuwa mai kyau ba tare da musayar

.kayayyaki da ayyuka ba

Za mu iya hanzarta ci gabanmu na tunani da ruhaniya
ta hanyar raba abubuwan da muka fuskanta da abubuwan
da muka gano
Idan muka hada ra'ayoyinmu na Gabas, Yamma, Arewa,
da Kudu, za mu iya haɓaka baiwarmu da haɓaka iyawarmu a
.matsayin iyali ɗaya na ɗan adam

* **

A cikin lambun mafarkina na dare
:Yawancin furanni suna fure
Furanni masu ban mamaki
A can ne hasken duniyar mai dumi ke haskakawa
Furannin bege na duniya suna fure
Yaɗa furanni masu haske
Daga bincike da gamsuwa
A cikin hasken waɗannan mafarkan
Ina hango fuskokin wani masoyi da aka manta
,Kuma jin daɗin da aka binne
Na daɗe ina barci
Kasan da ba ta san komai ba
Dukansu suna tashi cikin riguna masu sheki
A martanin kiran mala'ikun mafarkai
Ya ga tashin dukkan gwaje-gwajen da suka gabata daga
matattu

Ya Ubangiji, ka ba mu 'yanci
Domin manta da matsalolinmu na yau da kullum
Ta hanyar ziyartar kasar mafarki da daddare
Taimaka mana mu farka tare da ku
Kuma muna tserewa har abada daga bakin ciki da bakin
ciki na ɗan adam
* **

!Ya mafaka ta Allah
Ina iyo a cikin teku na rayuwa
Guguwar wahala mai tsanani na jefa ni cikin mawuyacin
hali
Ko kuna iyo a kan rakuman jin daɗi

Ko kuma, lokaci zuwa lokaci, nutsewa cikin zurfin ciwo
Ina sha'awar guje wa biyun biyun
Ta hanyar isa ga bakin tekunku mafi girma, mafi girma
Kuma da kowace irin addu'a ta
Ina matsowa kusa da kai, mafakata kadai
Ba zan daina kokari ba
Domin na san kana sha'awar zuwana
!Tana jiran dawowata da sauri
Ni tsuntsu ne na aljanna: tsuntsun sama
Wanda aka yi da hannuwanku masu albarka
Kin kawata ni da fara'arka
Kuma kyawawan launuka
Tare da raguwar taushi da kuma gashin fuka-fukan
zinariya na furen ruhaniya
Na yi sama sama
A cikin yanayi mai duhu da ban tausayi na rayuwa
Neman aljanna
Fuka-fukan gashina masu haske sun yi tabo
Da tabo masu duhu na yanke kauna
Zo, Allahna
Wanke tsuntsun aljannarka
Da haskoki na hikima
Kuma tsarkakakken ruwa mai dadi na salama
Tsarin salamata da kuma ginshikin farin cikina
Ko da yake ina aiki tukuru da himma don in san ka ta
hanyar bin dokokinka da ka'idodinka, dole ne in gane, ya
Ubangiji, cewa kai ne mafi girma a kan dukkan dokoki da
ka'idodi
Uwa ta Duniya, kina zaune a cikin zuciyar kowace uwa
ta dan adam, cika dukkan uwaye da hikimarka da
.tausayinka domin su kara nuna kaunarki marar iyaka
Allahna kaunatacce, na san cewa kasancewarka mai
tsarki tana ko'ina Kamar yadda mai tsarki yake boye a cikin
zaitun da ba a matse ba, haka nan kasancewarka mai girma
take a sararin samaniya Albarka ta tabbata ga wadanda ke

amfani da matsi na tunani game da kai da yin bimbini a
kanka don fitar da mai mai albarka na kasancewarka ta
.allahntaka

Ta hanyar kyawawan ayyuka da tunani mai kyau na
kirkira, zan kula da irin ilimin kai kuma in shayar da shi da
ruwan tunani da sha'awa har sai furen kaunar Allah ya yi
.fure a cikin lambun rayuwata

Duniya tana kokarin danne sanina da igiyoyi masu karfi
na sha'awa mai tsanani, amma zan yi aiki don yanke
wadannan igiyoyin da wuƙar fahimta da fahimta domin
.hankalina ya 'yantu kuma ya tafi zuwa ga ni'imomin Allah
Ikon tunani, magana, da aiki daga gare Ka yake,

Mahaliccina. Ka taimake ni in yi amfani da wannan ikon
kawai don tunani mai kyau, kalmomi masu daƙi, da ayyuka
masu amfani. Ta hanyar tunani, kaunata a gare Ka tana
karuwa har sai ta cika dukkan rayuwata kuma ta kawar da
dukan cikas da cikas daga tafarkin rayuwata. Kuma tunda
Kai ne Mahaliccin wannan duniyar mafarki, aikina na farko a
.gare Ka ne, ba ga wannan duniyar mafarki ba
Rikice-rikice da tashin hankali suna kokarin nisanta ni da
kuma hana ni fahimtar kasancewarka mai albarka, amma
koyaushe za ka ci gaba da kasancewa, Ya Ubangiji, cibiyar
salamata da kuma ginshikin farin cikina

* **

Akwai ma'adanai na ilimi da taskokin hikima da ke cikin
mutum, suna jiran a gano su kuma a bayyana su ta hanyar
.zurfafa tunani da bincike mai zurfi

Mutane suna amfani da kuzarinsu na boye ba tare da
saninsu ba, ko kuma ba tare da saninsu ba, a cikin duk abin
da suke yi kuma suna samun wasu sakamako, amma idan
sun san yadda za su saka wadannan kuzarin da kuma
.sarrafa su da sani, za su cimma manyan abubuwa da yawa
Idan rai ya cika da hikima ta halitta, kuzarin halitta, son
alheri, da kuma kyakkyawar niyya, to, kamar yadda zuma ke

neman furanni, nasara, wadata, ilimi, da duk sauran albarkar
.rayuwa, ta hanyar alherin Allah

* **

A wannan duniyar, Allah yana aiki don samowa da
habaka fasahar rayuwa mai dadi ta duniya ta hanyar sanya
jin dadin 'yan'uwa a cikin zukatan mutane da kuma habaka
.girmamawa da godiya ga wasu a cikin rayukan junansu
Saboda haka, Allah - Allah Ya daukaka - bai bar kowace
al'umma ta zama cikakkiyar kanta ba, A'a, Ya bai wa kowane
mutum baiwa da baiwa ta musamman, kuma Ya bambanta
su da baiwa ta musamman don su ba da gudummawa mai
.kyau ga ci gaban wayewar duniya
Zaman lafiya a duniya zai bunkasa kuma ya ba da 'ya'ya
a tsakanin al'ummomi ta hanyar musayar kyawawan halaye
da fa'idodi na kowannensu

Duk da cewa za mu iya yin watsi da kurakuran wasu
al'ummomi, dole ne mu ga kyawawan halayensu a sarari
kuma mu yi koyi da su. Yana da mahimmanci a lura cewa
wadannan manufofi an rubuta su a cikin annabawa,
manzanni, da tsarkaka a tsawon tarihi, wadanda suka
kasance—kuma suka kasance—masu rai na koyarwa mafi
.tsarki mafi girma
"Ma'anar "kai

Gabobin da ke samowa daga saninsu da kuzarin da ke
fitowa daga Allah, suna nuna mana duniya kuma suna nuna
rai a matsayin wata halitta daban daga tushenta da kuma
.daga sauran halittu

Keken jiki ya dauke rai, wanda yake nuna ruhin duniya
baki daya, kuma mantuwa ta shawo kansa, don haka ba ya
sake tuna ainihinsa na allahntaka, amma yana daukar
kejinsa na zahiri a matsayin ainihin kansa. Saboda haka,
yana dauka kuma yana danganta wa kansa dukkan kazanta
.da iyakokin jiki

A irin wannan yanayi, ana kiran rai da "igo," amma
lokacin da wannan igo ko wannan karamin kai, mai iyaka ya

fahimci cewa alaƙarsa da jiki na ɗan lokaci ne kuma yana da
madawwamiyar halitta, wadda ba ta mutuwa, to ana iya
kiransa rai. Kuma yayin da sanin yanayinta na asali ya ƙaru,
kuma yayin da saninta ya ƙaru da faɗaɗa, haka nan yake jin
cewa tana da alaƙa da sanin sararin samaniya kuma cewa
.dukkann bil'adama danginta ne na duniya

* **

Bari mu sanya kyaututtuka waɗanda ba sa lalacewa

Rushewa ba ya shafarsa

Daga kyawawan niyya

ayyukan taimakon al'umma

Soyayya mara sharadi

A ƙarƙashin bishiyar ɗan adam

Da dogayen rassan

da kuma rassan da yawa

Wanne ne ke wakiltar kabilanci

Kasashen ɗan adam

Duk da bambance-bambancen da ke tsakaninsu da

kuma bambancin da ke tsakaninsu

Allah Ya Karbi Ayyukanka Na Alkhairi

An motsa shi da kyawawan niyya

Farkawa ta biyu

Tare da kai, ina jin kamar ina cikin farkawa ta biyu a

wata duniya. Lokaci zuwa lokaci, ina mafarkin wannan
duniya da kuma cewa jikina yana cikinta, amma ina farkawa
cikin jin daɗi ba tare da katsewa ba, kuma mafarkina na
wannan rayuwar duniya na rana yana da ƙamshi da ƙamshin
.tunanin da aka warwatse kamar furannin fure

Ina ganin kaina ina yawo a cikin yanayin rayuwa, ina
ƙawata mafarki kuma ina ƙawata shi da yanayi daban-daban
daga abubuwan ban mamaki daban-daban, ina ɗauke da
tunanin mafarkina na duniya zuwa farkawa ta har abada ta
.sama

Na cire kayayyun mafarki daga lambun rayuwata kuma
na dasa furannin wahayi a ciki, inda ƙaunataccena na sararin

samaniya zai karbi gayyatar, an kamshi turare na bege,
kuma ya kai ni tare da shi zuwa gidan sama cike da farin ciki
.da albarka marasa iyaka

* **

Kaunar Allah tana da tawali'u da kuma tausayi, kuma
hakika yana amsa duk wanda ya nuna sha'awarsa da kuma
.sha'awarsa ta gaskiya zuwa gare Shi

Mutane suna kuskuren yarda cewa suna rayuwa ta
hanyar abinci, ba ta ikon Allah ba Mutane da yawa suna
kiransa da tunani mai sauri, kamar gashin fuka-fukai a cikin
iska, suna gaskatawa ba daidai ba cewa bai amsa
addu'o'insu Duk da haka, Yana taimakon waƙanda suka yi
imani da Shi, ko da ba su sani ba. Duk da haka, mutane da
yawa sun kasance ba su san Shi ba, suna tsammanin Ya yi
nisa da su. Lokacin da kuduri ba ya taɓa gazawa, kuduri ba
ya taɓa raunanawa, kuma roƙon da ke zuciyarsu ya ci gaba
da shiru da amincewa, kuma ana neman taimakon Allah da
gaskiya da bege, ko da lokacin da aka fuskanci cikas na
rauni, damuwa, halaye marasa kyau, ko tunani masu
.rikitarwa, to taimako zai zo, kuma tare da shi, sauƙi
Allah yana amsa kowace roko ta gaskiya da ta fito daga
zurfin zuciya ta hanyar da ba ta da tushe kuma ba ta da
.ma'ana

Hakikanin darajar ɗan adam
Karfin zuciya da tsari mai kyau suna da mahimmanci ga
abin da kake niyyar yi Idan ka kuduri aniyar ci gaba da tafiya
kamar kibiya mai konewa ko tocala mai konewa, duk wani
cikaskas da ke kan hanyarka zai kone ya zama toka
Zabi aikin da ba ka tsammanin za ka iya yi ba, sannan
ka yi iya ƙoƙarinka don cimma shi Idan ka yi nasara, ka ci
gaba zuwa wani abu mafi girma kuma mafi mahimmanci Ci
gaba da horar da ƙarfin zuciya ta wannan hanyar, kuma
za ka ga sakamakon da kanka Idan wahalar ta yi yawa, ka yi
addu'a da himma da imani ga Allah don ya ba ka ƙarfin
.shawo kan ta

Dole ne a yi amfani da karfin hali idan kana son kawar da gazawa, kuma kuduri dole ne ya kasance mai karfi kamar guguwa mai karfi - guguwar alheri - wadda ba ta da cikas a .hanyarta kuma tana lalata mugunta kawai

Ba kome ko wanene mutum ko kuma matsayinsa na zamantakewa ba. Darajarsu ta dogara ne akan kyawawan nufin da suke da shi da kuma yadda suke amfani da wannan nufin don yin ayyukan alheri da kuma taimaka wa waɗanda .ke cikin bukata

Karfin zuciya yana cikinka, kuma idan ka yi amfani da shi yadda ya kamata, za ka iya cimma komai Son zuciya ne ke sa mutum ya fita daga sha'awa zuwa sha'awa har sai ya sa shi yin iya kokarinsa don cimma nasara wajen cimma babban buri: sanin kansa da Allah Karfin nufin yana girma a cikin mutum ta hanyar da ta dace, a hankali, amma ana iya hanzarta ci gabansa ta hanyar tunani mai kyau da aiki mai kyau

Rike ra'ayi da nufin karfe yana nufin cimma wannan ra'ayin nan ba da jimawa ba, godiya ga kuduri mai karfi da kudurin da ba ya san rauni ko karaya ba Jahilci yana tafiyar da nufin ɗan adam kuma yana jagorantarsa, kuma sau da yawa yana haifar da kuskure da rashin farin ciki. Amma idan nufin ya kasance karkashin hikima da aiki na adalci, kuma idan ya dace da nufin Allah, .to yana aiki don amfanin ɗan adam da farin cikinsa Horar da nufin yana da mahimmanci don daidaita shi da nufin Allah. Lokacin da nufin koyaushe ke kewaye da wani takamaiman manufa, zai zama nufin da ke da karfi da tasiri. Wannan shine nufin da annabawa, manyan mutane, da waɗanda suka cimma manyan nasarori a wannan duniyar .suke da shi

Kafin ka fara wani aiki, ka yi tunani sosai game da abin da za ka yi. Ka tabbata za ka yi amfani da ikonka don cimma abubuwan da za su amfane ka da kuma wasu. Idan ka yi .amfani da ikonka ba daidai ba, sakamakon zai yi maka illa

Kada ka yi mummunan zato; Allah ya ba ka ikon amfani
da shi don ka ci nasara a yakin rayuwa. Ka tuna cewa nufin
Allah yana bayan naka
Karfin hali na iya kawo canje-canje a cikin jiki Ba kwa
bukatar lokaci don karya wata dabi'a mai zurfi matuƙar kuna
da isasshen karfin hali
Lokacin da Jagora Buddha ke neman wayewar ruhaniya,
ya zauna a karkashin bishiyar banyan (fig na Indiya) ya fadi
:wani abu kamar haka

Ga ni nan zaune a karkashin bishiyar banyan
Kuma ina maimaita wannan rantsuwar da gaske
Idan ban fahimci sirrin wanzuwa ba
Kuma zan amfana daga bincikena mai tamani taska
Ba zan bar matsayina komai ya faru ba
Ko da kasusuwana da jikina sun narke
!Zan ci gaba da zama har abada
A karshe, Buddha Gautama mai haske ya yi nasara a
cikin buƙatarsa ta allahntaka
Ya sami abin da yake so
Hakika, irin wannan wasiyya wasiyya ce
Hada kai da nufin duniya baki daya
A cikinka akwai kwararar kuzarin sararin samaniya
wanda ke kula da jikinka har abada. Duk da haka, idan wani
abu ya faru da jiki, za ka manta cewa kuzarin Amfani da
nufinka don dalilai marasa kyau yana nufin rasa hadinka da
wannan makamashin sararin samaniya. Horar da wannan
.karfin nufin yana nufin hadawa da wannan babban karfin rai
Dole ne a kiyaye karfin niyya da kuma aiki tukuru a cikin
ayyukan alheri da nasarori masu amfani da daraja a rayuwa

* **

Halaye kayan aiki ne na tunani da hanyoyin da ke
taimakawa wajen aiwatar da ayyuka masu mahimmanci
.cikin sauki da sauki
Mutane da yawa suna barin halaye na rauni da rashin
nasara su bautar da su, kuma mutum zai iya kare kansa idan

yana rayuwa daban, muddin yana da gaske game da yaƙi da halaye masu cutarwa har sai ya isa aminci da gabar nasara Sha'awa mara karewa tana karfafa halaye marasa kyau ta hanyar karfafa su da kuma tabbatar da su da bege na karya da alkawarin farin ciki da gamsuwa mai wucewa. A waɗannan lokutan rauni da ruɗani, waɗanda ke son shawo kan waɗannan halaye marasa karewa dole ne su kira hukunci mai ma'ana don fahimtar ainihin yanayinsu da kuma .koyon yadda za su magance su yadda ya kamata Mummunan ɗabi'u suna da mummunan sakamako da kuma 'ya'yan itatuwa masu ɗaci da guba. Idan ba a yi taka-tsantsan ba, waɗannan halaye masu barna za su yi karfi, suna riƙe mutum a cikin ikonsu mai karfi da kuma tasirin da ya fi karfinsa. Amma da zarar hankali ya fahimci rashin amfani da cutarwar waɗannan halaye, tasirinsu zai ragu .kuma daga karshe su bace daga rayuwar mutum

* **

Littattafai sun tabbatar da cewa Allah ya fi karfin fahimta da hankali. Duk da ikonsu, ikonsu bai isa ya fahimci ko ya kewaye shi ba. Saboda haka, hankalin ɗan adam ba shi da ikon kirƙirar ainihin ra'ayi game da Allah, kuma ba zai .iya fahimtar abin da ba shi da farko ko karshe ba Idan ka kalli Rana daga miliyoyi masu nisa a sararin samaniya, wannan babban tauraro yana bayyana kasa da Duniyarmu. Duk da haka, diamita ta Duniya tana da kusan mil 7,900, yayin da diamita ta Rana ta fi sau ɗari. Idan za ka iya sanya duniyarmu ta Duniya kai tsaye a gaban Rana, da ta yi kama da karama idan aka kwatanta. Kuma idan muka yi tunanin babban filin Rana yana faɗaɗa har sai girmanta ya mamaye sararin samaniya mai shuɗi, sararin da muke gani karamin ɗigon ruwa ne, ɗan karamin ɗigon ruwa, na sararin samaniya mara iyaka wanda ke ratsa sararin samaniya. Ko da Rana ta ci gaba da faɗaɗawa ba tare da .iyaka ba, har yanzu ba za ta iya ɗaukar iyaka ba

Rudin sararin samaniya na kankanta da iyaka marar
iyaka kuma yana hana hankali fahimtar faɗin sararin
samaniya Daga ina wannan rashin komai ya fito, kuma ina
?iyakokinsa suke

Wanda ba ya karkashin girma ko ma'auni, wanda ba shi
da iyaka ko asali, shine Allah, wanda yake ko'ina kuma yana
wanzuwa a mafi nisan sararin samaniya. Yana cikin taurari
masu nisa, masu nisa, kuma yana sane da kowane sarari da
.yake ciki, komai kankanta ko babba
Allah ba tunani ba ne domin shi ne mahaliccin tunani
kuma yana wuce karfinsa; in ba haka ba, za mu iya
fahimtarsa ta hanyar tunani. Duk da haka, za mu iya kiransa
da sanin Allah, jin daɗin Allah, ko kasancewarsa ta Allah
;daidai kuma daidai; amma ba tunani ba
Ko da yake hankali ba zai iya fahimtar dukkan wanzuwar
ba, duk da haka yana da ikon jin kasancewar Allah Jin
kasancewarsa da auna shi abubuwa ne guda biyu daban-
.daban

Rakumi ba zai iya auna kewayensa ba, amma akwai
wurin hulɗa a tsakaninsu. Hakazalika, wannan batu shine
mafi girman sani. Wannan sani zai iya jin Allah, wato, ya
fuskanci kasancewarsa. Idan muka faɗaɗa sararin hankali na
yau da kullun har sai ya haɗu da mafi girman sani, to za mu
.iya jin kasancewar Allah

Mun sauko daga cikakkiyar da ba ta da iyaka zuwa ga
iyaka kuma iyaka Yoga ita ce jawo hankali daga abubuwan
waje domin mayar da hankali kan tushen gaskiya na ciki. Ta
wannan hanyar ne kawai za mu iya gano hanyar da Allah ya
yi amfani da ita wajen tattara sanin duniya zuwa ga siffofi
masu iyaka na halittarsa da kuma sararin samaniya da ke
.zaune a cikinsu

Jikin ɗan adam shine mafi rikitarwa da rikitarwa a cikin
halittun Allah. Kwayar halitta guda ɗaya ta asali, wacce aka
samar daga haɗuwar maniyyi da kwai, tana rabuwa, kuma ta
hanyar ninka wannan tsari na rarrabawa, ana gina biliyoyin

kwayoyin halitta a kusa da shi don kirƙirar tsarin zahiri
.wanda ke ɗaukar hankalinmu na ruhaniya
Ba za ka iya sanin adadin kuzarin da aka adana ko da a
cikin gram ɗaya na nama ba Idan aka saki wannan
makamashin, electrons marasa adadi za su bazu zuwa
sararin samaniya mara iyaka. Iko da filin sani da ke cikin jiki
sun fi fahimtar ɗan adam. Duk da cewa tsarinmu da ke
bayyane ya kunshi nama, jini, da kashi, a bayan kwayoyin
halittarsa masu yawa akwai kwararar lantarki da mahimmai.
Kuma a bayan waɗannan kuzari masu zurfi, masu rikitarwa
.akwai tunani da fahimta

Tun daga farkon zamani, ra'ayoyi da suka fi ƙarfin
tunani sun yi ta yawo a sararin samaniya Tunani marasa
adadi ba zai yiwu a lissafa su ba, amma idan za ka yi la'akari
da adadin tunani da ji da suka ratsa zuciyarka kuma aka
bayyana su a tsawon rayuwarka, za ka sami ra'ayin miliyoyin
.ra'ayoyi da ke wanzuwa

Idan za ka iya, ka yi ƙoƙarin tuna duk tunanin da ka yi a
cikin shekara ɗaya, ko ma kwana ɗaya kawai, sannan ka yi
la'akari da yawan tunanin da dukkan bil'adama suka tara a
.tarihi, har zuwa yau Allah ya san su duka
Hankali ba zai iya fahimtar ko da abubuwan da suka fi
rikitarwa na halitta ba. Ka yi la'akari da yawan electrons da
ke yawo a cikin wutar lantarki da ke gudana ta cikin
kwararan fitila! Tiriliyoyin su suna rawa tare, suna ƙirƙirar
hasken da muke gani. Waɗannan kwayoyin, waɗanda ba a
iya gani ko da a na'urar hangen nesa, suna tafiya daga wani
wuri zuwa wani a cikin sararin samaniya cikin dakika kaɗan.

.Gwaje-gwajen kimiyya sun tabbatar da wannan
Idan ka yi ƙoƙarin ƙirga adadin protons da electrons da
aka tara a cikin duniyarmu ta Duniya, hankali zai ci gaba da
lissafin na ɗan lokaci sannan ya tsaya. Abubuwan da suka
.bayyana ga tunanin mai bincike ba su da iyaka
Amma akwai lokacin da ra'ayoyi suka zama marasa
ma'ana don a fahimta. Daga wannan matakin, wanda ba zai

iya shiga cikin tunani ba, Allah yana fitar da haskensa mai
mahimmanci: girgizar sararin samaniya mai hankali wacce
.ke ginawa kuma tana riƙe da halitta mai iyaka
abota

Shin abota tufa ce mai albarka da aka saka daga zaren
?zuciya

Ko kuwa haɗar da tunani biyu ne zuwa cikin tunani ɗaya
?mai faɗi

Uwa da 'ya, maɓuɓɓugan soyayya guda biyu suna
fitowa daga tushe ɗaya

Don inganta kwararar soyayya da kuma kashe kishirwar
?rayuka masu bushewa

Ko kuwa fure ne kaɗai a tsakanin rassan biyu da ke tsiro
?a kan gandun fahimtar juna

?Ko kuwa tunani ɗaya ne a jiki biyu

?Shin abota za a iya kwatanta ta da dawaki biyu

Duk da launuka daban-daban da suke da su, suna haɗa
abin hawa na rayuwa wuri ɗaya

?Zuwa ga babban manufa mai hangen nesa ɗaya

Shin abota ta dogara ne akan rashin daidaito ko

?daidaito

Shin bangonsa an gina shi da duwatsu masu bambanci

?da bambanci

?Shin ta yarda da nagarta da mugunta a makance

Kuma mu yi tafiya da himma da farin ciki a kan

hanyoyin rashin kulawa da wauta

?Zuwa ga zurfin takaici da kuma kawar da ruɗu

Abota shuka ce mai daraja, mai albarka, kuma mai

!tsarki

Lokacin da mutane biyu suka yi alkawarin aminci mai

ɗorewa

Suna tafiya a kan hanyoyin rayuwa duk da bambancin

ra'ayi

Idan suka yi rashin jituwa suka kuma yarda, to da

.soyayya da girmamawa ne suke yi

Suna goyon bayan junansu kuma suna yi wa juna fatan
alheri, kamar yadda suke yi wa kansu fatan alheri
Yana farin ciki da nasarar abokinsa kamar yadda yake
farin ciki da nasa

Inda masoyi baya neman jin dadi ko jin dadi ta hanyar
cin amanar masoyi

Sannan a cikin wannan lambun na son kai
Abota tana bunkasa kuma tana bunkasa, kuma tana
cike da kamshin kauna da aminci
Domin abota shuka ce ta gauraye, wadda aka haifa
daga rai biyu
Kamshinsa yana fitowa ne daga furanni biyu daban-
daban

Kuma a ci gaba da iskar soyayya mai karfi
Wanda wahala ba ta girgiza shi ba kuma ba shi da aibi
Abota tana samuwa ne daga zuciyar soyayya mara
misaltuwa

Kuma tarin tsarkakakkun motsin rai suna gudana
Yana girma a cikin kasa mai jituwa da rashin jituwa
Amma yana barci yana daskarewa kuma yana batar da
lokacinsa cikin sabani da rashin girmama juna
Yana shakewa kuma yana hura numfashinsa na karshe a
karkashin tarin sha'awar son kai
Amma zuciyarta mai tausayi za ta iya shawo kanta ne
kawai ta hanyar tsammani da bukatu
Yaudara da yaudara

Haka ne, wadannan kwari suna yin aikinsu a kan shukar
abota kuma suna cin zuciyarta mai ruwan hoda
Ya abota, Ya tsiro mai fure, mai raba na sama, yanayin
da ya dace da kai shine kasa mai cike da kauna ba tare da
wani dalili da sha'awa ba, inda abokai ke kokarin ginawa da
.tallafawa juna da kuma share hanyar juna a kan hanya
Babu abin da zai iya kashe kishirwarka, ya abota
Rashin kula da ji da kuma girmama wadanda ke da su

Babu wani abu da ke jika ganyenka kamar feshi mai
haske, mai cike da zaki
Daga sammai na zukata masu gaskiya da kauna
Kai, abota ta gaskiya
Duk inda furannin furenku suka watse
Wannan wurin yana da tsarki
Ya zama haikali mai albarka
Kowanne mai imani da Allah da kuma tsarkin rayuwa
yana ziyartarsa

* **

Zan haskaka murmushin, duhun wahalar da nake ciki zai
bace, kuma zan ga raina a cikin hasken murmushina da aka
boye a bayan duhun karkarin shekaru da suka taru
Idan na sami kaina, zan kwarara cikin dukkan zukata,
ina dauke da hasken murmushin raina
Zuciyata za ta fara murmushi, sannan idanuna da
fuskata Kowace kwayar halittata za ta haskaka da hasken
murmushi

Zan shiga zurfin zukata masu bakin ciki in kunna wuta
mai karfi wadda za ta cinye dukkan bakin ciki
Ni ne harshen murmushi mai karfi wanda ba za a iya
jurewa ba. Zan wartsake kaina da iskar farin ciki ta
allahntaka, kuma zan haskaka cikin duhun tunani. Kuma duk
wadanda suka haɗu da ni za su sami fashewar farin cikina
.mai tsarki

Zan dauki fitilun murmushina masu warkarwa zuwa
kowace zuciya da zan fara murmushi, ko da kuwa yana da
wahala, kuma zan zaburar da masu bakin ciki da masu kuka
.su yi murmushi

A cikin farin cikin dukkan zukata, ina jin karar farin
cikinka, Ya Allah A cikin abota da dukkan masu aminci, na
sami kaunarka Ina farin ciki kuma zuciyata tana farin ciki da
nasara da wadatar 'yan'uwana maza da mata, kamar yadda
nake farin ciki kuma ina farin ciki da jin daɗin kaina da
walwala Kamar yadda nake wahayi zuwa ga hikima da

fahimta ga wasu, Ina ninka taskokin hikima da ilimi na a
cikin farin cikin kowa, Ina samun farin cikina
Babu abin da zai goge murmushina. Rashin nasara,
rashin lafiya, da mutuwa ba za su iya tsorata ni ko su sa ni
.cikin damuwa ba

A gaskiya, bala'o'i da bala'o'i ba za su iya cutar da ni ba
domin ina da farin ciki na har abada na Allah wanda ba ya
canzawa kuma ba za a iya kayar da shi ba
Ya kai mai tsarki, shiru murmushin allahntaka, ka yi mini
rawani ka yi murmushi ta cikin raina
Zan yi kokarin zama biloniya mai farin ciki, domin
dukiyata ta gaske tana cikin asusun kasancewarka mai
albarka, ya Ubangiji, don haka zan biya bukatata ta samun
.nasara ta ruhaniya da jin dadin duniya a lokaci guda

* **

Aminci yana gudana daga zuciyata
Yana busawa ta cikina kamar iska mai laushi
Aminci ya lullube ni kamar turare mai kamshi
Aminci yana gudana ta cikina kamar rakuman haske
Zaman lafiya yana warkar da zuciyar damuwa da
damuwa, kuma yana kone kayayyun tsoro da rashin barci
Zaman lafiya yana fadafa sosai - kamar wani abu mai
zafi - kuma yana cika rayuwata gaba daya
Zaman lafiya kamar tekun ne, yana cike sararin samaniya
da yanayi
Zaman lafiya kamar jini ja ne; yana rayar da rai a cikin
jijiyoyin tunani na
Salama, kamar faduwar rana, tana kewaye jikin marar
iyaka ta
Wutar zaman lafiya tana fitowa daga ramukan jikina, da
kuma daga dukkan sararin samaniya
Kamshin salama yana ratsa lambunan fure
Ruwan inabin salama yana digawa daga matsewar
kowace zuciya koyausha

Zaman lafiya shine rayuwar duwatsu da wata, waliyyai
da annabawa
Aminci shine ruwan mabuɓɓugar rai
Ruwan da ke fitowa daga kwalbar shiru
Wanda nake tacewa ta cikin ramuka marasa adadi na
atoms dina

* **

Zan yi addu'a da zuciya mai karfi har sai duhun tunani
ya haskaka da haskenka, Ya Ubangiji A yau zan watsa waƙar
raina a sararin sama da zurfin tunani, ina fatan za ka amsa
ta hanyar mai karɓar natsuwata
!Ya kai wanda kake nan a koyaushe, mai sabunta ni'ima
Ka 'yantar da hankalina daga nauyin rashin kulawa da
mantuwa

Bari in ji daɗɗin farin ciki mai albarka na kasancewarka
Yayin da kwanciyar hankalina na ciki da na waje ke
karuwa, salamarka tana zuwa gare ni
Zan yi koƙarin sauraron karar takunku na zahiri
koyaushe

Da ace zan karɓe ka a matsayin mafi zurfin farin ciki na
zurfin tunani

To, na san cewa duk abin da
Za a ba ni wadata, lafiya, da hikima
Ku taimake ni in same ku
A cikin zurfin ruwan raina, ina jin kishinki
soyayya

Soyayya ita ce kamshin furannin fure
Kuma waƙar wardi masu shiru
Bikin kyawun yanayi
Soyayya waka ce ta rai tana rera waka don rayuwa
Kuma rawar da ta dace ta duniyoyi
A cikin tafiyarsa ta har abada zuwa cikin zurfin sararin
samaniya
Kishin furanni ne don shan hasken rana

Kuma yana bunkasa kuma ana ciyar da shi da ruwan
magani na rayuwa
Shine burin duniya
Don ciyar da tushen kishirwa da madararsa
Kuma kula da dukkan nau'ikan rayuwa tare da jigon
rayuwa

Ita ce babbar wasiyyar rana
Domin kiyaye dukkan abubuwa masu rai da kuma aiki
Ita ce karfin tuki na rayuwa
Don samar da kariya da kulawa ga kananan yara
Murmushin rashin laifi ne ke haifar da soyayyar uba
a kan jariri
Kuma mika kai tsaye a cikin zukatan masoya
Don samar da hidima da ta'aziyya kyauta
Wannan shine bugun abota
Wanda ke gyara karyewar zukata kuma yana warkar da
raunuka

Kira ne ga zuciya wanda ke kin bayanin
Mawaki ne mai cike da kaunar dan adam
Wanda ke fama da wahalar da take sha
Da'irar kusanci ce tsakanin 'yan uwa daya
Ci gaba da faɗaɗawa da faɗaɗawa zuwa manyan
wurare

Kuma fannoni masu faɗi
Rawanin rayuwa ne
A cikin sararin buɗewar tunani
Kuma sararin zukata cike da taurarin ji na alfarma
Soyayya ita ce jin daɗin rai
Abin da rayukan masu kauna ke burin yi
Kuma tana sha'awar isa gare shi da kuma yin magana
da shi

Daga taskar bayanai: Kalamai game da nasara da
mutanen da suka yi nasara
Yaro zai iya ɗaukar nasara a matsayin mallakar kayan
wasa da tsana da yawa, kuma watakila ma karamar mota da

zai hau. Yaro talaka zai iya daukar nasara a matsayin samun kudi don siyan duk abin da yake so, yayin da yaro mai arziki zai iya rashin gamsuwa da kayan wasansa kuma ba shi da gamsuwa. Irin wannan yaron, wanda ya mamaye shi da yawan abubuwan da yake da su, zai iya zama da wuya a .faranta masa rai

Yayin da muke girma, muna dariya ga sha'awarmu ta yarinta Har ma da yawa daga cikin abubuwan da manya ke kokarin yi a yau suna rasa sha'awarsu gobe ko washegari, an maye gurbinsu da sabbin sha'awa Yana da kyau mutum ya yi amfani da bambanci tsakanin abin da ya zama dole da abin da ba dole ba Nasara tana da matukar muhimmanci ga mutum ya sami abubuwan da ake bukata na rayuwa: abinci, matsuguni, lafiya, da tufafi Idan ya rasa ko da karamin bangare na wadannan abubuwan, yana cikin mawuyacin hali Dole ne mutum ya sami damar samun karamin matakin jin dadi da farin ciki Ko mutum yana da sha'awar ruhaniya ko ta abin duniya, babu wata jayayya cewa akwai wasu bukatu na asali wadanda dole ne a biya domin kiyaye lafiyar jiki da walwala Ba tare da kasancewa cikin koshin lafiya da lafiya .ba (akalla a fannin tunani), ba za a iya cimma nasara ba Amma menene nasara ta gaskiya? Idan mutum ya sami duk abin da yake so a rayuwa, zai ci gaba da jin babu komai domin shi rai ne, kuma abubuwan duniya ba za su iya ba shi .farin ciki ba, wanda da farko dai yanayi ne na tunani Muna da ikon faranta wa kanmu rai, kamar yadda muke da ikon sa kanmu cikin bakin ciki. Sirrin nasara da farin ciki yana cikinka. Kuna iya zama mafi farin ciki a gidanku mai tawali'u fiye da sarki a cikin fadarsa mai ban mamaki. Wadanda suka sami nasara da wadata a waje da kansu ba su da nasara ko farin ciki da gaske. Wannan ba yana nufin cewa attajirai ba sa jin dadi ba; a'a, yana nufin cewa idan za ku iya cire farin ciki daga rayuwa, ko kai talaka ne ko mai .arziki, to ka yi nasara ta kowace hanya

Jin dadi mai dan lokaci wanda ke barin nadama da nadama kawai ba shine farin ciki na gaske ba. A cikin nasara ta gaske, tunawa da cimma ta yana nan da rai ko da bayan farin cikin farko na nasara ya shude. Duk kyawawan abubuwan da mutum ya yi kuma ya ci gaba da yi a rayuwarsa suna rayuwa har abada a cikin tunawa da su a matsayin farin ciki mai dorewa. Wannan shine nasarar gaske .da mutum ya samu a rayuwa

Nasara ba abu ne mai sauƙi ba; ba za a iya auna ta da dukiyar mutum ko dukiyarsa ba. Ma'anar nasara ta fi zurfi fiye da haka. Ana iya auna nasara ta gaskiya ta hanyar .iyawar mutum na yin farin ciki a kowane yanayi Idan lamirinka ya kasance mai tsabta da kwanciyar hankali, kuma ba ka nuna son kai ga kowa ko rashin adalci ga kowa ba, kuma lokacin da nufinka ya kasance mai karfi da sassauci a lokaci guda, kuma kana da ji mai laushi da fahimta daidai, kuma lokacin da ka sami damar samun abin da kake bukata ta hanyoyi masu daraja da halal, to kana .cikin wadanda suka yi nasara

Sau da yawa yaro yakan gamsu da kananan abubuwa kafan, amma idan ya girma yana son mallakar abubuwa da yawa, kamar gidaje da motoci, duk da cewa ya san cewa .masu wadannan abubuwan ba lallai ne su yi farin ciki ba

Jin dadi yana cikin rayuwa mai sauƙi da tunani mai girma Wadanda suka rike tunaninsu a cikin akidu—mafakar ra'ayoyi masu daraja—suna samun farin ciki mafi girma fiye da wadanda suka iyakance tunaninsu ga abubuwan duniya su kafai. Wadanda suka shagaltu da abin duniya ba tare da wani abu ba, wadanda suka shagaltu da tara abubuwan jin dadi (don yin almubazzaranci da nuna isa), ba a tsarkake su .da gaske ba

Ya fi amfani ga mutum ya karanta littattafai da labarai masu amfani maimakon bata lokaci akan ayyukan da ba su da amfani Ko da karatu ya fi girma shine tunani game da

Allah, tunani game da girmansa, da kokarin fahimtar asirai
.marasa iyaka na rayuwa

Manufar rayuwa ita ce mutum ya san kansa, ya ji
yanayin sararin samaniya yana bugawa a cikin zuciyarsa,
yana gudana a cikin jijiyyoyinsa, kuma yana cika
kasancewarsa da kwanciyar hankali, kauna, farin ciki, da
!natsuwa kuma wannan shine babban nasara
Kyau

Mutane masu gani suna son kyau a ko'ina Wasu kuma
suna yin kamar ba su da idanu; ba sa gani ko fahimta domin
.ba sa iya lura da komai, ko da a wurare masu kyau ne

Mafi kyawun launuka na duniya suna kama da
mummuna da yawa idan aka kwatanta da launuka masu ban
mamaki na duniyar duniya ko ta ethereal

A matakin zahiri, mutane sun gano hanyoyi daban-
daban don inganta fahimtarsu ta gani. Ido tsirara yana
samun karancin ra'ayoyi na launi; duk da haka, wasu
duwatsu masu launin ruwan kasa masu haske suna nuna
launuka masu haske a karkashin hasken ultraviolet. Lokacin
da aka toshe wannan hasken, duwatsun suna komawa ga
.launinsu na asali mai duhu

Launuka da yawa a duniyar zahiri, kamar shudin sama,
rudani ne na gani da aka kirƙira ta hanyar hasken haske
akan nau'ikan barbashi daban-daban Tunda ido zai iya
hango iyakataccen kewayon girgiza wanda ya kunshi komai
a cikin sararin samaniya, mutane ba za su iya ganin kananan
abubuwan da ke boye a cikin duk abin da ke kewaye da su
ba. Idan za ku gan su, za ku yi mamakin kyawunsu da
.kyawunsu

Saboda haka, ido ko kunne ba za su iya fahimtar duk
abin da za a iya fahimta ba. Mutane ba za su iya shakar
kamshi mai kamshi na ethereal ko kuma ganin siffofi,
hotuna, da ra'ayoyi marasa adadi da ke yawo a cikin faɗin
.ether ba

Sau da yawa mutane ba sa iya fahimtar ko da abubuwan
da ke cikin fagen fahimtar motsin zuciyarsu
Lokacin da na ziyarci Mexico na ga "lambunan da ke
iyo" na Tafkin Zuquemilco, kyawunsu ya cika zuciyata kuma
.na ji girma da girman mai zane mai tsarki
Akwai wani mutum da ya yi kama da ya shagaltu da
wadannan kyawawan halittu, amma wani yanayi na ciki ya
nuna mini cewa bai ga abin da nake gani ba, sai na tambaye
shi game da ra'ayinsa game da wadannan kyawawan
ra'ayoyi, sai ya amsa: "Ina tunanin wata hanya mai inganci
".ta zubar da ruwan domin in kara noma kasa
Yana kallon tafkin daga hangen nesansa. Don haka duk
muna kallon abubuwa bisa ga ra'ayoyinmu da son
.zuciyarmu
Kowace rai tana cikin yanayi daban-daban na girgiza ko
juyawar ji, tunani, da ji, duk wadannan abubuwan da ke
.taimakawa wajen samar da halayen mutum ko saninsa
Kowanne mutum yana da kayan shafa daban-daban,
wani irin rawar jiki daban-daban Duk abin da mutum ya yi
tun yana yaro har yanzu yana cikin kwakwalwa a matsayin
kwayoyin da aka matse na halaye da sha'awa. Kuma tunda
ba za mu iya ganin wadannan kwayoyin da ba a gani ba,
muna mamakin ayyukan mutane, kowannensu bisa ga
.sha'awarsa
Wasu mutane suna samun sauƙin shagaltuwa da farin
ciki ba tare da wani dalili ba, ko kuma yanayinsu ya yi tsami
ta hanyoyin da ba su dace ba, har ma da kansu. Wasu kuma
suna shagaltuwa da suka, yada jita-jita, da fallasa wasu,
.yayin da zukatansu ke buƙatar kulawa da tsarkakewa
Wadannan halaye na tunani suna binne rai kuma suna
hana mutum nuna cancantar girman kansa mafi girma
Yaya mutane suke da sarkakiya da kuma iyakance
kansu! Kowanne mutum labari ne mai babi-babi da yawa,
tare da abubuwan da suka faru da kuma yanayi daban-
.daban

Dole ne a kawar da tunanin gazawa da tunani mai kyau
na nasara da kyakkyawan fata Dole ne a rage tsoro ta
hanyar rashin kara gishiri a kansu Dole ne a kawar da bakin
ciki da hasken farin ciki Dole ne a kawar da rashin kunya da
kirki da la'akari Dole ne a kawar da tunanin banza da tausayi
da ladabi Dole ne a kawar da tunanin rashin lafiya daga
kursiyin lafiya ta hanyar tunani mai kyau da ji na daidai Dole
ne a kawar da damuwa da damuwa ta hanyar imani da
kunna ikon tunani Dole ne a kafa mulkin natsuwa a cikin rai
don taɓa kasancewar mai albarka da jin kariyar Allah
Ka ba da ruhu mai karimci
Ya Ubangiji, bari in fahimci cewa jin daɗin ji na zahiri ne
kuma na ɗan gajeren lokaci ne
Duk da cewa farin cikin rai na gaske ne kuma yana
sabuntawa koyaushe
Allah yana nan Ba wai kawai kalma ce da muke furtawa
ba, amma ainihin rayuwa da sirrin rayuwa Ba za mu iya
sanin cikakken girman ikonsa ba, amma za mu iya jin
kasancewarsa da kuma jin kasancewarsa
Allah shine nutsuwar sararin samaniya inda ake nuna
komai kuma daga ciki ne dukkan tunani masu haske ke
fitowa. Saboda haka, zan yi kokarin yin natsuwa domin in ji
farin cikin kasancewarsa
A yau zan kawata wurin tsarki na natsuwa da furannin
sha'awar allahntaka kuma in kira Allah na kauna da farin ciki
Ina rokon Allah ya bayyana mini kansa ta idanuna na
ruhaniya domin in ga haskensu ya bazu a duk faɗin duniya
Na san cewa Allah yana sauraron kowace karamar
sha'awata, Shi kauna ce ta duniya baki ɗaya, kuma ta
hanyar kaunar Allah zan iya samunsa, domin ta hanyar
kauna mai nema yana kusantar Allah kuma yana sha daga
.mabuɓɓugan ni'ima mai tsarki
Ya Ubangiji, ka taimake ni in ɗora jikina da kuzarin
sararin samaniyarka, in warkar da hankalina da hankali da

kyakkyawan fata, da kuma warkar da raina da fahimtar
ruhaniya da aka haifa ta hanyar tunani
A rayuwa da mutuwa, cikin bakin ciki da masifu,
bangaskiyata a gare Ka, Ya Ubangiji, ta kasance mai karfi da
rashin girgiza, mai karfi da rashin tabbas
Kowace numfashin sha'awa da addu'ata tana buɗe
kofofi da tagogi a cikin raina waɗanda ta cikinsu nake
wucewa zuwa ga ni'imar Allah
Kamar yadda rana ke haskakawa a kan titunan da suka
fi cunkoso, haka nan zan hango hasken kaunar Allah
A duk wuraren da nake aiki a kullum, ka albarkace ni, Ya
Ubangiji, domin in tashe raina da wayewar gari in kai shi ga
.bakin kofarka mai albarka
Ya Ubangiji, ka ba ni ruhu mai karimci don in raba wa
wasu abin da nake da shi, ka kuma taimake ni in ga a cikin
tafkin tunani na hasken wata na raina yana haskakawa da
hasken kasancewarka
A yau zan zurfafa cikin teku na tunani da tunani game
da Allah har sai na sami lu'u-lu'u na hikima da farin ciki na
allahntaka
Zan so ka, ya Ubangiji, fiye da komai, domin ba tare da
,kai ba ba zan iya kaunar kowane ɗan adam ko wani abu ba
A cikin zurfin duwatsu da sararin sama mai natsuwa, da
kuma cikin zurfin raina da kuma kogon shiru, ina jin
kasancewar Allah kuma ina jin farin cikinsa koyaushe, kuma
ina shan ruwa daga mabuɓɓugansa masu tsarki waɗanda ba
.sa karewa ko bushewa har abada
Zan bauta maka, ya Ubangiji
Ya kai wanda soyayyarsa take daidai da kai
A kan kursiyin kowace irin zuciya mai kauna da kuma
* **

Ba lallai ba ne kuɗi ya zama alamar kyakkyawan
dandano Mutane da yawa masu arziki suna siyan abubuwan
da ba sa buƙata, waɗanda daga nan suke taruwa a
gidajensu cikin tarin abubuwa marasa kyau da marasa

amfani Ba kwa bukatar kuɗi mai yawa don sanya gida ya
zama mai kyau; ɗaɗaɗano shine babban abin da ke da
mahimmanci Duk da haka, ra'ayin kawata gida yana damun
wasu mutane, yana sa su zama masu dogaro da abubuwan
.duniya kuma suna iyakance kwarin gwiwar kansu
Duk wanda ke da nauyin kara yawan kuɗaɗen da ake
kashewa, tabbas zai yi marmarin rayuwa mai sauƙi da 'yanci
daga matsin lamba na kuɗi. Amma wannan 'yancin ba zai
fito daga lalaci da rashin aiki ba, ko barin komai ba tare da
.hujja ko dabaru ba
Akwai lokacin da wani mutum ya yi babban rashi sai ya

:ce

Kai, kaiton ni! Na rasa dukiyata kuma matata ta rabu"
da ni, don haka na yanke shawarar barin komai na zama mai
"sihiri

Wannan mutumin, abokaina, bai bar komai a baya ba,
!sai dai ya bar komai a baya
Jin daɗin tunani da jin daɗin rayuwa su ne muhimman
abubuwa guda biyu don cimma farin ciki Bayan an duba
kuma an tantance dukkan buƙatu, za a iya cewa: "Babu wata
matsala wajen samun buƙatun kayan da ake buƙata, kuma
".rashin iya mallakar su ba shi da tushe

* **

Kasancewar allahntaka tana nan a cikin taurari, a cikin
ƙasa mai kyau, a cikin bugun zuciya, da kuma cikin bugun
motsin rai Duk wanda ya ci gaba a kan hanyar zuwa ga burin
mai albarka kuma ya yi tunani game da Allah da abubuwan
al'ajabinsa zai gan shi a cikin rigar zinare ta duniya - rigar
haske da ke yaɗuwa har abada - kuma zai ji kasancewarsa
mai haske a cikin kowace tunani mai daraja da ɗaukaka da
.kuma kowace bugun zuciya
Mutane da yawa sun yi magana game da Allah, mutane
da yawa sun neme shi, kuma mutane da yawa sun karanta
game da shi, amma kaɗan ne suka taɓa kasancewarsa.

Wadanda suka dandani ni'imarSa su ne wadanda suka san
.Shi

Gurasa" irin kasuwancin da jahilci ya haifar"

Mutane suna tsara makomarsu ta hanyar nufinsu, suna
tantance makomarsu ta hanyar niyya da ayyukansu. Za ku
iya 'yantar da kanku daga wahala idan kun zabi yin haka.

Allah, wanda ainihinsa kauna ne, ba ya son masoyinsa ya
sha wahala sakamakon ayyuka marasa kyau da tunani mara
kyau. Ya bai wa dan adam ikon fahimta da 'yancin zabi. Duk
da haka, saboda yanke shawara mara kyau da zabubbuka
marasa kyau, mutane suna kawo wa kansu da wasu wahala
.da wahala

Dole ne ka kasance cikin 'yanci kuma kada ka bari wani
ya zartas maka da shawararka ko ya mamaye ka. Kada ka
bari kewayenka, al'adunka, ko al'adunka masu cutarwa su
takaita ka kuma su sarrafa salon rayuwarka. Yi aiki da
hikima, ka saurari lamirinka, kuma ka yi la'akari da
sakamakon ayyukanka kafin ka fara wani aiki. Guji cutar da
wasu ta hanyar halayenka marasa kyau, kuma ka nemi
.taimakon Allah da shiryar da kai

Muddin mutum ya zama abin farauta ga fushi, kishi, da
hassada, ba su da 'yanci. Dole ne su zama masu iko da
motsin zuciyarsu da ayyukansu, kuma su 'yantar da kansu
daga ilhami masu lalata, sha'awa marasa iyaka, da kuma
.sha'awa mara kyau

Idan ka yi wa kanka gaskiya, hikima za ta tallafa wa
tunaninka, adalci zai jagoranci shawararka, kuma fahimta za
.ta haskaka maka tunaninka

Dole ne a "kona" tsaban ayyukan da suka gabata
wadanda jahilci ya haifar a cikin wutar tunani da hikima don
su kasa sake tsirowa da girma. Wannan ita ce hanyar da za a
.iya korar da kuma dakile hare-haren yaudara masu tsanani
Mafarkin sararin samaniya - ko Shaidan - yana yaudarar
mutum da alkawuran karya da jarabawar jan hankali don bin
kawance na jin dadin sha'awa, kuma yana sarrafa ikonsa

saboda yana yi masa alkawarin farin ciki na duniya wanda
ba shi da gaskiya, don haka yana aiki tukuru don hana shi
ɗaɗaɗano 'ya'yan farin ciki na gaske da ke akwai a cikin
.lambunan rai

Masu hikima sun san bambanci tsakanin gaskiya da
ruɗani kuma sun kware wajen fahimta Yayin da suke zurfafa
zurfafa cikin tunani, suna fahimtar muhimmancin 'yancin
zaɓi da kuma wajibcin amfani da 'yancin zaɓi don yin abin da
ya dace da kuma guje wa ayyuka masu illa da sakamako
.mara daɗi

Tunani na yau da kullun

A yau zan wargaza siffar jahilci da ke kazantar da wurin
zaman rai a cikina, kuma zan tuna cewa hasken Allah mafi
tsarki koyaushe yana haskaka rayuwata kuma yana kawar
da duhun ruɗani daga tunani da raina, kuma wanda ya
halicce ni ba ya barina

A farkashin kowace rakuman rayuwa akwai teku mai
yawan kasancewar allahntaka, kuma a bayan kowace bugun
zuciya akwai teku mara iyaka na jin daɗin sararin samaniya
Kowace dare zan tabbatar wa kaina cewa ba ni ba ne
jikina

Maimakon haka, ruhun da ke zaune a jiki
Kuma cewa ruhaniyata ba ta mutuwa har abada
Idan na farka, zan tuna na sake tabbatar da hakan
A cikin tsarin barci zan warke in kuma sabunta karfina,
amma hakan bai isa ba ina buƙatar mafaka ta natsuwa da
tunani inda zan iya ja da baya kowace rana don bincika
.sararin sanina da kuma gano asirin raina

Na san tabbas cewa Allah ba ya barina ko da na ɗan
lokaci, kuma komai yanayin rayuwata, ina ci gaba da zama
mai wadata cikin Allah domin yalwar alherinsa tana gudana
ta cikina koyaushe

Soyayya kira ce ta shiru da Allah ke yi wa dukkan halittu
masu rai da marasa rai su koma gidan ɗayaɗantakarsa

Soyayya ta samo asali ne a cikin lambunan ci gaba da
sabuntawa, saboda haka koyaushe zan yi aiki kan sabunta
kaina da kuma karfafa ruhina don ci gaba a kan hanyar
cimma nasara

A yau zan guji wuce gona da iri guda biyu: girman kai da
rashin tausayi, kuma zan tuna cewa Allah yana aiki ta wurina
kuma idan na taɓa kasancewarsa zan tsira daga dukkan
.mugunta

Na fahimci cewa manufar rayuwa ita ce farin ciki, ba
farin ciki na son kai wanda ke ware wasu ba, amma farin ciki
wanda ya haɗa su kuma yana karuwa ta hanyar sa su farin
.ciki

A bayan wata akwai babban cikakken wata, a bayan
rana akwai iko da kuzarin Allah, kuma a bayan tunanin ɗan
adam akwai tunanin duniya. Saboda haka, ba zan takaita
"kaina ga karamin kai ba: "idon kai

Ya Ubangiji, idan muka neme Ka da dukkan zukatanmu,
Za Ka buɗe mana kofofi ka kuma aiko mana da duk abin da
muke bukata don kusantarKa da kuma saninKa

Zan ci gaba da buɗe zuciyata da kuma karɓar amsa,
sannan zan ga Allah cikin dukkan abin da yake da daraja da
ɗaukaka, kuma zan fahimci cewa ina cikin muhimmin hulɗa
.da kasancewarsa mai albarka

Idan na buɗe idanuna ga farin cikin tunani, duhun zai
ɓace kuma hasken imani zai kai ni zuwa mulkin haske inda
.Allah yake jira

Zan tuna cewa jahilci shine tushen dukkan cututtukan
jiki, hankali, da ruhaniya. Saboda haka, zan kawar da duhun
.jahilci ta hanyar kallon hasken Allah

A yau zan haɗu da abokan hikima ta hanyar
littattafansu da koyarwarsu da zan shiga ta kofofin nazari
.mai zurfi da tunani

Zuwa ga duniyoyin tunani masu ban mamaki da ban
mamaki, zan karanta littattafai da kayan aiki masu ban

sha'awa game da Allah, tushen dukkan wahayi da manyan
.ra'ayoyi

Allah ya ba kowannenmu iko na musamman don kirkirar
wani abu na musamman wanda babu wani da yake da shi.
Ikon kirkira ne, don haka zan yi iya kofarina don habaka
.wannan ikon

Ya Allahna kaunatacce, na san cewa ina da hasken
allahntaka a cikin kaina, don haka zan gudanar da ayyukana
ba tare da gajiya ba, kuma ayarin rayuwata zai ci gaba da
tafiyarsa, yana sane da cewa ikonka na kirkira mara iyaka
yana taimaka mini, yana daukaka burina, kuma yana daukar
.kudurina

A yau zan yi tunani sosai kafin in yi aiki, dabi'a
sakamako ne na ayyuka daban-daban, kuma ana iya
tantance ayyuka ta hanyar tasirinsu ga ruhi, don haka zan yi
.iya kofarina don 'yantar da kaina daga munanan halaye
Ya Ubangiji, ka taimake ni in karfafa nufina kuma kada
in bar halaye su bautar da ni Ka shiryar da ni domin in ci
gaba da rayuwa ta ruhaniya ta hanyar horo na ciki da na
waje

Babu tsaro ba tare da Allah ba Babu farin ciki ba tare da
Shi ba Babu soyayya ba tare da Shi ba Babu zaman lafiya ba
tare da Shi ba Babu rayuwa ba tare da Allah ba
Gaisuwa gare ku

Na dauki wakokin daga wakokin
Kuma an fito da motsin rai mai dadi daga wakoki da
baitoci

An cire elixir daga nectar
Kuma ta tattara kamshin furanni da wardi
Na dauki ra'ayoyin daga dukkan tunani
Kuma na kawo ruhun daga soyayyata
Kuma an karfi simfoni na jikin sama
Kuma na sami karfi daga dukkan rayuwa
Na cire rahamarka daga dukkan addu'o'ina
Kuma na kirkiri kaunarka a cikin zuciyata

Kuma na kama ainihin natsuwar
Kuma na dauki sha'awa da sha'awa daga tukunyar
ibadata

Kuma na kawo muku su duka
?Me yasa ba za ka fito daga maɓoyarka ba
?Kuma ka karɓi sadakokina masu tawali'u daga gare ni
Jagora Paramhansa Yogananda
Labarin baƙar innabi

Kamar yadda malamin Paramhansa ya ruwaito
Manyan hujjoji wani lokacin suna fitowa ne daga
ƙananan buri

Akwai lokacin da nake Boston tare da wani abokina, na
ga tarin inabi baƙi kuma ina son siyansa, amma ya kai dala
\$3 [fiye da shekaru saba'in da suka wuce], sai na ji wani
"!?yana cewa, "Shin ba mai ɓarna ba ne

Na yanke shawarar kin sayen inabin, kuma bayan na
sami tabbaci a ciki, sai na ce wa kaina: "Allah ya san ina son
".wadannan inabin kuma zai sake ba ni inabin

Bayan kimanin watanni shida, wata rana da yamma na
shiga shagon 'ya'yan itace na sayi 'ya'yan inabi irin wadanda
na gani a baya, bayan na manta da alƙawarin da na yi wa
kaina cewa zan jira har sai Allah ya ba ni 'ya'yan inabi Nan
da nan na ji muryar Allah a cikina tana cewa, "Mayar da
"wadannan 'ya'yan inabin

Na juya na ce wa mai shagon, "Ba ni kankana mai zuma
maimakon inabõbi." Mutumin ya yi kamar ya ruɗe, amma ya
yi kamar yadda na tambaya, sai na tafi da kankana

Da na isa gida, na yi mamakin ganin akwati dauke da
gungu biyu na inabõbi baƙi ba tare da an saka musu alama
ba, wanda hakan ya burge ni na san wanda ya ba ni su. Na
tsawon wata ɗaya, na yi ƙoƙarin gano ko wanene shi, kuma
wata rana na sake jin muryar Allah, yana tabbatar mini da
cewa za a gaya mini Wata rana da yamma, yayin da nake ba
da lacca, ɗaya daga cikin ɗaliban da ke cikin taron ya ja

hankalina, sai na ce masa, "Allah ya gaya mini cewa kai ne
".ka ba ni inabōbi

Ya amsa da rashin kyau, amma daga baya ya furta min
abin da ya faru, yayin da yake tunani sai ya ga wani babban
haske da hannu yana rike da wasu 'ya'yan inabi baki, kuma
mafi karfin tunanin da ke cikin zuciyarsa shine ya je ya sayi
.wadannan 'ya'yan inabin don Yogananda

Ya ce ya sayi gungu daya sannan ya sayi wani, duk da
cewa har yanzu yana da yakinin cewa wahayin kawai
mafarki ne. Sai ya yi addu'a [don sanin gaskiya] sai ya
bayyana a gare shi cewa wahayin gaskiya ne kuma daga
.Allah ne yake so ya sayi wadannan inabin ya ba ni su
Gibin da ke da wahalar cikewa

Lokaci ya yi da mutum zai kunna ikon da ke bayyana
gaskiya a cikinsa, domin farin ciki yana da alaƙa da wannan
wahayi. Waɗanda ke son isa ga waɗannan abubuwan na
kansu dole ne su yi koƙari mai ma'ana kuma su ciyar da
hankali da ra'ayoyi masu kirƙira don taɓa gaskiyar da Allah
ya sanya a cikinsu da kuma amfana daga ikon da ke cike da
.albarka da ke cikin rayuwarsu

Duk wanda yake son gamsar da jin daɗin jiki ba tare da
ɗaɗɗano ruwan farin ciki na ruhaniya daga maɓuɓɓugar
Allah ba, tushen dukkan gamsuwa da farin ciki, ya yi asarar
.jari kuma amfanin iliminsa zai yi kaɗan

Waɗanda suke son sanin Allah za su sami biyan
bukatarsu daga Allah domin shi mai karimci ne kuma mai
alheri. Duk da haka, yawancin mutane suna bin sha'awar
duniya, suna ta'azantar da kansu da farin ciki na duniya
wanda ba ya ɗorewa, kuma suna shan wahala saboda rashin
!cimma shi ko kuma saboda cimma shi

Har ma waɗanda suka yi nasara a fannin kuɗi za su ji
wani gibi a rayuwarsu wanda yake da wahalar cikewa, yayin
da waɗanda suka haɗa rayuwarsu da Allah suke da waɗata,
.masu iko, kuma suna jin daɗin gamsuwa da waɗata

Yin watsi da umarnin hikima da kuma yin watsi da
muryar lamiri yana haifar da hanyoyi marasa kyau, masu
santsi, masu haɗari, da kuma marasa daɗi, yayin da bin
hanyar adalci ke haifar da 'yanci daga sarkakiyar da kuma
samun ikon yin abin da ya dace, ba abin da aka tsara ta
.hanyar tunanin da ba daidai ba da halaye masu batarwa
Waɗanda ke neman farin ciki za su iya amfana daga
gogewar mutane masu hikima waɗanda suka magance
matsalolin rayuwa kuma suka sami mafita a kansu
Hakika, duk wanda ya dace da manufofin Allah yana iyo
a cikin teku na gamsuwa da natsuwa, kuma hakika ya yi sa'a
Duk wanda yake tunanin Allah, Allah yana tunaninsa,
yana cika rayuwarsa da albarka kuma yana ba shi dandanon
.ruwan 'ya'yan itace na ni'ima
Mu yi addu'a ga Allah Ya sanya mu cikin masu rai
Yana tayar da sha'awar ruhaniya a cikin zukanmu
Hakika, haɗin kai na Allah jin daɗi ne wanda ya fi duk
sauran jin daɗi
Albarka ta tabbata ga wanda ya iya taɓa zuciya sararin
samaniya
Lokacin da almajiri ya sha wahala da sha'awar haɗa
rayuwarsa
Da cikakken sani
Yana jin mahimmancin guje wa kuntatawa na kayan aiki
Haɗawa tare da girgiza mai haske da warkarwa
Kuma lokacin da sha'awarsa ta zama mafi gaggawa
Allah yana buɗe wani wuri a cikin ransa
Yana shaƙar kamshi mai kama da na sama
Kuma ta hanyarsa, yana hango hasken allahntaka
Jarabawa masu arha suna rasa sha'awarsu
Ransa yana ci gaba da fahimtar zaƙi mai kyau
Kuma yayin da yake karkatar da hankalinsa zuwa ga
tushen 'ya'yan itacen gnosis mafi daɗi
Kuma fahimtar da ke cikin mafi d'aukakar kasancewarsa

Yana rayuwa a wannan duniyar ba tare da an dāure shi
da ita ba

Farin cikinsa ya fi na wanda ya sami tarin kayan adon
lu'u-lu'u masu daraja

?To wa ya kuduri aniyar gano game da alakarsa
Wannan bazara mai rai

Ya yi daidai da manufar rayuwa gaba dāya
Duk kokarin da yake yi yana samun albarka da goyon
baya marasa adadi daga Allah

Wanda ba ya daina tunani da neman sirrin sirri
Ba ya rasa ganin burin da ake so

Allah Ya saka masa da alheri a kokarinsa
Yana ba shi lada saboda kokarinsa

Kuma za a ba shi nasara bayyananna

Magnetism: Ci gabansa, cikas, da fa'idodinsa

Mutum zai iya haɓaka karfin da ya zaɓa, ko don jawo
hankalin mafi girman ikon Allah, don samun karfin tunani, ko
kuma don jawo hankalin abubuwan da ake bukata na rayuwa
.ta yau da kullun

Allah ya bai wa dān adam jiki, kuma dole ne mu kula da
shi. Waɗanda suka noma kuma suka yi amfani da
maganadisu na zahiri don abin duniya da karfin tunani kawai
za a yaudare su. Duk da haka, waɗanda suka noma
maganadisu na ruhaniya za su ga cewa ikon mai albarka
yana biyan bukatunsu da kuma biyan duk bukatunsu na
.duniya

Akwai wata doka ta duniya da ke aiki yadda ya kamata,
kuma na fuskanci hakan a rayuwata kuma na tabbatar da
cewa yana aiki

Yana da mahimmanci ga mutum ya sami jiki mai karfi
da lafiya wanda ke amsa umarnin tunani. Ka yi tunanin
mutum mai jinkirin aiki, mara himma zai yi aiki ba tare da
buri ko kuzari ba, sannan ka yi tunanin doki a shirye yake ya
yi tsere a kan filin tsere da zarar ya sami siginar farawa.
.Haka nan jikin ya kamata ya kasance

Wani lokaci muna lura da wasu tsofaffi waɗanda ke cikin
koshin lafiya kuma suna da kuzarin kuruciya. Jikinsu yana
kama da kuruciya kuma cike da maganadis, kuma duk da
.shekarunsu, suna da halaye masu kyau
Jinkiri da kuma yin kasa a gwiwa yana rage kuzari. Ka
lura da yadda mutane ke zaune a kujerunsu; wasu suna
bayyana a kasa da kuma barci, har da zarar ka gan su, sai
ka ji gajiya. Wasu kuma suna zaune a tsaye, kuma ka san
suna da haske; da zarar ka kalle su, sai ka yi mu'amala da
.su

Waɗanda suka zauna a hankali kuma ba tare da kulawa
ba suna taimakawa wajen lankwasawa da kuma karkata
kashin baya saboda rashin kyawun yanayi. Wannan irin
zama yana shafar yanayin tunani kuma yana haifar da
mummunan tunani. Waɗanda suka zauna a tsaye kuma suna
da kyakkyawan yanayi sun fi kyawawan halaye da
.kyakkyawan fata

Waɗanda ba za su iya zama a tsaye ba - saboda yanayi
na musamman - za su iya rama wannan ta hanyar
kyakkyawan fata, kyakkyawan hangen nesa, da kuma karfin
.kasancewarsu a cikin tunaninsu

Koyaushe ka mai da hankalinka kan duk abin da kake yi,
komai kankantarsa ko rashin muhimmanci da zai iya kama,
yayin da a lokaci guda kuma ka sa hankalinka ya kasance
mai sassauka don ka iya komawa ga wani abin sha'awa idan
ya zama dole. Amma sama da komai, yi komai da cikakken
.hankali, domin wannan zai kara maka kwarjini sosai

Mafi yawan 'yan kasuwa masu nasara a kowane fanni
sun san yadda ake amfani da karfin maganadis. Kame kai
yana ba da tasirin maganadis, kamar yadda samun tunani
mai daidaito wanda motsin rai da sha'awa ba su shafe shi
ba. Dole ne a canza motsin rai zuwa karfi - zuwa aikin tunani
- kuma hikima dole ne ta sarrafa motsin rai don wannan ikon
.maganadis ya bayyana

Hankali tare da motsin rai yana haifar da maganadisu

Mutumin da ke da maganadisu yana magana da kwarin
gwiwa Suna magana da hankali, amma suna kara
kalmominsu da ji. Ya kamata mu kasance masu gaskiya a
duk abin da muke faɗa da aikatawa, amma gaskiya ba yana
.nufin bata wa wasu rai ko kunya ba

Kayan lambu da 'ya'yan itatuwa suna da kaddarorin
maganadisu, musamman 'ya'yan itatuwa, waɗanda ba sa
hana narkewar abinci ko hana narkewar abinci. Sabanin
haka, yawan shan sunadaran da sitaci yana taimakawa
wajen tara guba a jiki. Duk wata gabar jiki da ke da rashin
lafiya za ta haifar da rashin daidaito a jiki. Musamman, ciki,
dole ne a kiyaye shi lafiya kuma yana aiki yadda ya kamata;
misali, iskar gas a cikin ciki yana haifar da rashin jin daɗi
.kuma don haka yana shafar halayen maganadisu
Cin abinci mai yawa yana da mummunan sakamako,
yayin da azumi zai iya kara kwarjini, kamar yadda lokaci-
lokaci zai iya sa mutum ya daina cin abinci. Duk da haka,
wannan ba yana nufin yunwar da ke sa mutum ya yi kiba har
ya cutar da lafiyarsa ba. Waɗanda ke cin nama sau uku a
rana suna da raunin gani da kuma karancin kwarjini. Duk da
haka, abinci mai kyau kaɗai bai isa ba; tunani mai kyau,
ɗabi'a mai kyau, da kuma ɗabi'a mai kyau a rayuwa suma
.suna da mahimmanci

Ina fatan zan yi muku magana nan gaba game da tasirin
maganadisu ga wasu da kuma karin sirrinsa
Kuma ina ganin kina fure a cikin lambun kaunata
Ina jin ki a cikin zurfin tunani na
Ina jin kasancewarka a cikin mafi zurfin ji na
Kuma ina ganin kina fure a cikin lambun kaunata
Cika ni da kamshin kasancewarka
Zan iya jin daɗin kamshinki mai albarka
Ku zo gare ni daga sama da taurari
Da tunani da ji
Nuna min fuskarka mafi tsarki

Bari in fahimci kasancewarka a cikin raina
Kuma waɗanda ke kewaye da ni
Ko'ina
Na yi ta nemanka tsawon shekaru da shekaru
A kan hanyoyin sha'awa da buri
Kuma yanzu na fahimci cewa kana zaune a cikina
Kuma yana motsa zuciyata ta ji da na fi tsarki
Kada ka boye min komai kuma
Bayan furannin motsin rai
Tunani da bugun zuciyar
Ka kawata raina da kayan ado na hikimarka
Kuma Ka ba ni iskar ni'imarka
Ka cire mini duhun da ya lulluɓe ka
Dangane da ganina da kuma fahimtar da nake yi
Ya kai wanda ya wuce taurari da sararin sama mai shuɗi
Kuma bayan yadudduka na sararin samaniya da dukkan
halittu da halittu
Ka yarda da raɗaɗina na soyayya
Ka nutsar da rayuwata cikin kaunarka, haskenka, da
kuma salamarka
Wannan haske da taskokin har abada
Ranar da zan yi bankwana da wannan duniyar, amma
matuƙar na ci gaba da zama a wannan duniyar, babban farin
cikina yana cikin yin magana game da abubuwan al'ajabi na
Allah ga waɗanda suka amince da ni, kuma burina yana cikin
ninka sha'awarsu ga wannan hasken allahntaka wanda ya ba
.ni ta'aziyya, 'yanci, da tsaro mara misaltuwa
Tarihin duniya, a cikin dukkan kananan bayanansa, an
adana shi a cikin rumfunan har abada Wannan wani girma
ne. A nan a cikin wannan duniya mai iyaka, muna fahimtar
tsayi, faɗi, kauri, da tsayi, amma akwai wani matakin da
waɗannan girma ba su wanzu ba. Komai yana bayyane a
cikin wannan sararin samaniya - komai sani ne da sani. Jin
ɗanɗano abin ji ne, kamar yadda jin kamshi yake. Jikinmu,
tunaninmu, da jikinmu duk sani ne. Kuma kamar yadda

muke iya gani, ji, kamshi, dandana, da tabawa a cikin mafarki, haka nan za mu iya fuskantar duk wadannan ji da tsabta, sani ko ji a cikin manyan wurare. Wannan shine ainihin abin da nake gani a yanzu yayin da nake magana a wannan lokacin ba na cikin wannan jiki; maimakon haka, ni bangare ne na duk abin da ke wanzuwa. Kuma abubuwan da nake gani suna da gaske a gare ni kamar yadda kuke a gare .ni

Dole ne mutum ya farka domin ya ga Allah a ko'ina kuma ya san bambanci tsakanin mafarki da gaskiya Sau da yawa ina ganin rashin iyaka a wurin da nake, kuma ina ganin wannan wuri a cikin rashin iyaka. Komai yana aro rai daga .wannan tushen har abada

Tun ina yaro, ina zaune ina addu'a dare da rana, amma babu amsa. A gefe daya, na ga dan adam, a dayan kuma, har abada, wanda bai yi mini magana ba. Ko da yake na yi tunanin ni kadai ne kuma kowa ya yashe ni, Allah bai yashe ni ba, domin koyaushe yana tare da ni a boye - a bayan tunani da ji na. Kuma lokacin da na fara ganin haske a .cikina, raina ya cika da kamshi mai albarka na allahntaka Na ga saiwoyin bishiyoyi da ruwan 'ya'yan itacen da ke gudana a cikinsu, kuma na ji kusanci da Allah, wanda ya ta'azantar da ni kuma ya kwantar mini da hankali. Na yi addu'a na kira gare Shi akai-akai, dare da rana, kuma lokacin da abubuwa suka rasa haske da ma'ana a gare ni, na yi watsi da duniya da duk abin da ke cikinta, gami da farin ciki, ina jin tsoron kada ya zama abu kawai. Sai na sami Allah, .wanda yake tare da ni yanzu, koyaushe

Duniya na iya yin watsi da ni, amma Allah ba zai taɓa barina ba na dan lokaci kaɗan Allah shine komai Wannan zauren da sararin samaniya da ke kewaye da shi suna shawagi kamar hotuna masu motsi a kan allon sanina Ina kallo kuma ban ga komai ba sai ruhu mai tsarki, haske mai haske, da kuma sanin yakamata. Siffar jikina, hotunan jikinka, da duk abubuwan da ke cikin duniya suna fitowa ne

daga wannan hasken allahntaka guda ɗaya. Kuma lokacin
.da na ga wannan hasken, ban ga komai ba
Idan ka kalli allon, za ka ga hotuna masu motsi, amma
idan ka waiwaya baya (a cikin sinima na gargajiya), hasken
kawai kake gani yana haskakawa a allon. Yana kama da abin
.mamaki, amma gaskiya ne
Na kan yi magana game da waɗannan abubuwa, amma
yanzu ba na magana da waɗanda ba su da damuwa ko
kuma waɗanda ba su damu ba. Amma Allah ya ba ni damar
yin magana da ku a wannan karon domin ku san cewa babu
.abin da ya cancanci rayuwa sai Allah
Komai yana wucewa. Yi addu'a ga abin da ya rage kuma
.ba ya shudewa

Ga wani tarin furannin soyayya
Kaunar da muke yi wa wasu abu ne da za a iya
cimmawa

Godiya ga hannunka mai karimci
Akan karfin jin daɗin soyayya
To, ku yi mana wahayi zuwa gare ku mu gabatar muku
!Kaunarmu mai girma da kuma sha'awarmu mai zafi

Ka bamu uba da uwaye
Yan'uwa maza da mata'
yan'uwa'

abokin tarayya
Yara da abokai

Watakila za mu koyi yadda za mu kaunace ku
Da maganganu daban-daban da bambance-bambancen
dabi'a masu sauƙi

Ga dukkan nau'ikan dangantakar ɗan adam
,Ya kai mai kauna har abada
!Ya Makwabci Mafi Girma

Koya min yadda ake kitso da furanni
Daga dukkan furannin soyayyar ɗan adam
Kuma ina sanya shi a matsayin sadaka a cikin haikalinka
mai albarka

Amma idan ba zan iya ba
Daga gabatar da dukkan kunshin zuwa gare ku
Saboda yawan biyayya da kuma haɗuwar aminci
Zan zaɓi fure ɗaya
Daya daga cikin mafi kyawun furanni da sabo
Kuma ina sanya shi a bakin kofarka mai albarka
!Ina fatan za ku karɓe shi daga gare ni
Ragewar rayuwa da bugun kwatsam
Ya Ubangijin dokokin duniya baki ɗaya
Taimaka min in jure raunuka da tabo na
An haife shi daga bala'o'i da wahalhalu
Kayan ado da lambobin yabo na horo
An ba ni ta hannun adalcinka mai tsarki
Wanda bai san son kai ba
Bari gwagwarmaya ta yau da kullun ta zama maganin
ruɗani da yaudara
Kuma don kawar da ni daga begen karya na jin daɗin
duniya na karya
Da hawayen da na zubar saboda rashin kunya na wasu
A wanke tabo da tabo da suka boye daga zuciyata
Kuma a bar duk wani bugu mai kaifi na tsinken rushewa
ya buɗe
Sabbin zurfin hikima da fahimta a cikina
Ina fata duhun wannan rayuwa mai cike da kayan
duniya zai tsorata ni
Domin in yi sauri in nemi sararin tsarkakanka da hasken
warkarwarka
Rauni na rayuwa da buguwa kwatsam suna tilasta ni
Domin in yi kuka, ina rokon taimakonka
Kuma don gano mawuyacin halin da aka lulluɓe a cikin
kasa ta rayuwata
Game da maɓuɓɓugan ta'aziyya masu gudana
koyaushe, masu yawa
Da ace munin rashin kunya yana cikin wasu
Yana tilasta min in yi wa kaina ado da tawali'u da kirki

Kuma bari kalaman batanci na abokaina su tunatar da ni
in yi amfani da kalmomi masu dadɓi kawai
Ko da miyagun tunani suna jifan ni da duwatsu
Don haka bari in mayar da martani da makamai masu
linzami masu kyau na kyawawan niyya
Kamar bishiyar jasmine da ke warwatsa furanninta masu
kamshi

A hannun da ke saukar da gatari a kan gangar jikinsa
Don haka, bari in watsa furannin fure na hakuri
Ga duk wanda ke yi min sanyi da kiyayya
Yadda ake rayuwa cikin kwanciyar hankali da kwanciyar
hankali a wannan duniyar

Wannan rayuwar duniya ba kamar yadda take ba ce.
Kada ku dogara da ita, domin tana da sarkakiya, yaudara,
kuma cike da takaici da fata da suka lalace. Ba za a iya
samun kamala a nan ba. Ba na son in ba ku hoton rayuwa
mara gaskiya ba. Wannan duniyar ba aljanna ba ce. Dakin
gwaje-gwaje ne na allahntaka inda Allah yake gwada rayuka
don ganin ko za su shawo kan mugayen sha'awa da alheri,
ya kuma sanya Shi—wato, ya sanya Allah—babbar
.sha'awarsu, domin su koma mulkinsa

Rayuwa cike take da dukkan nau'ikan bala'i da
barkwanci, bala'o'i da barkwanci. Wani babban abin kallo ne,
mai canzawa koyaushe, kuma mai fuskoki da yawa na siffofi
marasa adadi. Babu abubuwa biyu da suka yi kama da juna.

Rayuwar kowane mutum ta musamman ce. Kowannensu
yana da siffofi daban-daban, tunani daban-daban, da kuma
.buri daban-daban

Idan muka fuskanci jarrabawa iri daya kowace rana, da
mun gaji da gajiyyar rayuwa Har da Aljanna, da ake koyaushe
iri daya ne, da ba ma son ta. Muna son bambancin ra'ayi da
bambancin ra'ayi. Idan Aljanna ta kasance mai tauri,
tsarkakan Allah da mutanensa tsarkaka za su yi addu'a su
koma Duniya don su nishadantar da kansu! Aljanna tana

sabunta ta a hanya mafi dadi, yayin da Duniya take sabunta
.ta akai-akai, amma a hanya mai wahala da rashin dadi
Duk da haka, duk da cewa rayuwa tana da wahala da
wahala, yawancin mutane sun saba da ita, suna ganin babu
wata hanyar rayuwa. Ba za su iya kwatanta wannan rayuwar
da rayuwar ruhaniya ba, sun kasa fahimtar girman azaba da
.gajiyar da ke boye a cikin wannan duniyar
A zahiri, rayuwa ba gaskiya ba ce Kamar yadda ake sake
fitar da tsoffin fina-finai akai-akai, haka nan ma tsoffin
abubuwan da suka faru suna maimaita kansu ta hanyoyi
.daban-daban
Duk da cewa rayuwa ta ci gaba har abada, ana sake
duba jigogi iri daya da aka gabatar a cikin fina-finan da suka
gabata daya bayan daya Hakika, tarihi yana maimaita
kansa, kuma mutane kawai kayan tarihi ne a cikin gidajen
.tarihi na lokaci
Domin a rungumi abubuwan mamaki na rayuwa gaba
daya, a yarda da su da gaskiya da kuma rashin son kai, dole
ne mutum ya kiyaye daidaito a cikin farin ciki da bakin ciki,
riba da asara, nasarori da gazawa domin fuskantar kalubalen
.rayuwa da karfin hali da kuma amincewa da kai
Kiyaye zaman lafiya a cikin gida duk da duk abubuwan
da suka faru shine hanya mafi kyau ta shawo kan sha'awar
yaudara. Wannan shine abin da na koya daga manyan
mutane wadanda ba su taɓa fuskantar canje-canjen lokaci
ba, masu tsayin daka da rashin canzawa har zuwa karshe.
Har ma annabawa, lokacin da aka tsananta musu, ba su rasa
saninsu mai tsarki ba, kuma ba su bar kowa ya sace musu
.kaunar Allah ba
Farin ciki na ruhaniya shi kansa kariya ce mai albarka
kuma babbar kagara ta kowa. A tsakiyar jarrabawa da
.wahala, ku tuna da ni'imomin da Allah ya yi muku
Ranka tsattsarka ne na Allah. Ba za a bar duhun jahilci
ya kazantar da wannan wuri mai tsarki ba. Abin mamaki ne a
kasance cikin sanin rai, mai daraja, mai aminci, mai aminci,

kuma cikin kwanciyar hankali! Babu tsoro kuma kada ka ki
!kowa

Ka ba wa kowa kaunarka. Ji kaunar Allah kuma ka ga
kasancewarsa a cikin dukkan mutane, kuma ka bar mafi
karfin sha'awarka ta zama kasancewarsa a cikin zuciyarka.

Wannan ita ce hanyar rayuwa cikin kwanciyar hankali da
natsuwa a wannan duniyar. Amma yana da wuya a dandana
wannan gamsuwa ta ciki matuƙar iska mai karfi ta sha'awa
tana tashi a cikin zuciyar kuma tana girgiza bishiyoyinta da
.karfi

Ana tsara sha'awa ta hanyar muhallin mutum. An haife
ta ne daga fahimtarmu ta ji kuma an iyakance ta da iyakokin
wadannan fahimta. Halartar bikin karkara yana cika
sha'awar wani abin farin ciki, amma bayan ziyartar wani baje
kolin duniya da kuma ganin duk wasu nunin daban-daban,
ƙaramin bikin ya rasa kyawunsa da jan hankalinsa. Don
haka, dole ne mu fara jin dadin zumunci da Allah domin mu
iya kwatanta wannan farin cikin da karancin jin dadin
duniya. Sannan, sha'awa za ta kasance ta yanayi mafi girma.

Sha'awa ba ta da iyaka; da zarar an cika ɗaya, sai wani ya
maye gurbinsa. Amma lokacin da ka sami Allah, duk
sha'awarka za ta cika. Don haka me zai hana ka fara neman
cikar wannan babban buri kuma ka sami lada mafi kyau da
?ɗorewa daga hannun Allah mai karimci

Idan Allah ya amsa addu'ar mai neman ya san Shi, duk
sauran buƙatunsa za su cika nan take har abada
Zinariyar hikima da ƙarfe mai ƙarfi

Wannan duniyar ba ta cika ba. Makaranta ce ta gwaji da
wahalhalu, kuma ta hanyar wadannan gwaje-gwajen muna
koyon darussan rayuwa. Manufar gwaje-gwaje ba wai don
murkushe mu ba ne, amma don haɓaka ƙarfinmu.
Sakamakon dokar halitta ta juyin halitta da ci gaba ne; yana
da mahimmanci a gare mu mu ci gaba da hawa daga kasa
.zuwa mafi girma

Allah yana jarabtar mu ta kowace hanya domin ya
karfafa kudurinmu, ba don ya karya mu ba. Jahilci yana
halaka mu idan muka dogara ga jiki. Waɗanda suka dage a
.neman gaskiya suna samun rai madawwami
Menene manufar wahala? Domin kada mu sake shan
wahala. Wannan duniya tanderu ce mai zafi wadda
rayukanmu ke narkewa har sai zinariyar hikima da karfe mai
.karfi da juriya sun bayyana
Rayuwa sau da yawa tana kama da wasa mai wahala
kuma hujja ɗaya tilo da za ta sa hakan ta kasance ita ce
.kawai mafarki ne na sararin samaniya ba tare da ɗorewa ba
Wannan shine dalilin da ya sa duniya ke cike da rashin
daidaito da rashin daidaito. Wasu mutane matalauta ne
.wasu kuma masu arziki ne
Wasu daga cikinsu suna da lafiya, wasu kuma marasa
lafiya da sauransu
Mutum ya fuskanci abubuwa da yawa a baya kuma zai
fuskanci abubuwa da yawa a nan gaba, amma wannan
gaskiyar bai kamata ta tsorata shi ba
Rayuwa wasa ce ta sararin samaniya, kuma Allah ya ba
mu mukamai da dole ne mu yi da kyau, tabbas cewa
matuƙar muka yi aiki da gamsuwa da tunani mai kyau, muna
cikin jituwa da Mahaliccinmu kuma ba mu da abin tsoro.
.Wannan ita ce babbar ta'aziyyar da hikima ke ba mu
Wani lokaci yana da sauƙi a ce wannan duniyar mafarki
ce, amma idan aka fuskanci mawuyacin hali, yana da wuya a
yi tunanin cewa wannan rayuwar mafarki ce. Yana da
mahimmanci a haɓaka karfin tunaninmu don mu gane cewa
.wannan duniyar ta samo asali ne daga tunani da nufin Allah
Alaƙar da ke tsakanin hankali da abu abu ne mai
matuƙar bayyananne, kuma domin mu shawo kan jarabawar
rayuwa cikin nasara, dole ne mu farfado da kanmu a zahiri
da kuma a hankali. Dole ne mu gina juriyar tunani da faɗaɗa
karfinmu na karɓuwa. Waɗanda ba za su iya jure wa

kalubalen rayuwa ba za su sami taimako idan guguwar
.wahala ta yi karfi da kuma guguwar bala'i ta yi karfi
Mabudin farin ciki, karfi, da lafiya yana cikinmu. Amma
abin da ke faruwa sau da yawa shine wannan: wanda ya ji
daɗin lafiya mai kyau tsawon shekaru da yawa sannan ya yi
rashin lafiya na tsawon watanni shida zai iya yarda cewa ba
zai taɓa murmurewa ba. Dole ne jiki ya kasa shawo kan
wannan. Dole ne hankali ya shawo kan jiki. Bai kamata
hankali ya shagaltu da yanayin jiki ba, kuma dole ne mu
fahimci cewa jiki shine wurin zama na rai, kuma bai kamata
.rai ya shafe shi ba

Allah ya bamu ikon sarrafa tunaninmu da jikinmu da
kuma mu 'yantu daga azaba da bakin ciki. Hankali shine
tushen dukkan matsaloli kuma tushen farin ciki. A gaskiya
ma, ɗan adam ya fi dukkan abubuwan da yake fuskanta
karfi, kuma ko da ba mu san hakan ba yanzu, za mu yi daga
.baya

Kada ka ce "Na gama kuma na gama da shi," domin
wannan mummunan tunani ne da ke bata wa hankali rai
Wasu mutane suna tunanin cewa idan suka yi tafiya kaɗan
za su gaji, ko kuma idan ba za su iya cin wasu abinci ba za
.su yi ciwo da sauransu

Bai kamata mu bar tunaninmu ya yi ta tunani game da
rashin lafiya ko kuntatawa ba, sannan za mu ga cewa
jikinmu yana canzawa zuwa mafi kyau. Ku tuna cewa hankali
shine abin da ke motsa jiki. Idan hankali yana da rauni, jiki
zai yi rauni. Bai kamata mu yanke kauna ko bakin ciki ba
domin duniya tana da kyau, kuma Allah yana tare da mu
.koyaushe

Labarina game da alewa da kuma aikin karfin hali
Zan ba ku labarin wani abin da ya faru da ni lokacin da
nake karami

Da farko, ana kiran wasiyyar yaro da ilimin halittar jiki,
ko kuma na jiki; lokacin da yaro ya yi kuka, alama ce da ke

nuna cewa yana son wani abu. Suna kuka saboda yanayin
.jiki, don haka nau'in wasiyya na farko shine na jiki
Sannan, idan yaron ya girma ya kuma miƙa wuya ga
nufin mahaifiyarsa, ana cewa yaron yana da "wasiyya ta
atomatik" domin nufin yaron a wannan matakin yana
.ƙarƙashin jagorancin nufin uwar

Ina tuna cewa lokacin da nake matakin wasiyya ta
atomatik, nakan yi duk abin da mahaifiyata ta buƙata a gare
ni, kuma laƙabin da na yi a wancan lokacin shine "mala'ika"
Amma wata rana mai kula da ni ta kai ni cikin karusa zuwa
shagon, sai na ga guntun alewa mai launin lemu, kuma sun
ja hankalina suka ja hankalina ta wata hanya ta daban
Na roki mai kula da ni ta saya min, amma ta ƙi, don
.haka ban ce komai ba muka koma gida

Na ci abincin dare na, sannan na sake tunanin kayan
zaki, don haka na gaya wa mahaifiyata cewa ina son kayan
".zaki masu launin orange, sai ta ce, "A'a je gadonki
Bayan wani lokaci, na maimaita buƙatar, ina cewa,
"Mama, ina son guntun alewa mai launin lemu." Mahaifiyata
ta amsa da murya mai ƙarfi da ƙarfi, "Ba za ƙi same su ba,
"kuma dole ne ƙi yi barci

Sai na yi ihu da ƙarfi, "Ina son alewar lemu ta!" kuma na
dage a kan buƙatata kuma na ci gaba da nacewa har sai da
mahaifiyata ta tafi ta tashe mai shago don ya kawo mini
.alewar

Kuma na ji daɗi ƙwarai Me yasa? Domin na yi amfani da
wasiyyata kuma na yi nasara! Haka ne, na ji daɗi domin na
yi amfani da wasiyyata a karon farko. Amma washegari,
laƙabina ya canza daga "mala'ika" zuwa "mai mugunta"
saboda na yi amfani da 'yancina kuma na zaɓi hanyar kaina
.sau ɗaya

Duk lokacin da nake son wani abu mara lahani, iyalina
za su bi, amma koyaushe ina sauraron hankali, kuma idan na
yi kuskure, koyaushe ina shirye in gyara kaina. Amma

lokacin da na yi daidai, ba zan ja da baya ba, koda kuwa
.sauran iyalin ba su yarda ba

Ya kamata iyaye mata su horar da 'ya'yansu ikon yin
abin da ya dace ba tare da sun murkushe shi ba ta hanyar
hana su sha'awarsu kawai saboda su yara ne. Idan yara suna
son yin amfani da ikon yin abin da ya dace ta hanyar da ta
dace, bai kamata a lakafta su a matsayin marasa hankali ba.
Bai kamata a takura musu 'yancinsu ba, kuma ya kamata su
sami shawarwari na kauna da fahimta daga iyayensu game
da kananan sha'awarsu. Idan iyaye suna tunanin za su iya
adana lokaci ta hanyar dukan 'ya'yansu, za su bata lokaci ne
kawai. Ya kamata su tattauna batutuwa da yaron sannan su
yi komai. Yara suna buƙatar fuskantar kananan mari;
.wannan zai taimaka musu su koyi da sauri
Iyaye sau da yawa suna tilasta wa 'ya'yansu wasiyyarsu.

Ya kamata a kula da karfin niyyar yaro, kuma a yi masa
.mu'amala da kauna, fahimta, da hakuri

Bayan karfin nufin yaron ta atomatik, akwai "nufin
makaho" na kuruciya. Wannan wasiyya kamar bindiga ce da
ke harba harsasai a sama, ba ta haifar da komai ba sai dai
abubuwan da ke bata masa rai. Matasa suna batar da karfin
.nufinsu ba tare da wani amfani ba
Sai kuma "nufin fashewa," kamar yadda lokacin da yaro
ya kai lokacin samartaka, yakan saki nufinsa ta hanyar
sha'awar da ba ta dace ba da kuma rashin kulawa. Sau da
yawa yakan koyi darasinsa ne kawai bayan ya fuskanci wasu
.abubuwa masu zafi da buguwa

An ce zumar tana da matukar sha'awar kamshin lotus
har ta dace a cikin zuciyar furen, tana tsotsar nectar. Yayin
da take yin hakan, furannin lotus suna rufe ta, kuma tana
.haɗuwa da mutuwarta a cikin lotus
Sai kuma barewa ta yankunan arewa, wadda ta bugu da
wakokin sarewa. Lokacin da mafarauci ya busa sarewa,
.barewa ta zo wurinsa ta gamu da ajalinta mai kisa

Akwai kuma wasu giwaye na gida (giwaye mata)
wadanda ake amfani da su don jawo hankalin wasu giwaye
da kuma farautar su
A cikin wannan mahallin, wani babban masanin falsafa
:ya fadi wani abu da ya shafi
Kudan zuma tana sha'awar kamshin
Kuma barewa tana yin karar busa
Giwari da ke cikin bauta ta fadi
Saboda tabawa mai tayar da hankali
Amma fa game da dan adam wanda ke da duk
wadannan hankulan? Shawarar da masanin falsafa ya ba shi
:ita ce
Kada ka zama bawa ga hankalinka, kuma kada ka bari"
"wani abu ko wani ya rinjaye ka
:Ni kuma, ina cewa
Ka tuna cewa dukkan hankalinka an sanya shi ne a cikin
hidimarka kuma dole ne ka saurari umarninka kuma ka bi
nufinka na sani
Fushi da kuma tunawa da giwa
Wadanda ke neman kwanciyar hankali na ciki dole ne su
fahimci yadda ake haifar da fushi da kuma yadda yake haifar
da mummunan sakamako. Saboda rashin daidaiton ciki da
fushi ke haifarwa, mutane da yawa sun rikide ba tare da son
.ransu ba zuwa masu laifi da masu kisan kai
Hana sha'awa yana makantar da hankali Idan hazo na
sha'awa ya mamaye tunanin mutum, sai ya rasa hankalinsa
ya kuma yi aiki ta hanyar da ba ta dace da mutum mai
.daraja ba
Rashin hankali yana rikitar da fahimta ta asali wadda ita
ce babbar hanyar da ke bayan duk wani aiki mai kyau da
kyakkyawar niyya
Idan sitiyyarin motar tunanin dan adam ya karye, babu
makawa zai yi hatsari kuma yana iya samun kansa cikin
ramin wahala da wahala

Misali: Mijin yana tuki cikin farin ciki, kuma a kan
hanyarsa ta zuwa wurin shakatawa, matarsa ta roke shi ya
canza hanya ya je gidan iyayenta maimakon wurin
.shakatawa, kuma a nan farin cikinsa ya koma fushi
Na zabi wannan misali ne saboda abu ne da ya zama

ruwan dare a al'ada, sakamakon shine ko dai miji ya ki
bukatar matarsa ko kuma ya yarda da fushi da rashin jin
dafi, kuma wannan shine abin da ke faruwa gabaɗaya. A
duka al'amura biyu, fushi ya mamaye, yanayi ya yi tsami,
.kuma zaman lafiya ya dagule

A wasu lokuta, fushi na iya rikidewa zuwa bala'i ga
wadanda ke da zafin rai. Fushi na iya shafar tunawa, ko
direban zai iya mantawa da tuki da kyau da kuma kulawa, ko
kuma ya yi sakaci da lura da alamun zirga-zirga, wanda zai
.haifar da karo ko kuma, Allah ya kiyaye, mutuwa
A karshe, fushi yana kulle sitiyyarin nufin a cikin karusar
rayuwa kuma yana hana shi cimma burinsa na zahiri da na
.ruhaniya

Tunawa da Giwa

Malaman da ake kira "tunawa" kyauta ce daga Allah ga
ɗan adam, kuma wannan babbar albarka ce! Ana kuma ba
dabbobi tunawa; ba tare da ita ba, ba za su iya gane
'ya'yansu ba. Wasu dabbobin suna da kyawawan abubuwan
tunawa, kamar yadda labarin da ke gaba game da giwa ya
.nuna

Yayin da wata babbar giwa ke jigilar katako, kamar
yadda giwaye da yawa da aka horar a Gabas suke yi, wani
.yaro ya kusance ta, ya soke ta da allura a jikinta, ya gudu
Shekara guda ta shude tun bayan wannan lamarin,
kuma wannan giwar ta haɗu da wannan yaron. Wannan ya
bai wa giwar damar ɗaukar fansa. Kawai ta naɗe gangar
jikinta a jikin yaron ta jefar da shi da karfi zuwa ɗayan gefen
.titi. Don haka, dabbobi suna da abubuwan tunawa

Na yi mafarki da yawa, kuma yanzu ina farkawa A kan
bagadin raina, Ina kunna wutar tunawa da kai koyaushe,
Allahna Da idanun da suka bar barcin barci, Ina kallon
kyakkyawar fuskarka kuma ina jin dadin ganin haskenta mai
.tsarki

Kuma da yardarka na fahimci cewa lafiya, rashin lafiya,
rayuwa, da mutuwa duk nau'ikan mafarkai ne
Na gama littafin mafarkin da aka zana da launuka masu
haske a kan labulen mafarki mai sheki
Kuma yanzu ina ganin kai kadai ne gaskiya a rayuwa
Allah ya nuna min a cikin wannan wahayin
Duk yanayi ba gaskiya bane Abin da ya wuce yanayi
shine ainihin asalin

Wata rana ina tafiya a filin wurin ibada ina kallon hasken
rana a kusa da ni. Lokacin da na sauko daga matattakalar da
ke kaiwa bakin teku, na tsaya na kalli fitilun lantarki na
matattakalar, waƙanda har yanzu suna haske, amma ban iya
bambance su ba saboda hasken Allah ya zo gare ni ya
mamaye ni har ban iya bambance tsakaninsa da sauran
.fitilun da ba su da haske sosai ba

{Allah shine Hasken sammai da ƙasa}

Haske kuma yana haskakawa cikin duhu, duhun kuma}

{bai rinjaye shi ba

Ban taƙa ganin rana ba, sannan na san cewa hasken
rana da hasken wutar lantarki ba gaskiya ba ne kwata-
kwata, yayin da haske na gaskiya shine hasken Allah
A cikin wannan babban wahayi, Allah ya nuna mini
duniyoyi a kan duniyoyi—bayyanuwar haskensa mai tsarki
marar iyaka—kuma na fahimci cewa abubuwan da na gani
kawai bayyana ne na sanin sararin samaniyarsa. Idan muka
daidaita kanmu da Shi, za mu yi tafiya cikin haskensa duk
.inda muka je kuma mu ji kasancewarsa duk inda muka juya
Idan muka san ruhin sararin samaniya kuma muka
fahimci cewa mu, a zahiri, ruhohi ne, to ƙasa, kura, duwatsu,

teku, da sama suna narkewa, kuma babu abin da ya rage sai
Allah

Kuma kana ganin duwatsu, kana tsammanin ba su
motsi, yayin da suke wucewa kamar yadda girgije ke
wucewa

Hadfa komai cikin ikon Allah yanayi ne da ba za a iya
bayyana shi da kalmomi ba, babban ni'ima wanda ake
ɗandana shi da cikakkiyar gamsuwa ta soyayya, farin ciki da
.ilimi (farin cikin mumini wajen haɗuwa da Ubangijinsa)
Ana iya samun irin wannan farin ciki na ruhaniya ta
hanyar kirkirar daidaito tsakanin rayuwa ta zahiri da tunani
.game da Allah

Tsaftace rumbun ajiyar tunani

Binciken kai yana da matuƙar muhimmanci a hanya
Mutum zai iya zama mai kiyayya, mai fushi, ko kuma mai
saurin fushi Idan haka ne, waɗannan halaye da aka adana a
cikin sanin mutum sakamakon ayyukan da suka gabata ne
Domin mu share ma'ajiyar tunanin wannan kayan daki
da suka tsufa, dole ne mu fara da ayyuka masu kyau da
ginawa kuma mu gina jin daɗin kauna ga wasu. Da yawan
kaunar da muke yi wa mutane, za su kara kaunarmu, kuma
za mu ji kaunarsu. Amma idan muka sukar su, har ma da
kanmu, za su ji wannan sukar kuma su mayar mana da ita a
!hankali

A ce wani tsohon abokin gabanka ya mutu, amma har
yanzu kana riƙe da kiyayya da kiyayya a gare shi. Za ka sha
wahala sakamakon wannan ɗacin rai, kuma illolinsa za su
bayyana a jikinka da tunaninka. Ya fi kyau ka yafe masa
saboda Allah, domin ta yin haka za ka 'yantar da kanka daga
mugun sha'awar ɗaukar fansa da ke lalata kwanciyar
hankalinka da kuma wargaza natsuwar. Tattara kiyayya a
kan kiyayya, ko mayar da martani ga kiyayya da kiyayya, ba
wai kawai yana kara kiyayya ga abokin gabanka a gare ka
ba, har ma yana lalata jikinka da motsin zuciyarka
sakamakon haka [Don haka ka yafe da kyakkyawan gafara]

(Lokacin da na yafe kuma ban yi wa kowa kin yarda ba)

Na rage damuwa ta kiyayya

Lokaci zuwa lokaci, dole ne mutum ya bar komai a baya

don ya kadaita da kansa, domin ya yi tunani kan manufar rayuwa. Yawancin mutane suna cikin mawuyacin hali na al'adu da salon rayuwa. A zahiri, ba su taɓa rayuwa ta kansu ba, sai dai rayuwar duniya. Menene suka cimma, kuma a ina
?suka kare

Saboda haka, yana da kyau mutum ya rika cire kansa daga damuwa da "ayyukan da ke kansa" a kullum domin ya kwantar da hankalinsa ya kuma yi kokarin fahimtar ainihin .manufarsa da kuma tantance burin da yake son cimmawa Ka tuna cewa babbar shaidar da za ka iya samu ita ce ta lamirinka: muryar da ba ta kuskure ba kuma marar kuskure ta ranka Abin da lamirinka ke gaya maka shi ne wanene kai da gaske, ba tare da ado ko boye sirri ba Ka yi tunanin ikon Yesu Kiristi wanda ya ce, "Ya Uba, ka yi musu gafara, gama ba su san yadda za su yi abin da ba su
"sani ba

Sauraron muryar lamirinka mai haske zai kawo haske ga hanyarka da albarka ga rayuwarka. Idan ka ji wani babban sha'awa a zuciyarka na cika wata buri, yi amfani da basirarka ka tambayi kanka: "Shin sha'awa ce mai kyau ko
"?mara kyau da nake neman cikawa

Abubuwa da yawa suna kara rura wutar sha'awar ɗan adam Idan wani ya ga sabuwar mota mai kira, yana son mallakar irinta. Idan ya ga sabuwar mota mai salo, yana son mallakar irinta. Sabuwar salon sutura ya zama ruwan dare, kuma mutane suna sha'awar siye da sanya irin wannan
!salon

Daga ina sha'awa take fitowa? Na shafe sa'o'i da yawa ina tunani game da wannan. Za ku iya rarraba dukkan sha'awarku? Na sami nasarar daidaita dukkan sha'awata kuma na kiyaye nagartattun kawai. Kuma lokacin da na sami haɗin kai na Allah, na gano cewa duk kyawawan sha'awata

sun cika a lokaci guda. Yau mutum yana son abu ɗaya, gobe
.kuma ransa yana sha'awar wani abu daban
Tunanin da ya fito daga Allah Madaukaki ba zai iya
gamsar da shi da kayan duniya ba Allah shi ne mafi soyuwa
kuma mafi daraja a cikin rai, kuma Shi kaɗai ne ke iya biyan
.bukatar zuciya da kuma cika muradun rai
Samun damar shiga rumbun adana kayayyaki na sararin
samaniya cike da kyawawan abubuwa
Allah shi ne tushen dukkan karfin tunani, mai samar da
zaman lafiya, kuma ma'ajiyar dukkan wadata da wadata.
Domin mu daidaita da ni'imar Allah wadda ke cika da alheri,
dole ne mu kawar da tunanin bukata daga rayukanmu, gaba
.ɗaya

Hankali na duniya gaba ɗaya cikakke ne kuma cikakke,
babu abin da ya rasa Domin shiga wannan rumbun adana
bayanai na sararin samaniya mai cike da albarkar kowane
iri, dole ne mutum ya gina wa kansa sani game da yalwa
kuma koyaushe yana da kyakkyawan fata, koda kuwa bai
!san tushen lira, fam, dinari, ko dala na gaba ba
Ka yi tunanin karimcin Allah a matsayin ruwan sama mai
wartsakewa, mai yalwa, wanda za ka iya samu a kowace
tukunya da ka riƙe! Idan ka riƙe kofi, za ka cika shi; idan
tukunyar ta fi girma, za ka cika shi ma. Wane irin tukunya
kake amfani da ita don karɓar wannan kyautar sama?
Jirginka na iya samun lahani—wataƙila yana cike da ramukan
tunani da na hankali. A wannan yanayin, dole ne ka gyara ta
ta hanyar kawar da tsoro, kiyayya, shakku, da hassada, da
kuma wankewa da tsarkake shi da ruwan zaman lafiya,
natsuwa, gaskiya, da ƙauna mai tsarki, a shirye-shiryen
.karɓar alheri mai yawa daga Mai Karimci
Yawaita ta Allah tana aiki bisa ga dokokin hidima da
bayarwa. Ba da farko, sannan a karɓa. Ba wa mutane mafi
kyawun abin da kake so, kuma za ka sami mafi kyawun abin
da kake so. Kada ka yi tsammanin nasara a kowane ƙoƙari

na farko. Wasu yunkuri na iya gazawa, amma wasu kuma za
.su yi nasara

Nasara da gazawa suna da alaƙa da juna Mutum ba zai
iya wanzuwa ba tare da ɗayan ba, kuma dole ne a fuskanci
matsaloli ko ayyuka mafi mahimmanci tare da aiki mai
mahimmanci kuma dole ne a yi duk mai yiwuwa don cimma
.abin da ake buƙatar cimmawa

Yi ƙoƙari da ƙarfi da himma har sai ka kai ga ƙarshen

.aiki. Babu buƙatar yin kasala ko ja da baya

Idan ba za ka iya samun hanyar ba, ba yana nufin ya
kamata ka daina gwadawa ba Idan ka rasa burin, ka tambayi
yadda za ka isa can, amma kada ka daina gwadawa Mutane
da yawa suna yarda da gazawa da zarar sun gamu da
matsaloli. Ya kamata waɗanda suka gaza su tuntubi
mutanen da suka yi nasara, ba tare da waɗanda suka gaza
kamar su ba. Mu ƙuduri aniyar cimma nasara kuma mu bar
.wannan ka'ida ta zama falsafar rayuwarmu

Wakar Farin Ciki

Idan lokacina ya zo

Mutuwa ta toshe min kunne

Zan saurari muryar kaunataccena na allahntaka
Kuma lokacin da mai kira na ƙarshe ya yanke min
numfashi

Zan shaƙa ƙamshin kasancewarsa ta allahntaka
Kuma lokacin da mutuwa ta yi shiru da harshena

Zan ɗanɗana ruwan zumar kaunarsa
Kuma lokacin da mutuwa ta makantar da ganina

Zan ga haskensu mai wanzuwa duka

An naɗa shi a ko'ina

Kuma lokacin da mutuwa ta daskare jinina da taɓawa ta
Zan nemi ɗumi a kirjin kaunataccena na sararin

samaniya

Kuma idan idanuna suka daina ganin benaye

Hasken gani na zai ratsa

Yana juya komai ya kuma bayyana sirrinsa da ke boye

Kuma lokacin da kunnena ba ya iya ji kuma
Zan saurari radfar duk abubuwan da suka gabata da na
yanzu

Kuma wadanda za su faru a cikin kwanaki masu zuwa
Kuma lokacin da hancina ya kasa jin dadin kamshin
duniya

Zan bi diddigin sirrin rai a kowace hanya
Lokacin da harshe ba ya iya dandanawa
Zan tuna da duk kyawawan abubuwan alheri da na
dandana

Kuma lokacin da hankalina na wannan jiki ya bace
Jikina na sararin samaniya zai ji
Sirrin tabawa mai ban mamaki ga komai a nan da can
Zan ji rakuman ruwa suna rawa a saman teku
Kuma tare da kumfa na sararin samaniya suna gudu
zuwa sararin samaniya mara iyaka
Kwayoyin jikin za su lalace
Za a warware ka'idodin wucin gadi nasa
Amma za a tashe ta da rai a cikin harshen wuta na har
abada

Za ka ga farin ciki kuma za ka ji farin ciki
Za ku dandani farin ciki kuma ku shakar kamshin ni'ima
Kuma za ku ji farin ciki mai forewa, mai sabuntawa
Kuma tana rawa da wakokin ni'imar Allah
Bari hankula su yi watsi da rawar fatalwowi don azaba
da mutuwa
Kuma don canzawa zuwa jin dadin farin ciki na har
abada

A cikin mulkin haske, farin ciki, da farin ciki
:Hanyar rayuwa kamar haka
Abubuwan da ke kawo cikas ga ci gaban tunani sun
hada da son kai, alfahari, kwadayi, fushi, kiyayya, hassada,
da sauran halaye marasa kyau wadanda ke haifar da ko tura
mutum cikin mawuyacin hali na jahilci. Abin da ake bukata
cikin gaggawa shi ne bin hanyar da ke kaiwa ga 'yanci,

domin sha'awar ɗan adam tana karkashin halaye waɗanda
koyaushe ake sabunta su kuma suna kama da marasa iyaka.

Waɗannan halaye suna ɗaure rai kuma suna riƙe shi a
kurkuku, wanda hakan ke sa mai shi ya kasa tafiya a kan
.hanyar 'yanci da 'yanci

Tafarkin rayuwa kamar haka: a gefe ɗaya akwai kwarin
jahilci mai duhu, a ɗayan kuma akwai haske mai haske na
hikima. Idan muka yi aiki bisa ga hikima, za mu bi hanyar
'yanci lafiya kuma mu sami abin da muke buƙata

Duniya gaba ɗaya halittar nufin Allah ce, kuma idan
muka daidaita kanmu da wannan nufin mai albarka, abin da
muke buƙata yana zuwa gare mu cikin sauƙi

Ba na sake fatan komai ga kaina domin na san cewa
abin da nake tunani a kai tabbas zai zama gaskiya

Samun hikimar Allah da kaunar Allah yana cika dukkan

bukaton zuciya, kuma irin yanayi mai ban mamaki da ban
mamaki da kalmomi ba za su iya bayyanawa ba Lokacin da
ka fahimci cewa kai ne shugaban kanka da makomarka
sarkin zaman lafiya da kwanciyar hankali, ba ka jin tsoron
komai. Maimakon haka, duk duniya tana aiki don cimma abin
.da kake so da yardar Allah da taimakonsa

Tunda Allah ya halicci ɗan adam cikin siffarsa, waɗanda

suka same shi za su ga cewa yana ba su kowace buƙata
kuma yana ba su abin da suke so. Amma matuƙar ɗan adam
yana riƙe da ko da karamin sha'awa na mamaye wasu ko
.kuma nuna ikonsa, ba zai sami 'yanci a wurin Allah ba
Sanin Allah yana farawa da tawali'u, kauna, da farin ciki

na ruhaniya Ikon gaskiya yana zuwa da sanin Allah

Idan karamin rakuman ruwa ya san cewa babban teku
da ke bayansa yana goyon bayansa, zai iya cewa, "Ina tare
da teku" Dole ne mu fahimci da tabbacin cewa tekun Allah
yana bayan saninmu kuma yana kusa da mu, don haka babu
.bukatar tsoro ko damuwa

Yanayin Allah shine zaman lafiya, tawali'u, kauna,
faɗaɗa sani, da kuma ilimi mai cike da komai Duk wanda

yake cikin jituwa da Allah ba zai bukaci ya tabbatar wa kansa ko ga wasu ikon da yake da shi ba, domin ransa ya san cewa Mai iko duka yana riƙe da shi kuma Allah yana lura da shi kuma yana kare shi a duk inda yake da kuma duk lokacin da .yake

Wadanda suka san Allah suna a farke cikin yanayin ruhaniyarsu kuma suna barci cikin yanayin zahirinsu Sun san .cewa za su iya samun komai daga alherinsa Don haka, dole ne mu kasance masu gaskiya ga kanmu kuma mu yi ƙoƙari don wannan ikon mallaka, muna ƙoƙarin tserewa tarkon duniya da jarabawarta ta yaudara, kuma mu saka lokacinmu wajen tunani mai kyau da amfani da kuma shuka iri na alheri a cikin kasan wannan duniyar, domin mu .bar ta fiye da yadda muka same ta Za a buɗe mana ƙofofi kuma za a shimfiɗa hanyoyi a gabanmu

Ya kamata rayuwa ta dogara ne akan hidimar alheri, domin ba tare da wannan manufa ba, sanin da Allah ya bai wa ɗan adam ba zai kai ga cikakken ƙarfinsa ba. Idan muka yi wa wasu hidima muka manta da girman kanmu, za mu fuskanci babban kai - ruhun allahntaka Aiki yana da matuƙar muhimmanci kuma babban abin ƙarfafa gwiwa ne ga ƙirƙire-ƙirƙire da ƙirƙira na ɗan adam. Duk da haka, idan manufar aiki ita ce tara dukiya, zai rasa .darajarsa kuma ya zama mara ma'ana Aiki hidima ce, kuma kayan da ya cancanci a sayar dole ne su kasance masu inganci kuma masu amfani ga wasu. Idan muka yi wa wasu hidima, muna taimakon kanmu gwargwadon iko, domin su ne ƙarinmu kamar yadda muke .karinsu

Mutum mai girma ba ya yin aiki ba tare da la'akari da kyau ba. Lokacin da muka bayar da sabis, muna karɓar .sabis, koda kuwa ta hanyar da ba ta da amfani

Saboda haka, yi wa wasu hidima ta hanyar ba su
taimakon kuɗi, na tunani, ko na ɗabi'a yana nufin samun
.gamsuwa ta tunani a madadinsa
Kowace hidima da muke yi wa 'yan uwanmu tana kawo
mana mataki ɗaya kusa da sanin duniya. Idan mutum ya
nuna kulawa ta gaske ga wasu, saninsa yana haɗuwa da
nasu, yayin da kauna mara sharadi ke faɗaɗa iyakokin sani
.zuwa karshen sanin sararin samaniya
Idan muka yi tunani game da farin cikin 'yan'uwanmu,
rabon farin cikinmu zai yi yawa, kuma idan muka ba wa
wasu kaunarmu, za su ji karfinsa kuma za su canza zuwa
.mafi kyau

Mannewa makaho da kiyayya mara dalili duk cikas ne
masu cutarwa ga isa ga matakin ci gaba na wayewa. Dole ne
.mu koyi kaunar kowa domin dukkanmu 'ya'yan Allah ne
Duk abin da muke yi ya kamata a yi shi da son rai, kuma
mu kasance masu himma a cikin ayyukanmu. Idan mutum
yana da sha'awar gaske da kuma babban ruhi na yin ayyuka
da kauna da gamsuwa, ba tare da gajiya ko gundura ba,
kuzarin sararin samaniya yana gudana a cikin jikinsa,
.hankalinsa, da kuma nufinsa

Wanda bai yarda ra'ayin rauni da gajiya su shiga cikin
hankalinsa ba, yana ba da damar caji kuzari mai laushi da
kwararar ayyukan da ke da mahimmanci don caji jijiyoyinsa
.da kuma wartsake kwayoyin jikinsa

Idan mutum ba shi da sha'awar yin wani abu, sai ya ji
gajiya tun daga farko, amma idan yana da sha'awar,
kasancewarsa tana cika da kuzari da kuzari. Waɗanda ke yin
ayyukansu da himma da gamsuwa suna ganin cewa karfin
Allah marar karewa yana tallafa musu kuma yana tallafa
.musu

Wasu mutane suna shagaltuwa da aiki sosai har ba su
da lokacin yin nazari ko jin daɗin rayuwa. Idan muka yi aiki
tare da sanya zukanmu cikin abubuwan kirki, muna jin

wani boyayyen karfi yana tallafa mana kuma yana ba mu
.karin kuzari

Idan zuciya tana da gaskiya da gaskiya wajen yin
ayyuka, kofofi za su buɗe mana kuma hanyoyi za su kasance
a gabanmu

Muna rokon Allah Maɗaukakin Sarki da Ya albarkace mu
domin mu iya kammala aikinmu da farin ciki da gamsuwa a
masana'antar rayuwa

Kuma Allah Ya sa hikimarsa ta zaburar da tunaninmu
Kuma rakuman ikonsa suna rawa a kan kogunan
ayyukanmu na yau da kullun

!Ba zan iya gani a sarari kamar zakara da aka yanka ba
Domin mu san yadda za mu yi zaɓi mai kyau a kowane
yanayi ko yanayi, dole ne mu jagoranci hukuncinmu da ikon
.fahimta

Duk mun sami wannan ji na shida, amma yawancin
mutane ba sa amfani da shi. Madadin haka, suna dogara ne
akan rahotanni daga kananan ji na biyar marasa inganci,
domin waɗannan ji na biyar ba koyaushe suke ba mu
cikakken bayani da za mu iya dogara da shi don yanke
.shawara mai kyau ba

Baya ga iyakacin ikonsu da karfinsu, jijiyoyi - da kuma
tare da su, tunanin da ke da alaƙa da girman kai - yana
fassara abubuwa bisa ga abin da yake so da abin da ba ya
so, ba bisa ga abin da yake gaskiya ba kuma a karshe yana
.biyan buƙatun ɗan adam

Domin mutum yana dogara ne akan rahotannin da
hankalinsa ya bayar da kuma sakamakon da hankalinsa ya
gaya masa, wanda ke da alaƙa da ji, sau da yawa yakan
.sami kansa cikin yanayi marasa daɗi

Ina fatan ranar za ta zo lokacin da duniya baki ɗaya ta
fahimci muhimmancin komawa ciki na ɗan lokaci kowace
rana, neman jagora da neman taimakon Allah Lokacin da
mutum ya yi haka, zai kara zama mai daidaito, mai natsuwa,
da kuma fahimta, yayin da fahimtarsa ke buɗewa, yana ba

shi damar ganin abubuwa a sarari da kuma yanke shawara
mai kyau. Haka kuma an 'yantar da shi daga halaye masu
takurawa, sha'awa marasa tsari, motsin rai mai zafi, da
kuma alakar mutum da ke motsa shi ya yi aiki ba tare da
.tunani ba

Fahimta, kamar basira, hali ne na rai wanda ke taimaka
wa mutum ya san abin da zai yi idan ya zama dole. Irin
wadannan halaye na ruhaniya za a iya gina su ta hanyar
.tunani mai kyau da tunani game da Allah
Idan sha'awa da motsin rai suka mamaye hukunci,
hankali zai zama makaho, a fannin tunani da kuma ruhaniya.
Lokacin da motsin rai ya mamaye mutane, suna fuskantar
rudani da rudani, suna ta karkacewa kuma ba sa iya gani a
!sarari, kamar zakara da aka yanka
Motsin rai yana sa mutum ya nuna son kai a ra'ayinsa
da ra'ayinsa game da wasu, kuma yana gurgunta ikon yin
tunani a sarari da kuma magance lamarin cikin hikima da
.hankali

Idan muka koyi raba gaskiya da ra'ayoyinmu na sirri,
hukuncinmu ba zai kara yin tasiri ga sha'awarmu ta zahiri
ba. Idan kowa ya koyi wannan, da duniya ta zama wuri mafi
.fahimta da kwanciyar hankali fiye da yadda take a yanzu
Fahimta yawanci tana farawa ne daga zuciya. Idan
zuciya ta ji ba daɗi, tana sa mutum ya yi tunanin wani abu
ba daidai ba ne kuma ya yi taka-tsantsan wajen mu'amala
da wasu mutane da yanayi. Idan kana jin tsoro game da
wani abu, ko kuma kana son sanin hanyar da za ka bi, ka
.mai da hankali kan zuciyarka

Duk lokacin da damuwa ta mamaye ka kuma matsaloli
suka kewaye ka, ka mayar da tunaninka a zuciyarka ka
kuma yi kokarin sanin yadda ji ke gudana daga gare ta. Ka
kwantar da hankalinka, kuma ba zato ba tsammani wani
babban ji zai rufe ka, kuma Allah zai nuna maka, ta hanyar
hangen nesanka na ciki, mataki na gaba da ya kamata ka
.ɗauka a wannan lokacin

Canza yanayin da ba a saba gani ba na kwayoyin

kwakwalwa

Masu warkarwa na ruhaniya na yau da kullun ko firistoci

ba su da ikon gafarta zunubai ko masu zunubi 'yantacce
wadanda suka zo wurinsu suna neman shawara, domin abin
da kawai za su iya yi shi ne ba su umarni na ruhaniya, babu
wani abu kuma. Amma wadanda suka san Allah sun kai
matakai na ruhaniya masu ci gaba, don haka ba sa gamsuwa
da kawai ba wa masu zunubi shawara ta ruhaniya, amma za
su iya - ta hanyar alheri da taimakon Allah - cika su da ikon
ruhaniya wanda ke 'yantar da su daga sakamakon
.ayyukansu na zunubi

Duk ayyukan alheri da mugunta suna boye a cikin

kwayoyin kwakwalwa kuma suna bayyana a matsayin halaye
nagari ko mugunta ko halaye a cikin tunani

Mutumin da ke fama da halaye marasa kyau saboda

kwayoyin kwakwalwarsa suna da karfin wadannan halaye zai
iya 'yantar da kansa ta hanyar karfin niyya, bimbini, addu'a
ta gaskiya, da ci gaba da tabbatarwa mai kyau har sai duk
halayensa marasa kyau sun canza zuwa kyawawan halaye
.na zaman lafiya da natsuwa

Wannan yana faruwa ne lokacin da ikon rai da aka tsara

daidai yake aiki don canza yanayin kwayoyin kwakwalwa
mara kyau ta yadda wadannan kwayoyin za su cika da duk
abin da yake nagari, adalci, da kyau

Wannan yana nufin cewa kwayoyin kwakwalwa da ke

cike da ra'ayoyin karya suna konewa ta hanyar ayyukan
rayuwa masu mahimmanci lokacin da aka tattara su sosai a
cikin kwakwalwa kuma aka yi amfani da su don dalilai masu
.daraja da amfani

Mutumin da ke da matukar sha'awar jikinsa yana sa

ayyukansa masu mahimmanci su kasance tare da tsokoki da
jijiyoyi, yayin da wani mai tunani mai zurfi da ruhi ke kiyaye
tsokoki da jikinsu cikin yanayi na annashuwa, kuma
hankalinsa ya rabu da jijiyoyi, ta yadda karfin rai zai daina

zama a cikin tsarin jijiyoƴi kuma ya mai da hankali a cikin
kwakwalwa. Saboda haka, tunani shine hanya mafi inganci
ta ruhi kwayoyin kwakwalwa da kuma kawar da tushen duk
.wani hali mara kyau daga tunani

Dabi'a iko ce, kuma mutane suna amfani da wannan
ikon ta hanyar aikata munanan ayyuka maimakon amfani da
.shi wajen ayyukan alheri

Jahilci, rashin tunani, rashin zaɓar kyakkyawan abokin
tarayya, da kuma sakaci ga ayyukan alheri galibi suna jefa
mutum cikin tarko da tarkon munanan halaye, waɗanda
suke kamar yashi mai sauri wanda ke haɗiye mutumin da ke
.tafiya a kai ba tare da son ransa ba

Tasirin abota ya fi karfin niyya da kuma kyakkyawan

:hukunci

Kada ka yi abota da mugun mutum, domin mugun]

[mutum yana iya bata halayensa

Mutane masu hikima suna yin aiki mai kyau ba tare da

ƙoƙari ba, yayin da waɗanda ke son mugunta kamar an
tilasta musu yin ayyuka masu cutarwa da kiyayya ta hanyar
.karfin dabi'a da ke tilasta musu aikata zunubi da mugunta

Muna roƙon Allah Maɗaukakin Sarki da Ya zaɓurar da

mu da kyawawan tunani

Domin mu ga alheri da kyau

Muna bambance tsakanin abin da ke da amfani da abin

da ke cutarwa

Kuma domin mu iya komawa gare shi

Kuma muna fatan hakan

Asalin dukkan alheri

Kuma tushen dukkan alheri

"Ya dutse, babu iska da za ta iya girgiza ka"

Mutum mai daidaito yana kasancewa cikin nutsuwa da
natsuwa yayin da yake gudanar da ayyukansa, ko ya cimma
nasara ko ya gaza. Nasara da gazawa ba makawa za su faru
a lokuta daban-daban, bisa ga ma'anar jiki, hankali, da
duniya. Mutumin da ke tunatar da kansa game da yanayinsa

koyaushe ba shi da saurin kamuwa da sabani kuma ba shi da
.tasiri ga ruɗani na duniya

Wadanda ke son cimma daidaito a cikin jiki ba za su bari
kansu su lalace ta hanyar sanin abubuwa biyu da ke cikin jiki
ba. Irin wannan aiki babu shakka yana da wahala domin rai,
idan ta tausaya wa jiki mai laushi, tana dɗaukar kyawawan
halayenta da na mugunta. Don a 'yantar da ita daga
sha'awar yanayin jiki mai canzawa, dole ne mutum ya wuce
.tunanin jiki, wanda shine tushen dukkan bakin ciki

Wadanda ke rayuwa cikin jin daɗin yanayi suna farin ciki
da jin daɗi da kuma bakin ciki game da wahala da wahala.
Amma wadanda ke da fahimta mai zurfi suna kasancewa
cikin natsuwa da kwanciyar hankali, ba tare da girgiza da
rikice-rikice da suka zama tushen rayuwa ta yau da kullun ba
[kamar dutse wanda iska ba ta motsa shi]

Mutum mai daidaito, ko da a lokutan bakin ciki da
raɗaɗi, yana kiyaye kwanciyar hankali a cikin yanayi mai
kyau da mara kyau Bugu da ƙari, suna da ikon tausayawa
wasu, fahimtar yadda suke ji, da kuma taimaka musu ba tare
da damuwarsu ta mamaye su ba. Ta haka, ta hanyar ƙarfin
zuciyarsu, za su iya ta'azantar da wasu da kuma rage bakin
cikinsu. Kuma ta hanyar kwanciyar hankali da daidaito, suna
koya wa wasu darasi mai mahimmanci wajen rashin faɗawa
.cikin fushi mai lalata

Mutum mai hikima yana ganin ruhin allahntaka a cikin
kowa, kuma yayin da yake 'yantar da kansa daga sha'awar
son kai, yana karɓar duk abin da ya zo masa daga Allah don
biyan buƙatun jiki, hankali, da rai. Ya 'yantu daga ƙuntatawar
girman kai kuma baya jin ƙiyayya ga wasu, kuma baya dɗora
masa kallonsa da kalmominsa da girgiza mai cutarwa
wadanda ke damun zaman lafiya da kwanciyar hankali na
mutane, domin yana ganin ruhin allahntaka da yake nema a
.boye a cikin kowa

Idan ya kai ga babban burinsa, nasara da gazawa za su
zama iri dɗaya a gare shi, yayin da jin daɗinsa na biyu ya

ƙace yayin da yake samun ainihin haɗin kai na duniya baki
.ɗaya

Duk da yake yana yin aikinsa saboda ƙaunar Allah da
kuma hidimar ɗan adam, har abada ba shi da alaƙa da shi
Don cimma farin ciki

Domin samun farin ciki, dole ne mutum ya rayu cikin
rayuwa mai bin ƙa'idojin da suka dace da kai. Waɗanda suka
yanke shawarar sarrafa yanayinsu bisa ga manyan dokokin
rayuwa za su ga cewa yanayinsu ya daidaita ta atomatik.

Matsalolin da muke fuskanta a wannan rayuwar suna
taimaka mana mu ƙarfafa kanmu da kuma ƙarfafa mu mu yi
.ƙoƙari sosai domin mu kai ga manyan mataƙai
Idan haka kake nema, to ka bi hanyoyin da za su kai ka
gare shi, kuma babu wanda zai iya hana ka daga gare shi ko
.ya hana ka daga gare shi

Allah ya ba mu hankali, kuma dole ne mu kunna hasken
imani, kyakkyawan fata, da farin ciki a cikinsa, mu kuma
'yantar da shi gwargwadon iyawa daga dukkan gwaje-gwaje
masu wahala. Dole ne kuma mu haɓaka ƙarfin hali don mu
.sarrafa yanayinmu maimakon mu kasance ƙarƙashin ikonsu
Yana da mahimmanci a tsara tsare-tsare masu ma'ana

da inganci ga rayuwarmu domin mu iya cimma dukkan
kyawawan abubuwan da muke son cimmawa kuma mun san
dole ne mu yi Yayin da muke tsarawa, ƙoƙari, da aiki, bari
mu tuna cewa Allah ne, Mai karimci, wanda ke ba mu
taimako kuma yana shirya da mu zuwa ga abin da yake
daidai. Yin hakan, za mu kasance da ƙuduri, haƙuri, juriya,
.da kuma bayyana hangen nesa

Muna yi muku fatan nasara da farin ciki a duk inda kuke
a cikin faɗin duniyar Allah

Dukansu siffofi ne masu bibiyar juna da hotuna

Lambunan fure

Kwarin Hawaye

Kuma ɗigon raba da ke manne da ƙudan zuma masu

laushi

Kuma farin cikin yarinta
da sha'awa marasa iyaka
Da kuma farin cikin da ke cikin raguwar su da kwararar

su

Kuma babban bakin ciki a zukatan
Kuma kyandirori na sama suna walkiya suna bacewa
Kuma kawatar sha'awa tana jan hankalinmu
Daga mafarki zuwa mafarki
Kuma sha'awa da sha'awa
Kuma rikon da ya yi kama da dorinar ruwa mai taurin

kai

Kuma kukan jariri
Murnar mutuwa
Kuma farin cikin lafiya mai kumfa
Kuma lokaci mai tsawo
Dukansu siffofi ne masu bibiyar juna da hotuna
A kan allon sani
Ya Ubangiji, ka taimake ni
Don in gina kyawawan halaye da kyawawan halaye a
cikin kaina
Kuma domin in horar da sojojin natsuwa da kamun kai a
cikin kaina
Ka zama shugabansa mai shirya daga Allah
A cikin yakin da aka yanke hukunci
A kan jahilci da musantawa
Kuma domin daukaka tutarka mai albarka da labaranka
masu dadi
Tutar gaskiya da ka'idodin adalci da nagarta
Ina shawagi a saman abubuwan tunawa na raina
Kuma yankunan rayuwata
* **

Ya kamata a yi taka-tsantsan kan tsoro Ya kamata a
dauki matakan rigakafi, kuma a yi duk mai yiwuwa don
kwar da abubuwan da ke haifar da rashin lafiya da kuma
'yantar da kai daga tsoro Kwayoyi suna da yawa a ko'ina har

idan mutane suka tsorata da su, ba za su iya jin daɗin rayuwa ba Ko da tare da duk matakan da suka dace na lafiya, idan mutum zai iya duba gidansa da na'urar hangen .nesa, zai rasa sha'awarsa da sha'awar cin abinci Duk abin da kake tsoro, ka kawar da tunaninka daga gare shi Ka bar shi ga Allah ka karfafa amincewarka a gare Shi. Yawancin wahala yawanci tana faruwa ne saboda damuwa. Me yasa ake wahala lokacin da rashin lafiya bai ma taɓa faruwa ba tukuna? Tunda yawancin cututtukan mutane suna fitowa ne daga tsoro, barin tsoro zai 'yantar da su nan take, kuma warkarwa za ta kasance nan take. Kowace dare, kafin ka yi barci, ka tabbatar wa kanka: "Allah yana tare da ni, kuma duk wanda yake tare da su Allah ba shi da abin tsoro" Ka kewaye kanka da Ruhun Allah da kuzarinsa na sararin samaniya, kana da yakinin cewa duk wani kwayar cuta da ta kai maka hari za ta buge ka. Maimaita "Ya Allah, Mai lko Dukka" ko "Ya Ubangiji, Mai Taimako" da cikakken amincewa zai kare ka, ya karfafa ka, kuma ya sa ka ji daɗi da lafiya. Lokacin da kake cikin jituwa da Allah, gaskiyarsa za ta kwarara zuwa cikinka, kuma za ka san cewa a zuciyarka, kai ruhu ne wanda wahala da rashin lalacewa ba su taɓa shi .ba

Duk lokacin da ka ji tsoro, ka sanya tafiɗ hannunka a zuciyarka, ka shafa daga hagu zuwa dama yayin da kake cewa: "Ya Ubangiji, ka cire mini wannan tsoro ka 'yantar da hankalina da tunanina daga duk wani abin da ke dauke hankalina" Kamar yadda akwai hanyoyin kawar da shisshigi a rediyo, haka nan ma, idan ka ci gaba da shafa zuciyarka daga hagu zuwa dama, kuma idan ka ci gaba da mai da hankali kan ra'ayin kawar da tsoro daga zuciyarka, tsoro zai ɓace da taimakon Allah, kuma za ka ji farin ciki na Allah .wanda ya cika dukkan halittarka

Tsoro yana tare da mutum koyaushe, kuma kawar da shi yana yiwuwa ta hanyar tunani game da Allah da jin kasancewarsa

Ka dogara ga Allah ka zama mai gaskiya a duk abin da
kake yi Akwai masu koyi da yawa; kada ka kara sunanka a
cikin jerin sunayensu masu tsawo. Ka yi abin da kake yi
kuma ka yi shi ta wata hanya ta musamman da babu wanda
ya taɓa yi a da. Fagen a buɗe yake don kirƙira matuƙar
sha'awar gaskiya ce kuma nufin yana nan. Duk yanayi yana
.amsa maka idan kana cikin jituwa da Allah
Mutane sau da yawa suna sanya kansu a gaba, amma
ya kamata mu yi tunanin wasu mu taimaka musu
gwargwadon iyawarmu, muna yi musu fatan alheri kamar
yadda muke yi wa kanmu. Lokacin da muka yi haka da son
rai da zuciya ɗaya, muna jin da'irar tausayinmu ta faɗaɗa
kuma alaƙar soyayya tsakaninmu da wasu ta ƙaru kuma ta
.ƙaru

A cikin muhalli mai yawan mutane 1,000, idan kowa
yana da hali mai kyau, kowane mutum zai sami abokai 999.
Amma idan kowa a cikin wannan muhallin ya zama abokin
.gaba ga wasu, kowane mutum zai sami abokan gaba 999
Hasken wata da ƙasashe masu nisa masu farin ciki
Idan dare ya yi, haɗa tunaninka da hasken wata
Wanke baƙin cikinka da haskensu
Ina jin hasken mai ban mamaki yana yaɗuwa a hankali a
jikinki

Kuma a saman bishiyoyi da yankuna masu nisa
Tsaye a cikin babban sararin samaniyar ka kalli da idanu
masu natsuwa
Ga hasken wata da kuma kyawawan ra'ayoyin da yake
bayyanawa
Kalli gefen da ke rufe da sararin samaniya mai sheƙi
Bari tunaninka mai tunani ya wuce iyakokin hangen
nesa
Zuwa ƙasar mafarkai na zinare
Ka mayar da hankali daga siffofi da haskokin wata suka
nuna
Zuwa ga taurari masu nisa da sararin sama mai nisa

Natsuwar har abada bayan mai rai ether
Inda komai ke motsawa da soyayya da rayuwa
Kalli yadda haskokin wata ke mikewa
Ba wai kawai a Duniya ba
A maimakon haka, a kowace kusurwa ta duniyar da ba
ta da iyaka ta hankalinka mai girma
Yi tunani sosai domin ka isa ga kasashe masu nisa da
farin ciki

Ma'aunin fahimtar ruhaniya mai zurfi
Kuma ana ganin sararin samaniya a matsayin haske mai
launin azurfa
Ba shi da iyaka kuma ba shi da karshe
* **

Mutane suna daure da halaye marasa kyau, kuma ana ci
gaba da kula da waɗannan halaye yayin da kyawawan
halaye ke mutuwa kuma suna bacewa
Baki marasa karɓuwa sun dauki matsayi na farko a
rayuwar mutum, yayin da baki masu daraja ba sa samun
komai sai sakaci da rashin girmamawa daga gare shi, kuma
.suna juyawa daga kofarsa cikin wulakanci da bakin ciki
Ana buƙatar a kula da kyawawan halaye ta hanyar
ayyukan alheri, kuma wannan yana tabbatar da hakan ta
hanyar kyakkyawan haɗin kai da rubuce-rubuce masu
karfafa gwiwa, domin tasirin muhalli ya fi karfi fiye da
.nufinsa

Mutane suna karkashin sha'awar abin duniya, kuma
hasken hankali yana fuskantar waje a kowane lokaci
maimakon a ciki. Mutane suna gudu nan da can, amma babu
wani wuri a duniya da zai iya kare su daga kansu da
.lamirinsu; lokaci na tunani yana da mahimmanci
Idan mutum ya yi addu'ar samun nasara yayin da
tunaninsa ke cike da tunanin gazawa, rudani, da rashin
kulawa, suna kama da wanda ya aika wani aiki kawai don
'yan fashi su kai masa hari a hanya. 'Yan fashin da suka sace
nasarar mutum su ne munanan halayensu. Mutum yana aika

addu'o'insa ga Allah ba tare da kariya ba, kuma 'yan fashin damuwa da damuwa suna kai musu hari kafin su isa ga Allah. Hakika, Allah yana sauraron addu'o'i domin yana ko'ina kuma yana da masaniyar komai, amma a wasu yanayi, ba a amsa addu'o'i. Me yasa wani lokacin ba a amsa su ba? Amsar tana cikin mummunan iri da ke boye a cikin kasan tunanin da ba a sani ba. Waɗannan munanan halaye, waɗanda aka kafa a baya da na baya-bayan nan, suna tsaye a matsayin shinge tsakanin mutum da Allah. Dole ne a dasa tunani mai kyau a cikin kasan rai domin su iya tsiro su girma a karkashin yanayi mai kyau kuma su ba da 'ya'ya. Ba za a iya dogara kawai ga lafiya, wadata, da yanayi mai kyau ba, domin waɗannan na ɗan lokaci ne kuma na ɗan lokaci. Yana .da hikima a saka hannun jari a cikin duniyar ruhu Akwai karfi mai barna da ke aiki a cikin rayuwar mutum da ruhinsa, waɗanda suka samo asali daga kurakuran da suka gabata. Saboda haka, dole ne mutum ya kasance mai taka tsantsan da taka tsantsan wajen fuskantar da kuma .mu'amala da waɗannan karfi masu karfi Duk wanda ya yi addu'ar samun nasara yayin da yake tunanin kansa, "Ban yi tsammanin zan yi nasara ba," ba zai yi nasara ba Dole ne a yi addu'a da bangaskiya mai karfi da zuciya mai tawali'u domin hasken allahntaka ya haskaka .kuma albarkar sama ta sauko Kamar yadda ba zai yiwu a yi magana ta waya da ta lalace ba, haka nan ba zai yiwu a watsa addu'o'i yadda ya kamata ta hanyar tunanin da ke cike da damuwa, damuwa, rashin gamsuwa, da kuma alaƙa da abubuwa masu sauri ba Ta hanyar nutsuwa mai zurfi da jituwa mai natsuwa tare da rawar jiki mai kyau, ana iya gyara hankali da daidaita shi, ana kara karbarsa ta ruhaniya, yana ba da damar isar da sakonni masu zuciya ga Allah cikin inganci da inganci da .kuma karɓar amsarSa mai albarka Ya Ubangiji, da hannuwana a haɗe a kirjina, ina miƙa maka dukkan raina, kuma ina cika addu'ata da ƙauna mai

zurfi Ka ba ni kaunar yara marasa laifi a gare Ka, kuma Ka
taimake ni in ji kusancinka a bayan kalmomin addu'o'ina Ka
bar ni in ji kasancewarka a cikin dukkan jiye-jiyena, kuma Ka
bar ni in fahimci cewa hikimarka tana riƙe da fahimtata
kuma rayuwata walƙiya ce ta haskenka kuma bayyanar
.rayuwarka ta duniya

Su ne galibi mutane mafi farin ciki
Jin daɗin ɗan adam na gaske yana cikin shirye-shiryen
mutum na koyo da kuma yin aiki yadda ya kamata da kuma
girmamawa. Yawan inganta kansa, gwargwadon yadda
mutum ke ba da gudummawa ga ci gaba da farin cikin
.wadanda ke kewaye da shi
Babban dalilin ciwo

Haɗin kai na ruhaniya da jiki da tunani, da kuma
fahimtarsa ta hanyarsu, shine tushen dukkan radadinmu,
kuntatawa, kuntatawa, da rashi. Saboda wannan haɗin,
muna fuskantar farin ciki kamar zafi da jin daɗi, har zuwa
.inda ba za mu iya fuskantar ni'imar Allah ko sanin komai ba
Addini, a zahiri, ya kunshi guje wa ciwo na dindindin da
.kuma samun ni'ima ta Allah, ko kuma Allah
Kamar yadda ba za a iya ganin ainihin hoton rana a fili a
saman ruwa mai cike da ruwa ba, haka nan ba za a iya
fahimtar ainihin yanayin rai na ruhaniya mai albarka (nuni na
dukkann ruhi) ba kuma za a iya fahimtar ainihinsa ta hanyar
rakuman rudani da damuwa da ke fitowa daga ganewar rai
.tare da yanayin jiki da tunani masu canzawa da canzawa
Kamar yadda ruwa mai kauri ke batan da ainihin siffar
rana, haka nan ma tunanin da ke cikin damuwa ke batan da
yanayin cikin rai mai cike da farin ciki ta hanyar wannan
.ganewa ko alaƙa

:An faɗi a cikin littattafan hikimar Gabas
Da za ka iya tashi sama da jiki ka fahimci cewa kai rai"
ne, da ka mallaki ni'ima ta har abada kuma ka 'yantu daga
dukkann ciwo" {Kuma ka ce, "Ya Ubangijina, ka kara mini
ilimi"}

Kuma za ku san gaskiya, kuma gaskiya za ta 'yantar da}

{ku

Yanci yana fitowa ne daga shugabancin kai,'

kyakkyawan hali shine babban aboki

Kalmomin malamina, Sri Yuktswarji, mafi tasiri su ne

kalmomi uku da yake maimaita mini koyaushe: " Koyi yadda

ake yin hali " Hakika ban iya nuna godiyata a gare shi ba

saboda hakan, na san cewa ba koyaushe yake da sauƙi a yi

.hali yadda ya kamata ba

Idan dole ne ka shawo kan wani abu, dole ne ka fahimci

dalilin da ya sa dole ne ka shawo kansa ba wai kawai dole ne

ka yi watsi da shi ka kuma nisanta kanka daga gare shi ba,

har ma dole ne ka kawar da tunaninsa da kuma kore shi

daga tunaninka. Tunani mara kyau babban makiyi ne wanda

.dole ne a shawo kansa

Idan ka mayar da hankali daga fahimtar motsin rai zuwa

fahimtar ruhaniya, za ka cimma nasara kuma ka kawo wa

kanka farin ciki. Nasarorin da aka samu suna cikin tunani.

Dole ne mutum ya tambayi kansa: "Shin ni bawa ne ga

hankalina ko ubangidansu? Shin ina da wadata cikin

"?kwanciyar hankali ko talauci a ruhaniya

Bai kamata mutum ya zama wanda aka zalunta da wuce

gonar da iri ba, amma kada ya bari su bautar da kai. Ka zama

mai kirki, mai fara'a, mai fara'a, da farin ciki, kuma ka zama

mai mulkin kanka a kowane hali. Bai kamata mutum ya

zama bawa ga hankula kawai ba, amma ya yi aiki bisa ga

imani mai kyau. Duk wanda ke son ya wuce abubuwa biyu

kuma ya sami fahimtar sararin samaniya dole ne ya mallaki

kamun kai kuma ya horar da kansa don jure dukkan

abubuwa da dukkan yanayi ba tare da damuwa ko rashin

.kwanciyar hankali ba

Yin duk abin da mutum ya ga dama ba 'yanci ba ne, sai

dai cin zarafin 'yanci 'Yanci yana fitowa ne daga bin dokar

kame kai, wato, horar da kai 'Yanci na gaskiya yana nufin yin

duk abin da hikima ta jagorance shi 'Yanci yana da karanci
kuma mara zurfi ba tare da bin Allah da dokokinsa ba
Rayuwar mutane da yawa tana karkashin sha'awa,
.sha'awa, halaye, halaye, da tasirin muhalli da zamantakewa
Lokacin da dabi'un jiki suka fara sarrafa hankali, yana
zama da wahala ga jiki ya bi umarnin nufin. Wannan shine
dalilin da ya sa mutane masu kiba ke fama da rage kiba,
koda kuwa suna bin abinci. Kwayoyin halittar sun kirkiri
halayensu kuma ba sa amsawa da sauri ga umarnin tunani.
Duk da haka, idan aka horar da su yadda ya kamata, za su bi
umarnin tunani da son rai ba tare da wata sabani da manyan
karfin tunani ba - ikokin da ke iya sarrafa jiki idan an horar
.da su kuma an motsa su yadda ya kamata
Kyakkyawan hali shine babban abokinka, yayin da
mummunan hali makiyi ne a boye. Saboda haka, ya kamata
mutum ya yi hattara da maimaita wani hali ko aiki, domin
maimaitawa yana canza aiki zuwa al'ada kafin mutum ya ma
gane shi, kuma al'adar ta zama ta biyu. Duk da haka, ana iya
canza ta ta hanyar ayyukan alheri masu dorewa da tunani
.mai kyau da kirkira

Alamomin tsari da daidaito a ko'ina

Masu tunani na farko sun yi tunani daga abin da suka
lura cewa kowane ɗan adam cakuda abu ne da tunani, kuma
sakamakon wannan lura sun yi imani da wanzuwar karfi biyu
.masu zaman kansu: yanayi da tunani

Sai suka fara mamaki: "Me yasa komai a cikin yanayi
yake tsari ta wata hanya? Me yasa ɗayan hannun mutum bai
fi ɗayan tsayi ba? Kuma me yasa taurari da duniyoyi ba sa
karo a sararin samaniya? Muna ganin alamun tsari da
"daidaito a cikin sararin samaniya duk inda muka duba
Daga wannan ra'ayi, sun kammala da cewa hankali da
abu ba za su iya rabuwa ba kuma a lokaci guda suna da
cikakken iko a kan kowannensu, tunda dole ne a sami tunani
ɗaya da ke sarrafa komai

Wannan karshe a zahiri yana haifar da ra'ayin Allah
ɗaya wanda shine sanadin da kuma asalin abu da tunani,
yana wanzuwa ta cikinsu da kuma bayansu. Wanda ya sami
cikakkiyar hikima ya fahimci cewa komai, a cikin ainihinsa,
ruhu ne, duk da cewa wannan ruhun an lullube shi da
.kamanni kuma an boye shi daga gani
Wadanda ke da ilimin ruhaniya suna ganin hasken Allah
yana bayyana ko'ina

Tambayar ita ce: ta yaya masu binciken suka sami
?damar gano ta tun farko

A matsayin mataki na farko, sun rufe idanunsu don
kwar da hulɗa kai tsaye da duniya da kwayoyin halitta, ta
yadda za su iya mai da hankalinsu gaba ɗaya kan sanin
.tunanin duniya da ke bayan duniya da kwayoyin halitta
Sun fahimci cewa ba za su iya fahimtar kasancewar
allahntaka a cikin yanayi ta hanyar fahimtar abubuwa guda
biyar na yau da kullun ba. Don haka, sun nemi hanyar
fahimtar kasancewarsa a cikin kansu ta hanyar mai da
.hankali sosai a kansa

A karshe, sun sami nasarar rufewa da rufe dukkan kofofi
da hanyoyin ji guda biyar, suna zama masu zaman kansu na
ɗan lokaci daga sanin abin duniya. Sannan duniyar ciki ta
ruhu ta fara bayyana kansu a gare su kuma ta buɗe a
gabansu. Ga wadannan manyan mutane wadanda suka ci
gaba da bincikensu na sihiri, Allah ya bayyana kansa a
.karshe

Ka sanya ikon Allah a bayan kokarinka

Ka saki karfin zuciyarka don dalilai masu amfani da
amfani, kuma za ka kara samun ci gaba da kuduri mai karfi,
ta amfani da kowane ɓangare na nasara Ka daidaita kanka
da karfin ruhunka mai kirkira, kuma za ka haɗu da tunani
mara iyaka wanda zai iya karfafa ka da kuma magance duk
matsalolinka lko zai gudana zuwa gare ka akai-akai daga
tushen ruhaniyarka, yana ba ka damar cimma nasarori masu
ban mamaki da kirkire-kirkire a kowane fanni na rayuwa

Kafin ka yanke kowace shawara mai muhimmanci, ka
zauna a hankali ka nemi taimakon Allah da albarkarSa.

Sannan za ka fahimci cewa a bayan karfinka akwai karfin
Allah, a bayan tunaninka akwai tunanin Allah, kuma a bayan
nufinka akwai nufin Allah. Muddin Allah yana aiki tare da kai,
kokarinka ba zai zama banza ba, kuma ba zai gaza ba;
maimakon haka, karfinka zai karu kuma iyawarka za ta karu.
Kuma idan ka kammala ayyukanka na bauta wa Allah, za ka
.sami albarkarsa

Idan aikinka a rayuwa mai tawali'u ne, kada ka nemi
afuwa saboda hakan. Ka yi alfahari da cewa kana cika
ayyukan da Allah ya danka maka. Yana son ka taka rawarka
gwargwadon iyawarka. Ba kowa ne zai iya yin irin wannan
aikin da kake yi ba. Muddin kana aiki don faranta wa Allah
rai, dukkan rundunonin duniya za su yi aiki cikin jituwa don
.farin cikinka da walwalarka

Idan ka tabbatar wa Allah cewa kana sonSa fiye da
komai, za ka daidaita kanka da nufinSa. Kuma idan ka neme
Shi ba tare da gajiyyawa ba, ba tare da la'akari da cikas da ke
gabanka ba, kana amfani da nufin ɗan adam yadda ya
kamata, kuma kana amfani da dokar nasara da aka sani ga
tsoffin masana da duk waɗanda suka sami nasara ta
.gaskiya

Ikon sararin samaniya mai tsarki yana yi maka hidima
matukar ka yi kokari na gaske don amfani da wannan ikon
mai albarka don cimma lafiya, farin ciki, da zaman lafiya Ta
hanyar cimma waɗannan manufofi masu kyau, za ka bi
hanyar sanin kanka zuwa ga ainihin gidanka cikin Allah
Farin ciki shine ma'aunin nasara

Da farko, dole ne ka tabbatar da cewa burin da kake son
cimmawa ya cancanci kokari a kai, kuma cimma hakan ya
.cancanci a ɗauke shi a matsayin babban nasara

Menene nasara? Idan kana da lafiya da wadata amma
kana da matsala da kowa (da kuma kanka), rayuwarka ba ta
yi nasara ba. Duniya za ta zama cikin duhu kuma rayuwa ba

ta da amfani idan ba ka sami farin ciki ba. Lokacin da ka rasa kudi, ka rasa karamin abu. Lokacin da ka rasa lafiya, ka rasa wani abu mafi mahimmanci. Amma lokacin da ka rasa kwanciyar hankali da kwanciyar hankali, za ka rasa taskokin .rayuwa mafi daraja

Saboda haka, ya kamata a auna nasara ta hanyar mizanin farin ciki, ta hanyar iya daidaita da daidaita dokokin duniya baki ɗaya. Ba a auna nasara ta hanyar mizanin duniya kamar lafiya, matsayi, da iko. Waɗannan abubuwa a cikin kansu ba sa kawo farin ciki sai dai idan an yi amfani da su daidai. Domin wannan ya faru, dole ne mutum ya mallaki .hikima da kauna ga Allah da ɗan adam

Allah ya ba ka ikon lada ko azabtar da kanka ta hanyar amfani ko amfani da hankalinka ba daidai ba kuma zai yi.

Idan ka karya dokokin lafiya, wadata, da hikima, babu makawa za ka sha wahala daga rashin lafiya, talauci, da jahilci. Saboda haka, dole ne ka karfafa tunaninka kuma ka ki ɗaukar nauyin da ya tara na tunani da ɗabi'a na shekarun da suka gabata. Kone waɗannan tarin abubuwan da suka tsufa a cikin wutar shawarwarinka masu albarka da ayyukan .ginawa na yanzu, kuma za ka isa ga sararin 'yanci

Farin ciki ya dogara - har zuwa wani mataki - akan yanayi na waje, amma galibi ya dogara ne akan yanayin tunanin mutum. Domin samun farin ciki, dole ne mutum ya kasance yana da lafiya mai kyau, tunani mai daidaito, rayuwa mai wadata, aiki mai dacewa, zuciya mai godiya, .kuma mafi mahimmanci, hikima da ilimin Allah

Kudurin da ya dace na yin farin ciki zai taimaka maka sosai. Kada ka yi tsammanin yanayinka zai canza, kana tunanin cewa matsalolinka suna nan a wani wuri. Kada ka bari rashin jin daɗi ya zama wata dabi'a mai zurfi wadda take da wuyar kawarwa, wadda ke haifar da ciwon tunani ga .kanka da waɗanda ke kewaye da kai

Ɗaya daga cikin manyan ni'imomin da ke gare ku da wasu shine farin ciki da kyakkyawan fata. Idan kuna da farin

ciki, kun sami komai. Farin ciki yana nufin kasancewa cikin jituwa da Allah, kuma bimbini yana ba da damar cimma farin .ciki

Dabi'un tunani: Hanzarta ko jinkirta nasara

Dabi'un mutum suna da ikon hanzarta ko jinkirta nasararsa. Ba wahayi ne na ɗan lokaci ko ra'ayoyi masu kyau ba, a'a, halayen tunanin mutum na yau da kullun ne ke .kayyade hanyar rayuwarsa

Dabi'un tunani suna kama da maganadisu na tunani, suna jawo hankalin wasu abubuwa, mutane, da yanayi kyawawan halaye na tunani suna ba ku damar jawo damammaki masu kyau da amfani, yayin da munanan halaye na tunani suna jawo ku kusa da waɗanda ke da .halaye na duniya da yanayi mara kyau

Za ka iya kawar da munanan halaye ka kuma raunana karfinsu ta hanyar guje wa duk wani abu da zai iya tayar da su ko kuma ya farfado da su, ba tare da mai da hankali a kansu ba. Sannan, ka mayar da tunaninka zuwa ga kyakkyawan hali ka kuma yi aiki kan haɓaka shi akai-akai har sai ya zama muhimmin ɓangare na rayuwarka wanda za .ka iya amincewa da shi kuma ka dogara da shi

A cikinmu, karfi biyu masu adawa suna cikin rikici akai-akai: ɗaya yana tura mu mu yi abin da bai kamata mu yi ba, ɗayan kuma yana karfafa mu mu yi abin da dole ne mu yi, koda kuwa yana da wahala. Muryar farko ita ce muryar .mugunta, ta biyu kuma muryar alheri, ko Allah

Ta hanyar darussan yau da kullun masu wahala za ku ga a sarari cewa munanan halaye suna ciyar da bishiyar sha'awar abin duniya marasa iyaka, yayin da kyawawan halaye ke ciyar da bishiyar bege da buri masu girma na .ruhaniya

Dole ne ku kara mai da hankali kan yadda bishiyar ruhaniya mai albarka take girma, domin wata rana za ku iya .girbe 'ya'yan itatuwa masu daɗi da nuna isa na sanin kai

Idan za ka iya 'yantar da kanka daga kowace irin
munanan halaye, kuma idan za ka iya yin duk abin da yake
nagari da daraja saboda kaunar dabi'a da kirki ba wai
saboda mugunta tana kawo bakin ciki da nadama ba, to za
.ka girma cikin ruhi kuma ka ci gaba a kan hanya
Za ku sami 'yanci idan kun bar munanan halayenku da
son rai kuma da gangan. Za ku sami 'yanci ne kawai lokacin
da kuka zama shugabanni, kuna iya sarrafa yadda kuke ji,
tunaninku, da kuma nufinku don yin abin da dole ne a yi,
koda kuwa ya saba wa sha'awarku. A cikin wannan ikon
.kame kai da kuma mallakar kai, akwai 'yancin madawwami
Na ambaci wasu muhimman halaye na nasara zuwa
yanzu: tunani mai kyau, karfin hali, nazarin tunanin dan
adam, himma, da kuma horar da kai Littattafai da yawa suna
jaddada daya ko fiye daga cikin wadannan halaye amma sun
kasa amincewa da ikon allahntaka da ke karkashin
wadannan abubuwan Daidaita nufin allahntaka shine mafi
mahimmancin abu don cimma nasara
Nufin Allah shine karfin da ke motsa duniya da duk abin
da ke kanta, da kuma sararin samaniya da duk abin da ke
cikinta Nufin Allah ne ke motsa taurari a sararin samaniya,
kuma nufinsa ne ke kiyaye taurari a cikin kewayarsu kuma
yana tsara zagayowar haihuwa, girma, da rubewar dukkan
.halittu

Gashin sha'awa

,Ya Ubangiji

Bari garwashin sha'awata ya kone har abada a gabanka

mai albarka

Pluck, Allahna kaunatacce, kaunar da nake yi daga laka

ta duniya, kuma ka kawata kirjin tunawarka mai kula da kai

koyaushe

A cikin Haikalin sammai, ina sujada a gabanka, ya

,Allahna

Na ji muryarki a cikin kamshin wardi

Kuma na ji daɗin daɗin furannin furannin

Kuma a cikin radadin sha'awata, kaunarki ce amsar
Na san cewa ana iya sanin Allah ta hanyar tunani da
wani fahimta, amma ba ta hanyar tunani mai rikitarwa da
damuwa ba

Zan buɗe idanuna ga jin daɗin tunani kuma in ga cewa
duk duhu ya bace. Zan nutsar da kaina cikin tafkin salama ta
Allah da ke ɓoye a bayan bangon tunani, kuma zan tsarkake
raina ta ciki ta hanyar tunani don kada ya lalace ta hanyar
tasirin waje mai adawa. Kuma zan gaishe kowace rana da
.tunani game da Mai Iko Dukka

A cikin wurin ibada na shiru, na gano bagadin salamarka
Kuma a kan bagadin salama ina samun farin cikinka mai
sabuntawa koyaushe

Bari in ji muryarka, ya Ubangiji, a cikin kogon tunani,
sannan zan sami farin ciki na sama har abada a cikin kaina.
Zaman lafiya zai cika zuciyata ya kuma mamaye rayuwata,
.ko a cikin natsuwa ko a lokacin aiki

Kowace tauraro mai haske, mai walƙiya a cikin sararin
,sama, da kowace tsattsarkar tunani, mai tsarki
Kowace kyakkyawar aiki da kyakkyawan aiki za su zama
taga da zan kalli kai, Allahna kaunatacce

Da cikakken hankali da sha'awa marar iyaka, zan aika
sanina ta idon ruhaniya (tsakanin gira) zuwa ga mulkin har
.abada

Zan 'yantar da raina daga bauta ta jiki kuma in haɗa shi
da babban teku na ruhu

Wajibcin nazarin psychoanalysis

Wani sirrin nasara shine nazarin halayyar ɗan adam.
Duba cikin madubi ne wanda za ka iya ganin ɓoyayyun zurfin
zuciyarka wanda idan ba haka ba zai kasance a ɓoye daga
.gare ka

Gano wuraren da ka gaza sannan ka warware halaye da
halayenka nagari da na munana

Yi amfani da nazarin kai don fahimtar inda kake yanzu,
abin da kake son cimmawa, da kuma waɗanne cikas ne ke

hana ka bayyana ainihin aikinka da kuma fahimtar
.manufarka a rayuwa

Yi kokari don gina dukkan halaye na dabi'a ta gaskiya
da daraja, ba tare da damuwa da sha'awa da sha'awa ba Ta
hanyar daidaita tunaninka da jituwa da Allah, za ka ci gaba
da sauri, lafiya, da amincewa kan hanyar zuwa ga burin da
kake so Manufarka ta karshe ita ce neman hanyarka zuwa ga
Allah Amma akwai kuma wajibai da nauyin da za ka cika a
wannan duniyar

A wannan duniyar muna bayyana a matsayin baki, kuma
sai lokacin da muka kaunaci Allah ne muke zama 'yan'uwa
maza da mata

Karfin zuciya tare da himma zai taimaka maka ka
fayyace alkawuranka da kuma cika su gaba daya Menene
himmu? Iko ne na kirkira a cikinka: walkiya daga Mahallicci
mara iyaka wanda zai iya ba ka ikon kirkirar wani abu da
babu wanda ya taɓa kirkira a da. Yana karfafa ka ka yi
abubuwa ta hanyoyi sababbi da kirkira. Nasarorin mutum
mai himma na iya zama masu ban mamaki da ban mamaki
kamar tauraro mai harbi. Ta hanyar kirkirar wani abu da ba
shi da komai, suna nuna cewa abin da ya bayyana ba zai
yiwu ba hakika yana yiwuwa lokacin da dan adam ya yi
amfani da ikon ruhin kirkire-kirkire mafi girma. Kirkirar da
kirkire-kirkire yana ba ka damar tsayawa kan kafafunka biyu,
'yanci da 'yanci, kuma suna cikin alamun nasara

Fadakarwar Ra'ayoyin Nasara

A ce ka gaza zuwa yanzu, wauta ce a daina fada a dauki
gazawa a matsayin kaddara

Ya fi kyau a mutu a yaki da a daina kokari matuƙar
mutum zai iya cimma abubuwa da yawa, domin kokarinsa
.zai ci gaba zuwa sabuwar rayuwa ko da bayan mutuwa
Nasara da gazawa su ne sakamakon abin da ka yi a
baya, da kuma abin da kake yi yanzu. Saboda haka, dole ne
ka kula da tunanin nasara daga abubuwan da suka gabata

kuma ka karfafa su ta yadda za ka iya sarrafa tunanin
.gazawa a rayuwarka ta yanzu

Wahala da matsalolin da mutum mai nasara ke fuskanta
na iya fi wadanda mutumin da bai yi nasara ba ke fuskanta.

Duk da haka, na farko sun horar da kansu su ki ra'ayin
.gazawa gaba daya kuma a kowane lokaci

Dole ne ka canza tunaninka daga takaici da yanke
kauna zuwa nasara da nasara; daga damuwa zuwa natsuwa;
daga rudani na hankali da damuwa zuwa mai da hankali kan
tunani; daga rudani da tashin hankali zuwa zaman lafiya;
kuma daga zaman lafiya zuwa ni'imar ruhaniya mai tsarki
Lokacin da ka mallaki wannan ilimin kai, manufar rayuwarka
za ta kasance an naɗa ta da nasara kuma an cimma ta da
.ɗaukaka, tare da taimakon Allah

Ikon tunani

Kana nuna nasara ko gazawa gwargwadon inganci da
yanayin tunaninka na yau da kullun

Wanne ya fi karfi a rayuwarka: tunanin nasara ko

?tunanin gazawa

Idan tunaninka ya fi muni, tunani mai kyau lokaci-lokaci
ba zai isa ya jawo nasara ba. Amma idan ka yi tunani da
gaskiya, za ka sami abin da kake nema kuma ka cimma
.burinka, koda kuwa kana jin duhu ya kewaye ka
Kai kaɗai ne ke da alhakin kanka. Babu wani da zai
amsa maka ko ya warware maka lissafi a Ranar Alkiyama.
Aikinka a duniya, inda ayyukanka suka sanya ka (sakamakon
ayyukanka na baya), mutum ɗaya ne kawai zai iya yin sa:
kai kuma aikinka ana ɗaukarsa mai nasara ne kawai idan ya
.yi wa ɗan'uwanka hidima ta wata hanya

Kada ka damu da kowace matsala ko ka ci gaba da
tunani a kai. Bari abubuwa su huta na ɗan lokaci, kuma za
su iya warware kansu. Amma kada ka bar su su huta na
dogon lokaci har ka rasa ikon fahimtarka. Madadin haka, yi
amfani da waɗannan lokutan hutawa don zurfafa tunani da
kuma isa ga sararin samaniya mai natsuwa a cikin kanka.

Lokacin da kake cikin jituwa da kanka, za ka iya yin tunani a sarari game da duk abin da kake yi. Ko da tunaninka ya yawo, za ka iya tattara su ka kuma gyara su. Wannan ikon mai albarka na kasancewa cikin jituwa za a iya samu ta .hanyar kokari da aiki

Uwa, a cewar malamin Paramhansa

Lakca da ya gabatar a Ranar Uwa

Bari mu dauki wannan rana a matsayin kyakkyawan tunani ga dukkan iyaye mata nagari waɗanda suka renon 'ya'yansu da kirki da kauna

Ba a ba mu kaunar uwa don ta bata mana rai da sassauci da rashin kulawa ba, amma don tausasa zukanmu domin mu tausasa zukan wasu da alheri da 'yantar da rayuka masu gajiya daga damuwa da kuntatawa na duniya. Waɗanda ke nutsewa cikin bala'i da bakin ciki, waɗanda ke fama da bala'o'i da wahala iri-iri, suna buƙatar fahimtarmu .mai laushi da tausayin tausayi

Na sami wayewar ruhaniya ta ta hanyar babban kaunar da nake yi wa mahaifiyata; kauna ta gaskiya ga mahaifiyata ita ce babban dalilin da ya sa kaunar da nake yi wa Allah ta karu, domin wannan kaunar ta motsa ni in nemi tushenta mai tsarki, kuma na same ta a cikin Allah, tushen dukkan .alheri da nagarta

Uwa ta fi uba tausayi da gafara. Uwa ita ce mafi tsarkin misali na kaunar Allah marar iyaka. Allah ya halicci uwaye domin su bayyana kaunarsa a gare mu, ko da dalili ko ba .tare da dalili ba

Ina daukar mace a matsayin bayyanar ɗan adam ta uwa ta duniya, kuma abin da na fi yabawa game da ita shine ainihin kaunarta ta uwa. Waɗanda suka fahimci kyawun ruhaniya da ma'anar da ke cikin mace, ana farka su ta hanyar ji mai kyau kuma suna samun kansu a buɗe ga manyan wurare na wahayi. Soyayyar duniya tana ratsa zuciyar duk wanda ke girmama mace da godiya da .girmamawa, kuma yana yi mata alheri da girmamawa

Da Allah bai sanya kaunarsa a zukatan uwaye ba, da ba
za su iya kaunar 'ya'yansu ba. Duk da haka, yabo kuma yana
faruwa ne saboda hanyar da wannan soyayya ke gudana.
.Duk manyan mutane sun nuna wa uwayensu babbar kauna
Gida yana cike da haske, farin ciki, da albarka saboda
kasancewar uwa. Bari mu ci gaba da haskaka harshen
.kaunar uwa a cikin zukatanmu

Kuma gaisuwa ga dukkan uwaye masu tsarki a duniya
Kuma ga duk waƙanda suka yi musu mu'amala da alheri
Domin girmama su da kuma girmama cancantar su
Ra'ayoyin Zurfi

Jagora Paramhansa Yogananda

Fassara: Mahmoud Mas'ud

Na daƙe ina kwance a gadon halittarka, na baya, na
yanzu, da na gaba, kuma ni—ƙan har abada—na ji damuwa
da damuwa Na sha wahala sau da yawa, amma a banza, har
sai da na yi nasarar tsalle daga kan gadon da shingen
dangantaka ta yaudara ya kewaye ni. Ka ƙauke ni a
hannunka ka rungume ni da waƙoƙin zaman lafiya na har
abada. Ni ƙan har abada ne—har abada—kuma na ƙora
kaina a kan ƙirjin halittarka mai cike da komai.

Kada ka damu, ƙana

A cikin wani mawuyacin lokaci, na ji muryarka tana
cewa: "Rana ta kariyata tana haskakawa daidai a lokutanka
mafi haske da duhu"

Kada ka damu, ƙana, amma ka yi imani ka yi murmushi!
Domin baƙin ciki rashin adalci ne ga yanayin albarka na rai
Bari hasken warkarwa na ya haskaka ta cikin murmushinka
mai haske Farin cikinka, ƙana, yana kawo mini farin ciki da
gamsuwa

Yi nishaɗi tare da ku

A cikin rayuwata marasa iyaka, na yi wasa da kai kuma na rera waƙoƙi marasa adadi Har yanzu ina tuna rungumar ka mai dumi duk lokacin da na dawo gida—a gare ka—bayan karni na rashin zuwa, rawar jiki ta rabuwa ta rufe ni Kuma ga ni nan, a gabanka na har abada, ina wasa da dariya tare da kai, ina rera maka waƙoƙin kaunata ta har abada

Ba bisa ga nufina ba, Ya Mutuwa

Ba za a ja ni daga duniya da ƙarfi ba kamar yadda aka cire ni daga abokan aikinsa Ina son Allah, kuma Yana kaunata; kuma idan na tafi a karo na ƙarshe, zan kammala wannan rawar a kan mataki na lokaci - wannan aikin da Allah Ya nufa ni in yi a matsayin ci gaba da wasan kwaikwayon sararin samaniyarsa. Ina yin rawar da nake takawa a cikin wasan kwaikwayo na rayuwa, zan yi murmushi in yi kuka: ina farin ciki da cikar buri da kuma baƙin ciki da rushewar bege. Amma bayan na kammala aikina, ko da menene wahala da gajiya, zan bar matakin duniya da zuciya mai murmushi. Zan huta na ɗan lokaci a rungumar uwar sararin samaniya, ina jin daɗin farin cikinta, sannan zan koma duniya, ba zan sake jawo sha'awa ta tsofaffin sha'awa da aka dasa ba tare da kulawa ba a cikin lambun yaudara, amma a maimakon haka don amsa buƙatarta mai laushi da kirki.

Kaunar Lotus

Kudan zumar hankalina ta lulluƙe cikin mayukan lotus na zuciyarka mai ƙauna, Ya Ubangiji, daga inda nake shan mayukan nonar ƙaunarka mai taushi Wannan kudan zumar ruhaniya tawa tana tattara furanni ne kawai waɗanda ke fitar da ƙamshinka mai daɗi Na hana kaina zumar jin daɗi na sha'awa kuma na tashi sama da lambunan tunani marasa amfani har sai da na sami mayukan lotus na haskenka mai tsarki Ni kudan zumar ka ce ina yawo a cikin filayen halittu, wanda ƙamshin furanni suka jawo zuwa ga abubuwan da ba

a iya kirgawa ba Amma yanzu na daina yawo na, domin kamshinka mai albarka ya kashe kishirwata ta raina kuma ya gamsar da sha'awara ta konawa ga kowane turare ko kamshi mai dadi

Dajin yaudara yana ci da wuta

Na ji kadaici da bakin ciki a cikin dajin mafarki da yaudara, don haka na kunna tarin horon kai, amma wutar ta kone a hankali ba tare da harshen wuta ba na yi addu'a daga zurfin zuciyata, kuma Ka zo gare ni, Ya Ubangiji, ka kunna wasu daga cikin raunina, kuma harshen wuta ya bazu da sauri ta cikin busasshen busasshen busasshen busasshen busasshen busasshen kura Sannan suka isa ga bishiyoyin sha'awa masu kaya suka taɓa manyan bishiyoyin girman kai da girman kai Harsunan haskenKa sun cinne manyan dazuzzukan jahilcina suka mai da su toka. Ina gode Maka, Ya Allah Mai konawa! Kuma Allah Ya sa bayinka su juyo gare Ka cikin addu'a da addu'a don taimako nan take da warkarwa cikin sauri.

Wakarka ta gaskiya

Domin jinka, Mala'ika Mai Tsaro, na kunna rediyon hangen nesa na ciki da taɓawa mai laushi na kauna Sau da yawa a cikin tunani, na saurari wakoki mafi dadi na tsarkakanka waɗanda ke kusa da kai: wakokin ruhaniya masu ban mamaki, wakokin da aka haifa daga zuciyata, da kuma wakar mai dadi ta tsohuwar sha'awar da nake yi maka Da hakuri da natsuwa, na daidaita kayan aikin ji na, kuma lokacin da barci ya mamaye idanuna kuma na kusa yin barci, wakarka ta gaske ta ratsa ni Kuma yanzu ina watsa sautin farin ciki na wakokin farin ciki naka kuma ina kara muryata ga kungiyar mawakanka, don wakokin su kara karfi kuma sha'awa da sha'awa su kara karfi

Zan yi iyo a cikin teku na rayuka

Cikin haɗin kai da Kai, Ruhu Mai Komai, zan zama bugun rayuwar sararin samaniya. Zan yi iyo a cikin teku na rayuka. Zan yi rawa a kan rakuman motsin zuciyar ɗan adam masu tsarki kuma in yi dukansu da farin ciki mai albarka. Daga tsaunukan Himalaya na sama, zan saki kogunan buri masu girma na duniya. Zan kasance kowace hawaye da aka zubar cikin tausayi ga wasu. Zan kasance a cikin shirun tsarkaka masu launin zinare da kuma bege mai fure na zukatan masu sheki. Ya Mai cika buri mai aminci!

Lokacin da haskena na har abada ya haɗu da haskenka mara iyaka, zan haskaka a cikin kowace ido

Salam alaikum barka da warhaka

Sabbin raɗawa da fahimta

A cikin kwanakin bazara na rayuwa
Ina tattara nectar na motsin rai
Daga furannin kyawawan halaye
Girma a cikin lambunan kyawawan ruhohi
Kuma na adana a cikin zuciyata sinadarin da aka tace
Daga furannin hakuri masu girma
Da kuma 'yan tawali'u da kamshinsu mai laushi
Kuma furanni masu ban mamaki na ra'ayoyin lotus
masu laushi
Kuma lokacin da duser kankara ta hunturu ta faɗo a
kusa da ni
Kuma rabuwar duniya mai raɗaɗi
Ina neman ɗumi da ta'aziyya
A cikin ruwan tsami da aka adana a cikin kwayar
zuciyata
A cikin wannan ɗakin mai albarka, a gabanka
Sau da yawa ina samun kudan zuma mai tsarki
Ku ɗanɗani zakin tsofaffin sha'awata
Ina jin kwanciyar hankali, farin ciki, da kuma ta'aziyya
Zan zama ruwan farin ciki

Farin cikina yana ci gaba da gudana akai-akai
Inda babban rafi ya share
Nauyin bakin cikin da damuwa na wasu masu nauyi
Zan yi gudu da sauri mai ban mamaki
A wurare marasa iyaka
Daga rayukan da ke shan wahala
Domin kawar da fargabarta
Kuma zan kawar da matsalolinta
Zan zama walkiyar walkiya
A cikin dare mafi duhu
Don yin kyau sosai
Kyawunki, wanda aka boye tun zamanin da
Bayan duhun idanu marasa gani
Zan zama hasken wata mai haske
Korar duhu daga fuskar duniya
Zan zama hasken haske
Mai wargaza duhun da ke boye
A cikin kusurwoyin tunanin ɗan adam
Da rahamarka, Ya Ubangiji
Silashy, hasken hikima kwatsam
Kurakurai da aka tara a tsawon shekaru da shekaru
Gamsuwar da soyayya ke haifarwa a cikin rai ba ta
ta'allaka ne a cikin jin da kanta ba
Amma a cikin farin cikin da wannan jin ya kawo
Domin soyayya tana kawo farin ciki
Muna son soyayya domin tana bamu farin ciki mai yawa
Soyayya ba ita ce manufar ba; farin ciki shine manufar
Allah shine farin ciki na har abada kuma mai sabuntawa
koyaushe
Haka kuma yanayin rai yake, saboda wannan dalili ne
masu sihiri suka rera waka
Wadanda suka fuskanci wannan gaskiyar kuma suka
:ɗanɗani wannan farin cikin ruhaniya
Daga farin ciki muka zo, cikin farin ciki muke rayuwa"
"kuma rayuwarmu tana gudana

Kuma za mu dawo ga farin ciki na sararin samaniya, mu
".narke cikin wannan ni'ima wata rana
Duk wani abu mai daraja kamar soyayya da tausayi
Jarumtaka, sadaukarwa, da tawali'u ba su da ma'ana ba
tare da farin ciki ba
Farin ciki yana nufin farin ciki, kuma alama ce ta babban
farin ciki
Ko kuma mafi girman gamsuwa
Ka} {Kuma Ubangijinka zai ba ka, kuma za ka gamsu}
{yi farin ciki kuma ka yi farin ciki
Ko da yake farin ciki na iya tasowa sakamakon wasu
yanayi na waje
Amma a cikin tsantsar asalinsa, ba a dāure shi da
yanayi ba
Sau da yawa yana bayyana ba tare da yanayin kayan
aiki ba
Wani lokaci za ka iya tashi da safe
Kana jin kamar za ka tashi da farin ciki
Kuma idan ka zauna cikin natsuwar tunani, farin ciki
yana bugawa a cikinka
Ba tare da wani kararrawa daga waje ba, sai na tashe
shi
Farin ciki ne na rai wanda ba za a iya misaltawa ba
Amma idan farin ciki yana da alaƙa da wasu yanayi
Ba ya tasowa daga irin waɗannan yanayi ba
A gaskiya ma, waɗannan yanayi sun yi aiki a matsayin
hanyar samun farin ciki
Abin da aka boye a cikin rai, na tono kamar pickaxe a
cikin kasan rai
Kuma an saki wani marmaro na farin ciki daga tafki na
farin ciki da ke boye a cikin mutum
Saboda haka, a cikin kwarewar ɗan adam, buƙatar
yawanci tana tasowa
Zuwa ga wasu abubuwan da suka faru don fitar da
wannan farin cikin da ke cikin zuciyarka

Soyayya kuma ta kasance ta halitta ta rai, amma ta
dogara ne da farin ciki
Babu soyayya idan babu farin ciki
Shin mutum zai iya tunanin soyayya ba tare da farin ciki
?ba

Idan muka yi magana game da azabar da kauna mara
ramawa ke kawowa

Muna magana ne game da wani buri da bai cika ba
Amma ainihin abin da ya faru na soyayya koyaushe
yana tare da farin ciki

Hankalina kamar zuma ne, yana tashi
Zuwa ga lambun zuciyata da ke boye
Wanda iskar kaunata ke girgiza shi
An kawata shi da lu'ulu'u na raba, dadinka
Na shuka muku kyawawan furannin lilies

Daga wariya ta ruhaniya
da kuma rawaya daffodils

Domin in shanye hawayen tubata
Kuma kyawawan violet, mafarkin tawali'u
Kuma zuciyata a buɗe take ga fahimtar rai
A gare ku nake mika muku bishiyoyin tunanina
Ya'yan itatuwa masu dadi na addu'o'i masu kamshi'
Da hannaye masu tawali'u da aka yi da rassan masu
.laushi da raba

Kuma a cikin lambun zuciyata
Tunanina kamar kudan zuma ne ke yawo a kusa da ni
An bugu a tsakiyar hadayun tsantsar nectar a gare ku
Duniya gaba ɗaya ta manta da ainihin ma'anar kalmar

""soyayya

An yi amfani da soyayya ba bisa ka'ida ba kuma mutane
da yawa sun wargaza zuciyarta har mutane kaɗan ne kawai
.suka san ma'anar soyayya

Kamar yadda ake samun mai a kowane ɓangare na
zaitun, haka nan soyayya ke ratsa kowace kusurwar halitta.
Amma soyayya tana da matukar wahala a bayyana ta,

saboda dalili ɗaya da kalmomi ba za su iya kwatanta
ɗanɗanon lemu ba; dole ne mutum ya ɗanɗana ɗanɗanon
'ya'yan itacen don ya san ɗanɗanonsa. Haka nan ya shafi
.soyayya

Duk kun taɓa fuskantar soyayya ta wata hanya a cikin
zukatanku, saboda haka kuna da ra'ayin yanayinta. Amma
mutane gaba ɗaya ba su san yadda ake noma, tsarkakewa,
.da faɗaɗa soyayya don isa ga kaunar Allah ba
Akwai walƙiyar kauna ta Allah a cikin mafi yawan zukata
a farkon rayuwa, amma yawanci ana rasa ta ne saboda
.mutum bai san yadda zai kula da ita ba
Yawancin mutane suna ganin babu buƙatar yin nazari
kan yanayin soyayya. Sun san soyayya a matsayin wani
yanayi da suke fuskanta ga danginsu, abokansu, da kuma
.waɗanda suke sha'awarsa sosai. Amma soyayya ta fi haka
Hanya ɗaya tilo da zan iya bayyana soyayya ta gaskiya
ita ce ta hanyar bayyana tasirinta, idan da ake mutum zai
.iya jin ko da ɗan karamin kaunar Allah ne
.Murna ta mamaye shi wanda ya fi karfinsa na riƙe shi
Dole ne mu kasance masu karfi wajen yin alheri da
koƙarin taimaka wa wasu. Mutumin da ke kula da kansa da
iyalinsa kawai ba zai sami farin ciki mai yawa ba, kuma idan
bai yi tunanin wani wanda zai iya shan wahala ba, yana hana
kansa farin cikin da ake samu a cikin rai ta hanyar mika
hannu ga waɗanda ke cikin buƙata. Sakamakon haka, jirgin
farin cikinsa zai kasance karami kuma abubuwan da ke
.cikinsa ba su cika ba
A gare ni, kuɗi yana da ma'ana ɗaya: amfani da shi don
yin alheri da kuma taimaka wa wasu
Waɗanda suke da gaskiya, gaskiya, kuma suke son yin
abota da kai saboda girmama ka ba don wata manufa ba,
.kalilan ne a wannan duniyar
Waɗannan abokai masu aminci su ne farin cikin duniya,
kuma abota ta gaskiya ta fi kowace dukiya a wannan duniyar
.girma

Wanda yake da gaskiya a cikin mu'amalarsa da mutane
zai sami Allah. Wanda yake da kauna a cikin zuciyarsa zai
san wasu da gaske, kamar yadda mutum yake gani ta cikin
gilashi mai haske kuma yana fahimtar abin da ke ciki.
Wannan irin ilimin wasu yana zuwa ne daga kaunar Allah da
.kaunar wasu da wannan kaunar
Miliyoyin mutane suna sha'awar abubuwan al'ajabi na
tunanin da ke bayyana yayin barci. Amma a cikin yanayi
mafi girma, za ka iya gani ko sanin abin da kake so ba ta
.hanyar tunani ba, amma ta hanyar gaskiya
Zan iya zama a kan wannan kujera in juya hankalina
zuwa ko'ina in ga ainihin abin da ke faruwa a wannan wurin
Wani lokaci almajirai suna rayuwa a cikin tunaninsu,
wani lokacin kuma suna hawa zuwa ga mafi girman sani.
Kuma akwai wasu zaɓaɓɓun mutane waɗanda suka iya wuce
mafi girman sani da kuma samun sanin sararin samaniya:
duniyar ruhun allahntaka, wanda ba shi da asali ko dalili
A cikin yanayi na sanin ruhi mai tsarki, mai neman abu
ba shi da buƙatar tunanin abubuwa a gaba domin ya
fuskanci su. Lokacin da suka haɗu da sanin sararin
samaniya, saninsu yana faɗaɗa kuma yana haɗuwa da
kowace kwayar halitta, kuma suna sanin duniya gaba ɗaya
da dukkan halittu. Wannan gogewa faɗaɗa sani ne ba tare
.da iyaka ba
Duk wanda ya fuskanci wannan sani yana jin cewa yana
wanzuwa a cikin zaruruwan ciyawa da kuma kan kololuwar
tsaunuka, kuma yana jin kowace kwayar halitta ta jikinsa da
kowace kwayar halitta ta sararin samaniya
Kana tsammanin kai karami ne, alhali kuwa a cikinka
!duniya mafi girma ta kunshe
Amma sanin sararin samaniya ya wuce haka nan ma.
Idan mai neman ya ji kasancewarsa a cikin dukkan rayuwa,
zai fuskanci jin daɗi mara iyaka da kuma babbar kaunar
.allahntaka

Kuma da kaunarki hankalina yana da hannu, kamar}
yadda yake da kyawunki dukkan halittuna suna cike da farin
{ciki

Yana haɗuwa da sanin Allah a ko'ina
Don haka ku yi kyakkyawan fata daga Allah kuma ku yi
fatan samun yardarSa. Kada ku yanke kauna game da
!cimma burinku

Mutum ba zai iya kasancewa tare da Allah ba kawai ta
hanyar tunanin cewa ya sami wayewar ruhaniya
Inganta kai da kuma kyautata ɗabi'a su ne muhimman
bukatu don isa ga manyan kasashe
Akwai babban bambanci tsakanin sanin Allah ta hanya
mai yiwuwa da kuma sanin Allah ta hanya ta gaskiya. Za a
iya saninsa ne kawai ta hanyar tawali'u, hikima, gaskiya,
.halin kirki, da kuma sha'awar zuciya
Mutum mai tawali'u shine wanda ya san Allah kuma
Allah ya gane shi

Wadanda suka zurfafa cikin sanin sararin samaniya ta
halitta suna haɓaka iyawa ta ruhaniya da iko akan ikon
halitta Duk da haka, babu wanda ya isa ga sanin allahntaka
na gaske da ke amfani da ikonsa don yin alfahari da nuna
.kansa, ba tare da hikima ko hankali ba

Mutane masu hikima sun fahimci cewa Allah shi kaɗai
ne wakili a cikin rayuwa kuma suna mayar masa da baiwar
.da ya yi musu amfani da ita cikin tawali'u

Shin duk abin da ke cikinsa ba mu'ujiza ba ne? Kuma
?shin mutum, kawai saboda wanzuwarsa, ba mu'ujiza ba ce
Idan ɗan adam bai gamsu da duk abubuwan al'ajabi da
?Allah ya halitta ba, me yasa waliyyai za su yi karin mu'ujizai

Waliyyan Allah masu adalci ba sa yin komai sai idan
Allah ya umarce su da yin hakan, wani lokacin kuma saboda
.dalilai marasa ma'ana da wahalar fahimta
Zan yi misali da yadda sani mai girma ya bambanta da
sani mai zurfi

Hankali mafi girma shine yanayin da zaka iya - yayin da
kake farkawa da barci da kuma cikakken sani - haifar da duk
wani jin dadi a jiki ta hanyar da ba ta dace ba kuma ba tare
da wani abin motsa jiki na waje ba
A cikin duniyar tunanin da ba a sani ba (a duniyar
mafarki), za ka iya shan kofi na madara mai zafi
Amma wannan jarabawar an dora maka ita a cikin mafi
girman sani, duk da haka, za ka iya fuskantar abu daya ko
.wani abu daban da gangan kuma da gangan
Hanya na iya zama kamar doguwa, amma tafiya ta mil
dubu ta fara da mataki daya. Muddin mutum ya ci gaba da
kasancewa mai kyakkyawan fata, babu wani cikas da zai iya
.hana cimma burin da ake so
Har yanzu ina tuna da rayuwar da ta gabata
A nan ne na nemi ku
Kuma ina tuna da dare da yawa
An kawata shi da taurari masu walkeya
Da kuma kallon alfijir
Wanda ke da rashin laifi
Kuma lokutan magariba masu jituwa
Tare da sautin kararrawar garken
Kuma shekarun da suka gabata da suka gabata
Da furanni da furannin bazara
iskar bazara
ruwan sama mai haske
Gungun kankara masu lu'u-lu'u
A lokacin hunturu
Ah, sau nawa na jira isowarka
Da zuciya tana rawa da farin ciki
!Raina kusan ya tashi da kewarki
Kowace dare, a lokacin barcinmu na kwanciyar hankali
da natsuwa, muna jin dadin dandano zaman lafiya da farin
ciki

Idan muka yi barci mai zurfi, Allah yana sa mu rayu cikin
wani yanayi mai kyau da natsuwa, wanda muke mantawa da
.dukkannin tsoro da damuwar wannan rayuwa

A cikin bimbini za mu iya fuskantar wannan yanayi mai
albarka na tunani ko da a lokacin farkawa, kuma mu dandani
.kwanciyar hankali daga wasu mata kai

Lokacin da farin ciki na Allah ya sauko, numfashina ya yi
sanyi, kuma ruhuna ya tashi, yana jin daɗin yin barci dubu a
lokaci guda, duk da haka ban rasa hankalina na yau da
kullun ba. Wannan kwarewar sararin samaniya an tanada ta
ne ga waɗanda suka zurfafa cikin zurfin samun mafi girman
.yanayin sani

Idan jikin mutum ya cika da tsananin farin ciki na Allah,
jiki zai yi shiru gaba ɗaya, numfashi zai daina gudana, tunani
zai natsu, har ma a hankali ya bace. Mai bimbini yana jin
gaskiyar ransa da kusancinsa da Mahalicci, don haka yana
shan ruwan daɗi na Allah kuma yana dandano farin ciki
.wanda adadin giya dubu ba zai iya bayarwa ba
Matsakaicin mutum yana jin bacci a iyakar da ke
tsakanin farkawa da barci, yana jin ɗan gajeren jin daɗi,
amma wannan jin yana bacewa da sauri yayin da yake shiga
cikin barci mai zurfi. Barci ba cikakken rashin sani bane
domin, yayin da kake farkawa, kana sane ko barcinka yana
.da natsuwa ko a'a

Akwai yanayi da yawa na barci—wasu haske, wasu
kuma masu zurfi. Amma abubuwan ruhaniya da mutum ke
fuskanta tare da Allah a cikin yanayi na sani sun fi daɗi da
wartsakewa fiye da babban farin ciki na barci ko barci (barci
ko barcin da ke gaban yin barci)

Ko da ba kai ne abin da nake so a gare ni kamar yadda)
(nake ji da gani ba

Idanuna ba su ga komai ba, kunnuwana kuma ba su ji
komai ba

Domin kin fi kyau ga idanuna fiye da barci
Kuma ya fi kyau ga zuciyata fiye da tsaro

Bayan asirai da asirai na barci akwai waɗannan farin ciki
masu tsarki

Ba za mu iya faranta wa kowa rai ba domin hakan ba zai
yiwu ba. Ina kokarin kada in bata wa kowa rai. Ina yin iya
.kokarina

Abin da zan iya yi kenan

Dole ne mu fara neman yardar Allah. Manufara ɗaya tilo
ita ce in faranta wa Allah rai. Ina amfani da hannuwana don
yin addu'a a gabansa cikin tawali'u, kafafuna don nemansa a
ko'ina, da kuma tunaninsa don yin tunani game da shi da
.kuma yin tunani game da abubuwan al'ajabinsa

Dole ne Allah ya kasance a gabanmu a cikin zukanmu
domin mu iya jin sa a matsayin zaman lafiya, kauna,
fahimta, kirki, tausayi, da hikima

Wannan, ba wani abu ba kuma, shine abin da na shaida
kuma na yi magana a kai. Baya ga tunani, ya kamata mutum
.ya ci gaba da kasancewa tare da mutane masu kyau
Bai kamata mu yi gudu bayan mutane ba, sai bayan

Allah

Idan ka ga waɗannan ra'ayoyin suna da amfani, ka
ɗauke su a matsayin albarka daga Allah, domin duk yabo
.yana zuwa gare Shi

Faɗa wa wasu game da shi; watakila za su sami abin da
kuka samu a ciki. Bai kamata mu manta da ba da taimako ga
waɗanda ke cikin bukata kowace rana, gwargwadon
iyawarmu ba. Muddin ina da kuɗi a aljihuna, ba zan daina
bayarwa ba, domin tushena mara iyaka kuma mara iyaka
.shine Allah

Dole ne mu san Allah kamar yadda manyan mutane
suka yi. Wannan yana yiwuwa ta hanyar tunani da kokarin
.kanmu

Akwai lokacin da nake tafiya a wajen gidan ibada ina
tunanin babban malamina, Sri Yuktiswar, wanda ya rasu
shekaru da yawa da suka gabata

Na ji wani babban sha'awa a gare shi, kuma na yi bakin
ciki da rashin kasancewa tare da ni don jin daɗin kyawun da
yanayin wurin ibada, sai kwatsam ya bayyana gare ni daga
:sama ya ce

Kana tsammanin kai kaɗai ne ke jin daɗin wannan"

"!kyakkyawan wuri? Ina jin daɗinsa kamar kai
Mai neman wanda ke son haɗin kai da Allah dole ne ya
yi koƙari ta hanyar yin bimbini da kaunarsa a kullum
Kuma ka kaunaci kowa da wannan kaunar
Wannan ita ce kawai hanyar da za a guji yake-yake
Haɗin kai na ruhaniya yana da mahimmanci, domin ba tare
da ruhaniya ta gaskiya ba babu farin ciki na mutum ɗaya ko
na duniya. Jima'i mai tsarki shine kawai mafita ga duk
.matsalolin jiki, na kuɗi, na aure, na ɗabi'a, da na ruhaniya
Farin ciki yana zuwa ne daga jin kusanci da Allah Dan
Adam ya daure kansa a bayan sandunan jahilci, kuma lokaci
ya yi da za a 'yanta daga wannan gidan yari mai wulaƙanci.
Dole ne hankali ya kasance yana fuskantar Allah, komai
.yanayin da ake ciki

Sa'an nan za ku ji babban kwanciyar hankali da farin ciki

Waɗanda ke sha'awar Allah, suka sadaukar da
rayuwarsu ga Shi, suka karfafa junansu da kuma wayar da
kan junansu, kuma suka ci gaba da tunawa da Allah su ne
masu farin ciki a wannan duniya kuma suka sami rabon
.ni'imar Lahira

Duk abin da ke wanzuwa girgiza ce kamar rakuman
ruwa wanda tunanin Allah ke jagoranta. Wannan girgizar mai
hankali ita ce Ruhu Mai Tsarki, ko kuma Ruhu mai aminci,
wanda mutum zai iya sadarwa da shi ta hanyar addu'a da
.bimbini

A cikin nutsuwar ranka da kuma cikin ruhin hankalinka,
.babu karshen labarin soyayya da cikakkiyar madawwamiya
Amma yana da wuya a sami Allah idan muka fara
neman kuɗi

Dole ne mu sanya Allah ya zama muhimmin ɓangare na
rayuwarmu, sannan za mu sami duk abin da muke bukata a
wannan rayuwar

Duk wanda ya sanya wa Allah wuri na dindindin a cikin
zuciyarsa, Allah zai sanya rabonsa ya yalwata daga
kyawawan abubuwan duniya da sammai, ya kuma buɗe
masa sararin samaniya mai faɗi inda ranakun hikima ke
haskakawa, yana haskaka hanyoyinsa da kuma kawar da
.duhun da ke kewaye da shi

Allah shine masoyi na har abada, kuma babu wani farin
ciki ga mutum sai idan yana kaunar Allah kamar yadda yake
kauna - akalla - mutanensa mafi kauna, domin ba tare da
Allah ba da ba za mu san yanayin kauna ba kuma ba za mu
ɗaɗana ɗaɗanonta ba

Dole ne mu koyi amfani da nufinmu da kuma mayar da
hankalinmu domin neman Allah da dukkan zukatanmu
Sha'awa ce ke sa ayyukan ɗan adam su faru, kuma
waɗannan halaye koyaushe suna tilasta masa yin abin da ba
.ya so ya yi

Hakika, mutum babban makiyinsa ne, kodayake bai san
hakan ba. Bai san yadda zai zauna shiru ko ya keɓe lokaci ga
Allah ba, duk da haka yana tsammanin samun farin ciki da
!kuma tabbatar da shigarsa Aljanna nan take

Ba za a iya samun kwarewa mai tsarki ta hanyar karanta
littattafai ko sauraron wa'azi kawai ba

Ko kuma kawai yin ayyukan alheri Waɗannan duk suna
da amfani, babu shakka, amma ba su isa ba Haɗuwa da
.Allah yana buƙatar mai da hankali sosai da tunani mai zurfi

Rayuwa babban mafarki ce

Ka yi tunani! Shekaru da dama daga yanzu,
wanzuwarmu za ta zama mafarki, kuma duk abin da muke yi
.yanzu zai zama wani ɓangare na wannan mafarkin

Ko da manyan mutane sun zama siffofi ne kawai na
sanin ɗan adam. Amma waɗannan manyan mutane sun
cimma burinsu na karshe saboda sun kai matsayi mafi girma

kuma suna rayuwa cikin ruhi, tare da sanin duk abin da ke
.faruwa, domin sun haɗu a cikin sanin allahntaka
Duk wanda ya yi kokarin daidaita su ta hanyar
ra'ayoyinsu da koyarwarsu, ba makawa zai ji kasancewarsu,
ya jawo musu albarka, kuma ya san cewa suna da alaƙa da
.su a zahiri

Rayuwa babban mafarki ce Duk da haka, idan mutum ya
kalli jikinsa kuma ya ga yana da karfi da rayuwa, sai ya sami
karfin gwiwa a kan gaskiyar wannan mafarkin. Suna ganin
dole ne su mallaki wannan ko wancan abu don su yi farin
.ciki

Amma komai yawan buƙatu da yake cikawa, ba zai sami
farin ciki ta cikinsu ba. Yawan samun mutum, yawan
sha'awa. Dole ne a inganta sha'awa, kuma a sauƙaƙa
rayuwa idan mutum yana son rayuwa cikin jin daɗi,
.kwanciyar hankali, da gamsuwa ta ciki

Littattafai sun ce mutumin da sha'awarsa ke gudana a
ciki koyaushe (zuwa ga ransa) mutum ne mai babban
kwanciyar hankali a ciki. A cikin wannan, suna kama da teku,
wanda ba ya canzawa ko raguwa, amma yana cike da ruwa
wanda ke gudana a cikinta ba tare da bata lokaci ba. Amma
mutumin da ya kirƙiri ramukan sha'awa a cikin tafki na
kwanciyar hankalinsa kuma ya bar ruwa mai mahimmanci ya
zube ya bace bai san komai game da kwanciyar hankali na
.ruhaniya da farin ciki na ciki ba

Muna buƙatar jagora daga waɗanda suka san Allah,
waɗanda suke da ikon yin magana da Shi kuma suna jin
kasancewarsa a sane
Annabawa sun roke mu mu nemi Allah cikin kwanciyar
hankali

A cikin kaɗaici na rai, inda ruhu mai aminci da farin ciki
na ruhaniya mafi girma ke zaune
Masu wayewa suma suna goyon bayan waɗannan
ra'ayoyin
Suna jaddada muhimmancin zurfafa tunani

Don fahimtar mafi girman kai a cikin zurfin rai
Ba na son mutane su yi tunanin za su iya samun ilimi ta
hanyar sauraron wasu ko karanta littattafai. Dole ne su yi
.amfani da abin da suka karanta da kuma abin da suka ji
Zuwa wuraren ibada ya fi yin hira marasa amfani
Amma ko a wuraren ibada, dole ne mutum ya taɓa
kuma ya ji kasancewar Allah a cikin zuciyarsa
Fuskantar motsin rai da kuma nazarin hankali ba za su
iya ba mu ilimin allahntaka da rayukanmu ke sha'awar samu
ba

Lokacin da muka mika kanmu ga Allah muka yi
bankwana da sha'awar son kai da kuma lokacin da muka
tabbata cewa Allah yana tare da mu koyaushe
Yana zaune a cikin rayukanmu kuma yana karfafa mu
da tunani da ji masu kyau da daraja. Za mu sami farin ciki da
'yanci, kuma za mu shaida fitowar hikima a sararin
.samaniyar rai

Bera da ya zama damisa
Kamar yadda mai hikima Paramhansa Yogananda ya
ruwaito

Tun da daɗewa, a cikin daji, akwai wani gidan dabbobi
da wani mutum mai tsarki ya zauna wanda ya san Allah.
Wannan mutum mai albarka yana da hikima mai girma da
iko na allahntaka, kuma babu wanda ya zauna kusa da shi
.sai karamin beraye mai tawali'u

Almajirai da yawa da sauran waɗanda ke son ganin
waliyyin sun yi karfin halin ziyartarsa, duk da kasancewar
damisa masu mugunta da sauran dabbobin daji, waɗanda
kaunarsu gare shi ta jawo su. Za su kawo furanni da 'ya'yan
itace a matsayin hadaya. Duk waɗanda suka ziyarci waliyyin
sun yi mamakin kusancin da ke tsakaninsa da linzamin,
kuma za su jefa wasu gutsuttsura ga linzamin waliyyin mai
.tawali'u

Wata rana, yayin da wasu almajiran suka ziyarci
malaminsu a wurin zamansa na kaɗaici, wata kyanwa ta bi

wani linzamin kwamfuta da ya zo yana ihu a kafafun mai hikimar, yana neman kariya. A wannan lokacin, a gaban idanun almajiran da suka yi mamaki, waliyyin ya mayar da linzamin kwamfuta mai tsoro zuwa babban kyanwa mai karfi! Ta hanyar wani mu'ujiza, linzamin kwamfuta ya yi tafiya cikin 'yanci a tsakanin kyanwa, ba tare da wata matsala ba. Ya yi farin ciki da wannan sauyi, kuma abin da ya dame shi shi ne radawar almajiran, waɗanda suka yi masa kyafuƙƙa suka nuna masa, suna kiransa kyanwa daga .linzami

Bayan wani lokaci, waɗannan almajiran suka sake zuwa ziyartar malaminsu, sai ga kungiyar kerkeci suna bin beran kyanwa, waɗanda suka yi ihu da karfi, suna rokon kariya a kafafun waliyyin. Sai waliyyin ya ce masa, "Ka zama kerkeci." Nan da nan, almajiran da suka yi mamaki suka ga beran kyanwa ya canza zuwa kerkeci a gaban idanunsu. Kerkeci kuma sun yi mamakin wannan canjin nan take na abin farautarsu, amma sun ji takaici suka koma suna jin yunwa A karshe, kerkeci ya yi yawo cikin 'yanci tare da sauran kerkeci, yana cin abinci tare da su yana kallon .kananan dabbobi

A wani lokaci kuma, waɗannan ɗaliban da suka shaida mu'ujizai biyu da suka gabata suna karatu tare da malaminsu a tsakiyar darasin, sun firgita ganin wani babban damisar Bengal tana bin berayen kerkeci, wanda, kamar yadda aka saba, yana gudu da sauri zuwa kafafun malamin yana neman kariya. Malamin, ya sake amfani da ikonsa na mu'ujiza, ya tsayar da damisar a kan hanyarsa ya yi wa kerkeciinsa magana, yana cewa, "Berayena mai kauna, wauta ce a gare ni in ci gaba da kare ka daga maƙiyanka Tun daga wannan lokacin, ina so ka zama damisa" Da zarar ɗaliban suka kwantar da hankalinsu, suka fara dariya suna cewa wa junansu, "Aljanna mai kyau! Kalli damisar mai karfi ta waliyyai! Kawai bera ce da waliyyai suka rikide ta zama "!damisa

Da lokaci ya shude, baki zuwa gidan ibada sun fahimci
cewa damisar da ke tsaron wurin a zahiri karamin linzami ne
da malamin ya daga zuwa matsayin damisa. Manyan dalibai
za su kwantar da hankalin sabbin shiga gidan ibada, suna
gaya musu: "Kada ku ji tsoron damisa, ba damisa ba ce,
"amma linzami ne da malamin ya ba wa hoton damisa
Wannan beraye mai cin zarafi a karshe ya gaji da
wulakancin jama'a, sai ya yi tunani a ransa: "Ah, da zan iya
kashe waliyyin da kansa, to da na kawar da dalilin baƙin
".cikina

Da zarar wannan tunanin ya faɗo masa a rai, sai ya yi
wa mai hikimar hari, yana nufin ya kashe shi. Amma mai
hikimar yana jiransa, domin yana bin tsarin tunaninsa kuma
ya san manufarsa, don haka nan da nan ya san abin da ke
cikin zuciyar damisar tasa mai rashin biyayya, sai ya yi masa
"ihu, yana cewa: "Ka koma kamar yadda kake
Kuma abin da ya faru kenan, kamar yadda a cikin
kiftawar ido aka sake rikidewa damisar mai girman kai zuwa
!beraye masu tsoro
Kowa yana son kuɗi fiye da ɗayan kuma idan ya same
shi, ba ya gamsuwa saboda sun gano cewa wani ya fi shi
.arziki

Mutane suna rayuwa cikin mawuyacin hali na abin da
suka kirƙira da kuma kirƙirar sha'awarsu
Dole ne mu gamsu da abin da muke da shi domin
abubuwan duniya ba sa kawo farin ciki, amma sau da yawa
suna ninka damuwar mutum kuma suna kara masa damuwa
.da tsoro

Hanya zuwa ga Allah ita ce hanya mafi sauƙi kuma mafi
sauƙi, duk da haka kaɗan ne ke bin ta duk da yawan al'adu
da ka'idodi na addini
Ya fi kyau mu mayar da zukanmu ga Allah mu roke Shi
abin da ya fi kyau kuma mafi ɗorewa a gare mu
A gaskiya, Allah yana jiran mu domin yana son ya
nisantar da mu daga mugunta da haɗari. Yana son mu

kasance tare da Shi a cikin zukatanmu da tunaninmu domin
kayan duniya masu arha ba za su iya gamsar da sha'awar
.ɗan adam ko cike gihin ruhaniya ba
Abin da yake ji a zuciyarsa

Allah yana yi mana magana a koyaushe, amma kaɗan
ne ke jin muryarsa

Wannan muryar mai natsuwa sau da yawa tana nutsar
da ita da hayaniyar tunani mai hayaniya da kuma sha'awa
.mai ban mamaki

Amma idan tunani ya lafa kuma sha'awa ta kwanta,
muna jin muryar Allah a sarari, duk da cewa shiru ne kuma
yana da rauni

Hakika, Allah yana yin komai don taimaka wa ɗan adam;

Yana buɗe musu kofofi kuma yana haskaka hanyoyinsu
Domin ya ga wuraren da mata kansa suka tsaya, don
kada ya yi tuntuɓe ko kafarsa ta zame, amma yawancin
mutane ba su fahimci wannan gaskiyar ba
Duniya gaba ɗaya tana cikin rudani da rudani saboda
son kai da kwadayi da ke haifar da yake-yake. Babu wani
.abu da ke haifar da yake-yake

Babban jarumi a yaƙin rayuwa shine wanda ya ci nasara
a kansa kuma ya shawo kan sha'awarsa
Kudi, shahara, sha'awa, da duk abin da ya saɓa wa
wannan ka'ida suna da illa ga zaman lafiyarmu da farin
.cikinmu

Da mutane suka koyi yin tunani akai akai game da
ainihin dabi'un rayuwa, da sun sami farin cikin da suke nema
Amma sun kauce daga niyya kuma sha'awar duniya ta
tafi da su

Na gano cewa babu wata jarabawa da za ta iya kai ni ga
barin hanyar da na zaɓa da kuma hanyar da na ɗauka don
kaina

Zan iya jan hankalin dubbai da ikon da Allah ya ba ni,
.amma wannan matakin zai yi mini illa

Koma dai mene ne, ba na son in jawo hankalin dubbai

.da kuma jan hankalin su

Ina son ganin almajirai masu gaskiya waɗanda suka

dage sosai a kan Allah

Waɗanda suke kaunar Allah za su ji daɗin waɗannan

tunanin, kuma waɗanda sha'awarsu ta daɗe za su ji albarkar

Allah

Kasancewarsa a bayyane take ta hanyar waɗannan

koyarwar

Ba zai yiwu mutum ya yaudari Allah ba domin yana

bayan tunaninsa kai tsaye kuma ya san abin da ke faruwa a

zuciyarsa da kuma abin da yake so

Idan ya bar duniya ya kuma yi sha'awar jituwa ta

ruhaniya, Allah zai zo gare shi

Idan wannan sha'awar ta yi tushe a cikin zuciyar wanda

yake so, Allah zai zo cikin wannan zuciyar ya cika ta da

.alheri da albarka

Abubuwan duniya suna ba da kwanciyar hankali na

karya da gamsuwa mai jinkiri kawai. Manufar gaskiya guda

ɗaya da mutum zai rayu ita ce ya kasance cikin jituwa da

.Mahaliccinsa kuma ya sami tagomashinsa

Wannan yarjejeniya dole ne ta zama alkawari na har

abada kuma yarjejeniya marar karyawa

Ya Ubangiji, ka sanya ni mai haske da tsarki domin in

haskaka hasken warkarwarka a cikina

Ka kwantar da hankalina, wanda ke girgiza da damuwa,

domin ya nuna fuskarka mara iyaka

Buɗe tagogi na bangaskiya a cikin raina domin in shaƙa

kamshin salamarki

Na fahimci cewa manufar rayuwa ita ce sanin Allah

kawai

Akwai mutanen da ba za su iya yarda cewa sanin Allah

shine babban burin rayuwa ba Amma babu wanda zai iya

musanta cewa manufar rayuwa ita ce samun farin ciki Kuma

ina cewa da cikakken kwarin gwiwa da tabbacin cewa Allah
shine babban farin ciki

Ita ce mafi girman ni'ima

Soyayya ce ta duniya baki daya. Farin ciki ne na har
abada wanda ba ya barin rayukan wadanda suka yi daidai da
shi. Don haka me zai hana mu yi kokarin samun wannan
?farin ciki na karshe

Babu wani kuma da zai iya ba mu shi. Dole ne mu ci
.gaba da kula da kuma gina shi a cikin kanmu

Duniya koyaushe tana kokarin ba wa mutane jin
dadin, amma irin wadannan jin dadin na dan lokaci a
karshe suna haifar da nadama, daci, da nadama Ko da
wadanda suka fi sa'a, wadanda suka yi kama da suna da
komai, kila har yanzu ba za su yi farin ciki da gaske ba kuma
ba za su gamsu da abubuwan duniya na dogon lokaci ba,
domin ba sa kashe kishirwa ta gaske ko kuma su biya
.yunwar ruhaniyarsu

Da zarar mun mai da hankali kan abubuwan waje, haka
.nan za mu rage jin daukakar ciki

Wanda za mu iya fuskanta ta hanyar dandana ni'imar
har abada ta ruhun allahntaka

Da zarar mun juya zuwa ciki, haka nan matsalolin waje
da muke fuskanta ke raguwa. Daidaito ce ta dindindin,
amma yawancin mutane ba sa fahimtar wannan gaskiyar
saboda tasirin abota ta duniya, al'ummar da suke rayuwa a
.ciki, da kuma halaye marasa kyau

Al'umma tana sa mutum ya nutse cikin al'amura na
zahiri ba tare da ya bar shi ya yi tunani game da zurfafa
gaskiya ba

Har ma wurare na ruhaniya wasu suna ziyartar su ba
tare da sha'awar gaske ta amfana daga yanayinsu mai
albarka ba

Ba su amfana da komai daga wadannan ziyarar ba
Wadanda ke son ganin Allah za su same shi a ko'ina
halayen dan adam suna lalatarwa kuma suna cutarwa

Mafarauci mai mugunta wanda ke lalata, lalata,
sharewa, kuma yana halaka
Lokaci ya yi da mutane za su koyi yadda za su yi farin
ciki da gamsuwa da abin da suke da shi
Bai kamata mu yi sha'awar komai ba fiye da abin da ya
zo mana. Allah mai karimci ne; Ya san abin da muke bukata
kuma yana ba da shi a kan lokaci. Wannan ba yana nufin ya
kamata mu dogara ga Allah ba tare da yin wani kokari ba -
ba ko kadan ba. Yana nufin ya kamata mu yi iya kokarinmu
mu bar sauran ga Allah, wanda ba zai taɓa hana mu abin da
.muke bukata da wanda muka cancanta ba
Hanya mafi kyau ta zama mai farin ciki har abada ita ce
jin kasancewar Allah Babban burinmu ya kamata ya zama
.sanin Allah da kuma kudurin kasancewa tare da shi
Ya kamata Allah ya kasance yana da matsayi na farko
kuma mafi girma a cikin tunaninmu da ji, kuma ya kamata
mu yi la'akari da Shi a matsayin ginshiki mafi karfi da karfi a
rayuwarmu

Allah, cikin rahamarsa mai girma
Yana ba mu farin ciki da wahayi
Kuma yana bamu rayuwa ta gaske
Hikima ta gaskiya
Kuma farin ciki na gaske
Fahimtar gaskiya ta hanyar
Duk abubuwan da suka faru daban-daban a rayuwarmu
Amma daukar Allah ba a bayyana ta ba
Sai dai a cikin natsuwar ruhaniya da rai ke ji
Kuma a cikin kokari mai mahimmanci don daidaita shi
A nan muke tsaye fuska da fuska da gaskiya
A kasashen waje, mafarkai suna da karfi sosai
Kadan ne kawai ke iya kawar da su
Tasirin muhallin waje
Duniya ta ci gaba da rikice-rikice marasa iyaka
Kuma abubuwan da ya fuskanta marasa adadi
Muryar Allah tana bayan bayyanar rayuwa

Kullum yana kiranmu yana yi mana magana
Ta hanyar furanni da littattafai masu tsarki
Daga lamirinmu
Kuma ta hanyar duk kyawawan abubuwan
Wanda ke sa rayuwa ta zama mai daraja
Nightingale na Sama

Ni ne kwarkwararka ta dare, ina hawa zuwa sama ta
kasancewarka ta sararin samaniya, ina neman d'igon ruwan
ruwan gaskiyarka akai-akai

Na yi maka addu'a da kwarin gwiwa don ka saukar da
rahamarka daga cikin girgije mai zafi na shiru
Kuma kasancewar ina jin kishirwa sosai, na yi sha'awar
.karɓar kowane muhimmin abu na saninka game da kai
Kai, yadda na yi marmarin jin kasancewarka a cikina da
!kuma kewaye da ni

Kishirwa ta ta'azzara ta kare ne kawai lokacin da
taɓawarka ta sanyaya raina mai zafi da kuma kasancewata
cikin sha'awa da sha'awa. Lokacin yanke kauna da rashin
bege ya wuce, kuma bushewar wahalar da nake sha ta bace
.da ruwan salamarka

Kuma yanzu ina shawagi a hankali ina tashi sama, ina
rera wakokin gamsuwa da gamsuwa

Ni ne kwarkwararka ta dare wadda ke shan ruwan
ta'aziyyarka kawai wanda ke gudana ba tare da tsayawa ba
daga kololuar rayuwarka

Son kai na mutum d'aya, na masana'antu, da na siyasa,
da kuma motsin rai da ke ruruwa sakamakon ruɗani na
fifikon wata kabila akan wata, da kuma cinikin imani da
koyaswa duk sun haifar da rarrabuwa da rabuwar kawuna
tsakanin mutane da jinsi, kuma sun wargaza duniya da yaƙe-
yaƙe. Sakamakon haka, lalacewar tattalin arziki, jahilcin
.ruhaniya, da kuma baƙin ciki na gama gari suna faruwa
Habaka haɗin halaye na ruhaniya, ingancin kayan
duniya, da halayen d'an adam masu daraja—irin da muke
gani yana bayyana a rayuwar mutanen da suka yi nasara—

shine ainihin rayuwa mai farin ciki kuma zai samar da mafi
.kyawun mutane

A kowane lokaci, a ko'ina

Dole ne mu rungumi ra'ayoyin tunani mai kyau,
kyawawan halaye, da kuma tausayin wasu na gaske
Hakika, ana d'aukaka d'an adam ta hanyar adalci,
tausayi, da kuma daidaito da daidaiton ci gaban abubuwan
duniya na kayan duniya

Bangarorin tunani, ruhaniya, da d'abi'a na mutuminsa

Babban burin dukkan bil'adama shine cimma zaman

.lafiya, gamsuwa, tsaro, ilimi, da kuma rashin mutuwa
Kuma a cikin wannan sha'awar kamalar da ke boye a
cikinmu akwai siffar Allah

Wannan hoton mai albarka yana f'okarin bayyana kansa
ta hanyar mutanen da suka dace da yanayinsu mafi girma
Tsarin al'adu (pluralism) shine dokar yanayi, kuma haɗin
kai yana kaiwa ga cikakken

Da rabuwa da rabuwa, duniya ta zama kamar tukunya
mai tafasa da kumfa da azaba saboda wutar yake-yake da
mutuwa

Rayuwa mai kyau wadda ke haɗa zukata, tana kusantar
da rayuka, kuma tana haɗa su da gaskiya
Ita ce hanyar zuwa ga farin ciki, zaman lafiya, da kuma
har abada

Babu abin da zai iya bamu gamsuwa ya kuma share
mana hawayen wahala daga idanunmu sai Allah kaɗai
Ran d'an adam wani f'angare ne daban da na duka kuma
dole ne ya koma ga duka don ya zama cikakke. Nemanmu
na farin ciki ya kamata ya kai mu ga Allah, tushen dukkan
.farin ciki

Dole ne a kawar da kishinmu ga ilimi daga tushen
hikimar Allah. Zaman lafiyarmu zai cika ne kawai idan aka
.haɗa ta da salamar Allah wadda ba za a iya kwatantawa ba
Rayuwarmu tana buƙatar wanzuwar Allah domin ta
zama madawwamiya, kuma saninmu zai ci gaba da

faɗaɗawa da faɗaɗawa lokacin da ya taɓa kuma ya haɗu da
sanin sararin samaniya. Farin cikinmu zai kasance marar
iyaka kuma zai karu sau miliyoyi idan aka haɗa shi da farin
.ciki na allahntaka

Cikin da aka kashe da kwadayi

Akwai wani mutum mai hikima da ya ci abinci tare da
mai zarin ci, sai mutumin mai hikima ya ce: "Ina son wannan
".abincin mai daɗi

Amma bai ci abinci mai yawa ba. Game da mutumin da
ke da yawan cin abinci, bai taɓa ɗaɗana irin wannan
.abincin mai daɗi a rayuwarsa ba

Ya ci gaba da cin abinci har sai da ya cika ya mutu
.sakamakon cin abinci. Allah ya kiyaye rayuwarka

Mutum mai hikima da son rai yana jin daɗin abincin,
amma ba tare da sha'awar da ta lalata mai cin zali ba.
Mutum mai hikima yana cikin jituwa da kuzarin ruhaniya mai
gaskiya wanda ke ciyar da ransa da kuma karfafa kwayoyin
jikinsa, kuma idan ya ci abinci, yana yin hakan a matsakaici
don kada ya hana ko hana kwararar kuzarin sararin
.samaniya da ya sani yana isa gare shi

Ba lallai ba ne a bar komai a yi rayuwa mai wahala
domin a rayu cikin rayuwar ruhaniya, amma ya zama dole a
.tuna cewa mutum ba ya rayuwa da burodi kaɗai

Aljannar soyayya da aljannar farin ciki

A cikin hasken haskenka mai albarka, ina mika addu'o'in
raina

Kuma ina rokonka ka karɓi tayin zuciyata cikin tawali'u

Ka nisantar da fatalwar duhu daga gare ni

Ka dube ni daga idanun sama

Daga cikin zuciyata da kuma yadda nake ji

Ka nuna mini kaunar da nake yi maka a cikin haikali

Albarkace ni domin in ga alheri

Ina tunanin abubuwa masu kyau

Kuma ka yi abota da mutane nagari da nagari

Kuma don in yi muku addu'a

Ya kai wanda shine tushen dukkan alheri da adalci
Da yardarka, za a kore ni daga wurin tsarkin raina
Duk ra'ayoyin da suka bambanta
Kuma ina jin dadin kasancewarka mai albarka a cikina
Zan iya rayuwa a cikin aljannar farin ciki
Tunani masu daraja da daukaka suna zuwa gare ni
Yafa min kamshin ni'imarki
Bari kaunarka mai tsarki ta lullube ni koyaushe
Albarka ta tabbata a gare ni domin in rayu a cikin
aljannar soyayya
Jin dadin kasancewarka ta allahntaka
Kuma zaman lafiyarka ta sama
Kuma domin in fahimci cewa ni ruhi ne marar mutuwa
Kuma ina rayuwa ta hanyar haskenka
Kuma ina rayuwa da albarkar ka
Allahna kaunatacce
Daga Lambun Alfijir
Zan debo miki furanni masu haske
Don mika shi a matsayin hadaya mai tawali'u
A kan kafafunka
Bari tauraro mai karfi na kaunata a gare ku
Yana ci gaba da karuwa da karfi
Ta hanyar yanayi na mamaki
Kuma mantuwata da ke
Kuma yana kawar da duhunsu
Kada ka manta da ni
Ko da na manta da ke
Ka tuna da ni
Ko da ban ambaci ka ba
Allah shine abu mafi daraja a rayuwata
Yana mulki mafi girma a cikin lamirina
Kuma kalmomin hikima suna karfafa ni
Yana shiriyar da ni zuwa ga hanya madaidaiciya
Wanda ya kamata in dauka
Rayuwa mai daidaito

Wanda ke la'akari da dukkan dokokin allahntaka da na
halitta

Yana hada ayyuka da natsuwa
Yana kawo farin ciki kuma yana cika kaddarar dan adam
Ba za a iya ganin gida mai cike da kayan ado a cikin
duhu ba

Saboda haka, ba za a iya jin kasancewar Allahntaka ba
Muddin daren jahilci ya ci gaba da yin nasara
Idan fahimtarmu game da Allah ba gaskiya ba ce
Don haka ba za mu iya cimma ayyukanmu na yau da
kullun ba tare da shi ba
A bayyane yake, ba mu ji wata alaƙa tsakanin Allah da
rai ba

Idan muna da buri kuma muka naɗa shi da ra'ayin yi wa
wasu hidima

Muna taimakon kanmu ta hanyar taimaka wa wasu
,Ya Ubangiji

Tare da yaduwar hasken rana mai mahimmanci
Zan yada hasken bege a zukatan talakawa da wadanda
aka kora daga matsuguninsu

Haska fitilun kuduri da amincewa da kai
A cikin zukatan waɗanda suke tunanin sun gaza
Idan muka fahimci cewa rayuwa makaranta ce ta
ilmantarwa da cika ayyuka

A lokaci guda kuma, mafarki ne mai sauri
Sannan za mu san cewa Allah yana tare da mu
Ya kamata rayuwa ta dogara ne akan hidima
Ba tare da wannan kyakkyawan manufa ba
Tunanin da Allah ya bai wa dan adam ba zai cimma ba
Dalilin da ya sa aka kirƙira shi
Mika wuya ga Allah yana ba mutum damar cika dukkan
ayyukansa

Da jin daɗi da godiya ga Allah
Ta hanyar mika wuya ne kawai za mu iya samun zaman
lafiya

Zan kone dukkan raunin hankali da dabi'a
A cikin wutar kira
Domin sai dai idan na kawar da wadannan raunin
Ba zan iya ganin harshen wuta na Allah ba
Ya Ubangiji
A yau zan kuduri aniyar cimma takamaiman abubuwa
Sai na yi abin da na tsara
Da farko zan tabbatar da cewa niyyata ta yi daidai
Sannan zan ji karfinka
Kuma da taimakonku da albarkar ku, zan cika abin da
nake niyyar yi

Waswasi da Iska

Jagora Paramhansa Yogananda

Fassarar: Mahmoud Abbas Masuud

**Karamin girman kai zai iya yawo, yana cewa da
girman kai da girman kai: Ni ne kai!**

**Amma zan nemi sanin ainihin kaina, wanda
yake da kamshi da dukkan nau'ikan furanni na
alheri da tawali'u**

**Ya Allah, ka bayyana mini ainihin asalina, kuma
ka bar ni in ji ka yi rada a cikin zurfina, kana cewa:
Ni ne misalinka kuma kai ne siffara!**

A cikin lambun mafarkin dare

**A cikin lambun mafarkina na dare, furanni da
yawa suna fure: furanni masu ban mamaki na
tunanina A can, inda hasken duniya mai dumi ke
haskakawa, furannin bege na duniya suna
bayyana, suna yadda furanni masu haske na
gamsuwa da gamsuwa**

**A cikin hasken wadannan mafarkai, na hango
fuskokin kaunatattun da aka manta, da kuma
motsin zuciyar da aka kaunace su da aka binne tun
da daɗewa a cikin kasan wadanda ba su sani ba -
duk suna tashi cikin riguna masu sheki. Kuma a**

cikin amsa kiran mala'ikun mafarkai, ina shaida tashin dukkan gwaje-gwajen da suka gabata.

Ya Ubangiji, ka ba mu 'yancin manta da matsalolinmu na yau da kullun tare da ziyartar kasar mafarki dare da rana. Ka taimake mu mu farka zuwa gare ka mu kuma kubuta daga bakin cikin ɗan adam har abada.

Kana jiran dawowata

Ya Mafaka ta Allah! Ina cikin teku na rayuwa, ina jujjuyawa da guguwar wahala mai karfi. Ko ina shawagi a kan rakuman jin daɗi ko kuma ina nutsewa cikin zurfin bakin ciki, ina sha'awar tserewa daga wannan biyun ta hanyar isa ga bakin teku mai girma da ban mamaki. Da kowace nishi ta rokona, ina kusantar ku koyaushe, mafakata kaɗai.

Ba zan daina kokarin ba domin na san cewa kuna sha'awar zuwana kuma kuna sha'awar dawowata!

tsuntsun aljanna

Ni tsuntsu ne na aljanna: tsuntsun sama da hannuwanka masu albarka suka kera

Ta kawata ni da kyawawan launuka da launuka masu kyau: da taushi da gashin fuka-fukan zinariya na furen ruhaniya

Na tashi sama cikin yanayi mai duhu da ban mamaki na rayuwa don neman aljannar ni'ima, kuma gashin fuka-fukan na masu haske sun yi wa duhun bakin ciki fenti.

Zo, ya Allahna, ka wanke tsuntsun aljannarka da hasken hikima da ruwa mai tsarki, mai daɗi na salama

Mai sassaka Allah

Bari kowace bugun zuciyata ta zama sabuwar kalma a cikin wakar kaunar da nake yi maka har abada

Bari kowace murya da lebungana ke furtawa ta isar da sautin murya mai albarka daga muryarka mai tsarki

Bari kowane tunanina ya cika da farin cikin kasancewarka

Bari nufina ya kasance mai karfi da karfin ikonka na allahntaka

Ka kawata dukkan tunani na, maganganu, da burina da rahamarka

Ya mai sassaka mafi tsarki na allahntaka, ka tsara rayuwata yadda ka ga ya dace, bisa ga tsarinka na musamman

Kai ne mai kare ni

Ya Ubangiji, ka taimake ni kada in tada namomin fushi da sha'awa a cikin rayuka marasa tsari. Amma idan suka kai mini hari, zan nemi mafaka a cikin kogon dutse na kariyarka a cikin raina.

Ya Allah Mai Kare! Ba tare da Kai ba, ba zan sami aminci ko tsaro ba, ko da a cikin kagara mafi karfi na ɗan adam. Ka zama abin kariyata da garkuwata mai karfi daga harsasai masu fashewa na wahala. Ka albarkace ni, domin in warkar—ta hanyar tiyata mai tsarki—duk waɗanda ke fama da raunuka da barayin rayuwa

farin ciki mai tsarki

Idan mabiyanka suna cikin addu'a, ina tattara hasken farin ciki mai tsarki daga idanunsu in haɗa su da sha'awar ruhaniyata don in ba su abin sha mai wartsakewa ga tunanina mai kishirwa; domin su sha har sai sun bushe, kuma azaba da tsoro suka bace.

Kuma ga waɗanda ke neman ta'aziyya da jin daɗi, ina ba da wannan abin sha mai sihiri a cikin kofuna masu haske na gaskiya da kyakkyawar niyya

Allah duk wanda ya sha wannan elixir mai albarka ya sami farin ciki mai dorewa, yana mantawa da matsalolinsa kuma yana kawar da radadinsa!

Ka tsarkake ni a cikin tanderun bala'i

An narkar da karfen da ba a iya amfani da shi a rayuwata a cikin tanderun bala'i da jarabawa, kuma duk karya tana cikin wutar abubuwan da suka faru da buri masu tsarki.

Mahalicci na Allah, ka cece ni daga raunin ɗan adam ka ba ni wasiyya mai karfi kamar karfe da kudurin ruhaniya kamar karfe mai tauri. Ka taimake ni in sake fasalin ainihina mai kyau zuwa kayan aiki masu inganci na horar da kai da kuduri na gaske.

Kuma da takobin daidaiton tunani, zan lalata makiyana na ciki - halaye masu zafi na - waɗanda ke jirana kuma suna kokarin hana ni ci gaba da tunanin kai kaɗai

Ka zama ranata da watata

Ya Ubangiji, ka aiko min da hasken hikimarka domin ya jagorance ni cikin kwanakin farin cikina na cimma nasara, da kuma hasken wata mai rahamarka don ya haskaka hanyoyina cikin duhun dare na bakin ciki

Zo gare ni

Shin wayewar wannan rana za ta fashe, lokacin da ambaton sunanka mai albarka zai haifar da ambaliyar hawaye da za su mamaye bakin jahilcina su jika zuciyata?

Sa'an nan, a cikin tafkin hawayena da suka taru, furannin hikima masu tsarki za su yi girma, kuma haskensu zai kawar da duhuna har abada.

Ya Uwa ta duniya wadda ta mamaye dukkan rayuwa, ki zo gare ni, domin babu abin da zai iya goge bakin cikina ya kuma kawar da bakin cikina

sai fuskar rahamarKa mai cike da dukkan komai da kuma tausayinka mara iyaka

Alamun da ba za su iya karyewa ba

Ka koya mini, ya Ubangiji, in sami haɗin kai na da Kai cikin kwanciyar hankali da hayaniyar duniya. Ko shiru ko hayaniya suna kewaye da ni ba kome ba ne, matuƙar zan iya jin kasancewarka mai cike da komai a ko'ina da kuma a kowane lokaci.

Don haka bari in yi aikina cikin farin ciki

Kana aiki ba tare da gajiya ba kuma kana kawo murmushi ga miliyoyin zukata masu farin ciki. Ka albarkace ni domin in sami - kamar kai - murmushin da ba ya shudewa yayin da nake aiki a masana'antar rayuwa.

Bari rakuman karfinka su rika rawa a kan kogin ayyukana na yau da kullum

Uwar Allah, kamar yadda kike jin daɗin tsara kwayoyin halitta, furanni, da sararin samaniya, ki koya min sirrin aiki da kirƙirawa da tunani mai daidaito da kuma rai mai gamsuwa

Warkarwa ta hankali, ta hankali, da ta jiki

Ka taimake mu, Ya ruhun sararin samaniya, mu warkar da jiki ta hanyar kara masa kuzarin sararin samaniya, mu warkar da hankali da fara'a da kuma mayar da hankali kan tunani, da kuma warkar da rai daga tushen dukkan dalilai - jahilci - ta hanyar amfani da magani mafi inganci: yin bimbini mai tsarki a kullum akan Allah

Tabbatar da warkarwa

Ya Ruhun Mai Tsarki, Ka halicci jikina, saboda haka yana da lafiya da lafiya domin Kana nan a cikinsa Kai ne cikamakin da kansa, kuma an halicce ni cikin siffarKa; saboda haka, ina lafiya kuma ina cikin mafi kyawun yanayi!

Tabbatar da warkar da wasu

**Kai ne siffar Allah, kuma karfinsa na har abada
yana ratsa kowace kwayar halitta da nama na
jikinka Duk jikinka yana motsawa tare da
kasancewarsa ta allahntaka; kana lafiya ta wurin
alherinsa.**

Ka zama kyaftin na jirgin ruwa na

**Ya Ubangiji, ka zama shugaban jirgin ruwan
ayyukana na yau da kullum, ka kuma shiryar da shi
zuwa ga bakin tekunka mai tsarki, wanda shine
mafaka mai aminci da hutawa ga waƙanda suka
gaji.**

Wutar wauta da ba ta dace ba

**A daren kurakurai, mun bi kawanya ta farin ciki
mai rufi; kuma yayin da muka kauƙe daga hanyar ci
gaba ta ruhaniya, mun yi tuntube cikin dausayin
takaici da asara.**

**Ya Ubangiji, Kai da kake a shirye kuma kana
mai da hankali koyaushe, kada ka bari harshen
wauta da ke fitowa a saman ruwa mai zurfi na
sha'awa da rufani ya jawo mu cikin laka da tarkon
jin daƙi marasa amfani.**

**Mu 'ya'yanku ne, muna sha'awar isa gidanmu na
sama. Ka albarkace mu domin mu cimma burinmu
ta hanyar bin hasken ciki na fahimtar Ruhu, wanda
shine haskenka mai tsarki, yana shiryar da mu
kuma yana kiran mu mu yi tafiya zuwa gaƙar
tekunka mai albarka!**

Na ji muryarka

**A rayuwa da yawa na ji raƙarka mai laushi tana
cewa: Dawo gida!**

**Amma ya bace ya bace a tsakiyar hayaniyar
sha'awa marasa albarka**

**Na yi watsi da jerin sha'awa da ke cike da
mutane kuma zan gayyace ku zuwa wurin hutun
budurci na zuciyata**

Idan na zauna ina yin bimbini a kanka, za ka kawar da jarabawar duniya da har yanzu take boye a cikin kusurwoyin tunawata?

Cikin nutsuwar raina, ina sha'awar jin muryarka mai albarka da dukkan zuciyata

Kyandir na tunawa

Zan iya rasa hanyata in yi yawo a cikin hanyoyi masu duhu da kuma labyrinths masu duhu, amma ya ke uwa ta sararin samaniya, ki kiyaye kyandir mai siririn tunawa domin kada iskar shakku da rashin tabbas su kashe ta.

Na roki duk abubuwan duniya amma sai na gano a karshe cewa ina sha'awar ki kadai, Mama! Zo kada ki bar ni!

Duhu yana shudewa kafin haskenka

Ya Malamin Allah, bari in fahimci cewa ko da duhun jahilcina ya tsufa kamar zamanin da kansa, tare da haskenka, duhun zai bace kamar bai taɓa wanzuwa ba!

Kunna sarewa ta rayuwata

Ya Ubangiji mai kauna, da hannuna ka taimaki 'ya'yanka

Yi magana da muryata, kuma yi amfani da hankalina don zaburar da wasu

Ka shaka numfashina, domin kai kadai ne wanda zai iya buga wakokinka na har abada a kan sarewa ta rayuwata.

Ni walkiya ce daga wutar sararin samaniyarka

A farkon halitta, lokacin da walkiyar halitta ta tashi daga kirjinka mai zafi, na yi waka tare da kungiyar hasken duniya waɗanda ke shelar bisharar fitowar duniyarka.

Ni walkiya ce ta har abada daga wutar duniyarka

Ya Zuciyar Allah mai kauna da hakuri! Ka taimake ni in sabunta—ta hanyar tunani—alkawarin kauna da zumunci a tsakaninmu Bari in fahimci cewa a cikin tafiyata mai albarka zuwa ga fadafa tsarki—rayuwa bayan rai—kai da jagorana na ruhaniya kun kasance, kuma za su kasance koyaushe, abokaina na har abada da na har abada!
Sanin ni'ima

Hakika, lokacin da na ce Allah ni'ima ne, ina kuma nufin cewa yana nan har abada kuma yana sane da wanzuwarsa mai albarka. Kuma lokacin da muke sha'awar samun jin dadi na har abada ko kasancewar allahntaka, tabbas muna son wanzuwa ta har abada, wadda ba ta canzawa da kuma sanin ko jin dadin wannan jin dadin akai-akai.

Mun nuna a cikin laccoci da suka gabata, ta hanyar hujja mai ma'ana, cewa dukkanmu - daga mafi girma zuwa mafi kaskanci - muna neman farin ciki, kuma wannan al'amari ya zama abin karɓa idan aka yi la'akari da ayyukan mutane da dalilansu.

Bari mu sake maimaita wannan hujja kafan: A ce wani babban halitta zai zo gare mu ya ce wa dukkan mutanen duniya, "Ya ku mutane, zan ba ku bakin ciki na har abada da azaba mai dorewa tare da rayuwa ta har abada Za ku yarda da su?" Hakika, babu wanda zai karɓi irin wannan tayan, domin kowa yana son jin dadi na har abada tare da rayuwa ta har abada. Duba dalilan dan adam yana nuna cewa kowane dan adam yana son samun jin dadi.

Hakazalika, babu wanda ke son halaka ko halaka kansa, domin ko da shawararsu kawai tana haifar da tsoro da tsoro. Kowa yana son wanzuwa har abada, amma idan aka ba shi rayuwa ta har abada ba tare da

sanin ko sanin wannan wanzuwa ba, za mu ki shi. Babu wanda ke son rayuwa ta rashin sani. Duk muna son rayuwa ta sane ba tare da iyaka ba.

To, menene Allah? Idan Allah wani abu ne daban banda farin ciki ko farin ciki mai girma, idan zumunci da Shi bai kawo mana farin ciki ba, ko kuma idan bai rage mana radadinmu ba, da ba mu son Shi, kuma ba za mu juya gare Shi ba. Idan Allah wani abu ne mara amfani a gare mu, ba za mu damu mu kusanci Shi ba. Menene amfanin ra'ayin Ubangiji wanda har yanzu ba mu san shi ba, wanda ba za mu iya jin kasancewarsa a cikin kanmu ko akalla a wasu fannoni na rayuwarmu ba?

Ko menene ra'ayinmu game da Allah, kamar: (Shi ne mafi girma ko kuma yana wanzuwa a cikinmu da kuma kewaye da mu), wannan ra'ayi ya ci gaba da kasancewa a kewaye kuma an lullube shi da rashin tabbas da asiri sai dai idan mun kuma ji wanzuwarsa

Saboda wannan rudani da rashin tabbas a cikin fahimtarmu game da Allah da kuma gogewarmu game da Shi, mun ga ba za mu iya fahimtar muhimmancinsa a gare mu da kuma darajarsa ga addini ba. Wannan hangen nesa mara tabbas ya kasa samar da isasshen tabbaci a cikinmu, saboda haka ba ya canza rayuwarmu ko kuma yana tasiri ga halayenmu ta zahiri, kuma ba ya motsa mu mu yi kokarin da ya dace don sanin Allah.

Kuma me addinin duniya ke fadɓi game da Allah? Yana cewa shaidar wanzuwar Allah tana cikin kanmu. Abin da ke cikin zuciyarka ne. Dole ne ka tuna akalla lokaci ɗaya a rayuwarka, a cikin addu'a ko roko, lokacin da ka ji cewa kuntatawa ta jiki da cikas sun bace ko kusan haka, kuma kanan kauna da kiyayya, jin daɗi da zafi duk sun ragu a cikin zuciyarka, kuma farin ciki da kwanciyar hankali sun fito daga

zuciyarka, kuma ka ji daɗin natsuwa ba tare da wani abin damuwa da farin ciki da gamsuwa ba.

Ko da yake ba a saba bai wa kowa irin wannan kyakkyawar gogewa ba, babu shakka cewa kowannenmu, a wani lokaci, ko a cikin addu'a, bauta, ko bimbini, ya ɗan sami ɗan lokaci na farin ciki na ruhaniya da kuma zaman lafiya mai tsarki. Shin wannan ba hujja ce ta wanzuwar Allah ba? Wane tabbaci kai tsaye za mu iya bayarwa game da wanzuwar Allah da kuma yanayinsa fiye da farin ciki mai tsarki da muke ji a cikin kanmu yayin addu'a ta gaskiya ko bauta ta zuciya?

Duk da wanzuwar shaidar sararin samaniya game da wanzuwar Allah - daga sakamako zuwa dalili, daga duniya zuwa ga Mahaliccin duniya - akwai kuma hujja ta teleological (wanda ya shafi neman manufar yanayi), daga tsare-tsaren sararin samaniya da daidaitawa zuwa waɗannan tsare-tsaren zuwa ga Masanin Duniya, mahaliccin duk tsare-tsare da daidaitawa. Akwai kuma hujjar ɗabi'a: daga lamiri da jin kamala zuwa ga Wanda ba shi da makawa wanda muke tsaye a gabansa, wanda muke da alhakin ayyukanmu da alhakinmu. Duk da haka, dole ne a yarda cewa waɗannan muhawarar samfuran tunani ne na hankali, waɗanda suka bambanta a mataki, domin ba za mu iya samun cikakken ilimin Allah ko kai tsaye ta hanyar iyakantattun ikon tunani ba.

Fahimtar tunani, ko hankali, tana ba da ra'ayi mai rarrabuwa da kuma kai tsaye game da abubuwa. Fahimtar wani abu a hankali yana nufin rashin ganin sa yayin da yake tare da shi, amma maimakon haka ganin sa yayin da yake rabuwa da shi. Duk da haka, fahimta ita ce hanyar kai tsaye ta fahimtar gaskiya Ta hanyar wannan fahimta, mutum zai iya samun sani mai daɗi ko sanin Allah.

Babu wani sabani game da wanzuwar cikakken sani mai dadi da sanin Allah, domin idan muka mallaki sani mai dadi, muna jin cewa an canza halayenmu ko kuma halayenmu na iyakance, kuma mun wuce biyun soyayya da kiyayya, jin dadi da zafi, mun kai matakin da yanayin da aka kayyade na sani na yau da kullun ya bayyana a sarari. Muna kuma fuskantar faɗaɗawa ta ciki da kuma cikakkiyar tausayi ga dukkan abubuwa. A cikin wannan yanayi, hayaniyar duniya ta bace, farin ciki ya bace, kuma a cikinmu akwai jin haɗin kai na wanzuwa da kuma hangen nesa mai haske na sararin samaniya. Duk kazanta da karkacewa suna narkewa zuwa babu komai, kuma muna jin kamar mun kaura zuwa wani yanki: zuwa tushen jin dadi na har abada da kuma har abada mai dadi mara iyaka. Shin, to, sanin Allah mai dadi ba shine sanin Allah wanda duk yanayin ilimi da aka ambata a sama ke bayyana ta ba?

A bayyane yake cewa Allah za a iya ɗaukarsa a matsayin jin dadi ne kawai idan muka kawo shi cikin yanayin zaman lafiya da farin ciki na ɗan adam. To Allah ba zai sake zama hasashe kawai wanda ke karkashin ka'idodin ilimi ba. Shin wannan ra'ayin Allah bai fi sauran ba? Yana bayyana kansa a cikin zukanmu a matsayin jin haɗin tunani, a cikin addu'a mai zurfi da bauta ta gaskiya. Albarka ta tabbata ga wanda ke da rai mai natsuwa!

Idan muka fahimci Allah ta wannan hanyar - wato, a matsayin misalin ni'ima - to za mu iya sanya addini ya zama abin bukata ta duniya baki ɗaya, domin babu wanda ya musanta cewa yana son samun ni'ima. Kuma idan wani yana son samun ta ta hanyar da ta dace, ana ɗaukarsa a matsayin mai addini saboda kusancinsu da Allah da kuma saninsa game da Shi,

kamar yadda muka siffanta Allah a matsayin wanda yake kusa da zuciya a cikin siffar ni'ima.

Wannan jin daɗin, ko sanin Allah, zai iya ratsa dukkan ayyukanmu da halayenmu idan muka bar shi. Kuma idan muka iya rike shi, za mu iya tantance darajar addini ta ayyuka da manufofin kowane mutum a wannan duniyar.

Idan da mun fahimci, ko da sau ɗaya kawai, cewa samun wayewar ni'ima shine addininmu, burinmu, da kuma babban manufarmu, to duk shakku game da ma'anar koyarwa daban-daban, shawarwari, da hani na addinai daban-daban na duniya za su bace. Duk abin da za a fassara shi ne ta hanyar matakin ci gaba wanda aka tsara waɗannan koyarwar kuma aka tsara su. Hasken gaskiya zai haskaka, za a bayyana asirin rayuwa, kuma cikakkun bayanai na rayuwarmu, tare da ayyukansu da dalilai daban-daban, za a haskaka. Za mu iya bambance tsakanin gaskiya da ruɗani, farkawa da mafarkai. Haka kuma za mu ga rashin amfani na al'adu da al'adu waɗanda suka saba batar da ɗan adam kuma suka kafa shinge tsakanin mutane. Bugu da ƙari, idan an fahimci addini ta wannan hanyar, babu wanda a wannan duniyar - ƙarami ko babba - da zai iya yin hakan, ko ɗalibi ne, ma'aikaci , lauya, likita, injiniya, kafinta, malami, ma'aikaci, mai taimakon jama'a, ko duk wani matsayi a rayuwa.

Idan addini yana nufin kawar da jin bukata da kuma samun ni'ima, to wa ba zai so ya zama mai addini ba, ko kuma wanda ba zai yi ƙoƙarin zama haka ba idan aka gabatar masa da hanyoyi da hanyoyin da suka dace?

Kuma bai kamata a mayar da hankali a nan kan yawan addinai ba. Kowa a duniya zai iya zama mai addini ta hanyarsa, kuma zai iya yin hakan cikin

nasara ta hanyar amfani da hanyoyi masu inganci. A nan, babu wani wariya dangane da aji ko imani, kungiya ko kungiya, sutura ko yanayi, shekaru ko jinsi, sana'a ko matsayi, domin wannan addini ne na duniya baki daya. Kamar yadda Allah shine ginshikin dukkan addinai da imani, gane Shi da farin ciki shine abin da aka fi sani a cikin sanin annabawan dukkan addinai. Bai kamata a dauka cewa wannan ra'ayin Allah ba shi da alaƙa ko kuma ba shi da alaƙa da bege da burinmu na ruhaniya.

Allah ba kamarmu ba ne, mai iyakantaccen sararin samaniya da hangen nesa na ɗan adam. Rayuwarmu, saninmu, yadda muke ji, da iyawarmu ta kirƙira abubuwa ne kawai na saninsa da ni'imarSa. Shi cikakken wanzuwa ne kuma mai girma, yayin da wanzuwarmu, saninmu, da yadda muke ji suna da iyaka kuma na yau da kullun. Waɗannan abubuwa ba su da iyaka a cikin kasancewar Allah; hakika, suna da girma kuma ba su da iyaka.

Muna jin Allah cikin cikakken kwanciyar hankali, kuma muna gane shi ta hanyar sanin farin ciki. Wane ƙarin shaida ne ke akwai game da wanzuwarsa? A cikin wannan yanayi na farin ciki, bege da burinmu na ruhaniya suna samun cikawa da cikawa a cikin Allah, kamar yadda sha'awarmu ke samun abu ko abin bauta.

A cikin sanin jin daɗi muna tashi sama da farin ciki da baƙin cikin duniya, amma ba ma wuce wajibcin cika wajibai da wajibai ba

Wanda ke da ilimin kansa ya san da tabbacin cewa Allah shi kaɗai ne wakili a cikin wanzuwa, domin dukkan ikon cimma nasara yana zuwa gare mu daga gare Shi. Tare da haɓaka rabuwa, ƙaramin girman kai yana shuɗewa yana raguwa, kuma muna jin cewa muna yin ayyukan da aka ba mu a kan dandamalin

duniya ba tare da yanayi mai kyau ko mara kyau ya shafe mu ta hanyar tunani ba, ta hanyar kauna ko kiyayya da ke da alaƙa da waɗannan rawar. Wannan wasan kwaikwayo na rayuwa ba shi da farko ko karshe. Kowannenmu dole ne ya taka rawar da Babban Daraktan Matakin ya ba mu ba tare da gunaguni ko kiyayya ba, saboda kaunar wasan kwaikwayo da girmamawa ga Darakta. Waɗanda suka sami sanin jin daɗi za su ji cewa duniya mataki ne kuma za su yi aikinsu gwargwadon iyawarsu da kwarewar fasaha, koyaushe suna tunawa cewa suna aiki a karkashin jagorancin Babban Daraktan Matakin: Allah Maɗaukaki, tushen dukkan alheri da farin ciki a rayuwa.

Salam alaikum barka da warhaka

Haskakawar fahimtar sararin samaniya

Mutum yana kama da baƙo wanda ke tafiya shi kaɗai a wannan duniyar
Mutanen da yake tsammanin su nasa ne ba da gaske ba ne
Kaddararmu ita ce ke tantance hanyoyin kowannenmu,
.kuma babu wanda zai iya iko ko mallakar wani ɗan adam
Duk da haka, ba mu kaɗai ba ne a wannan duniyar,
domin akwai wasu dangantaka ta kud da kud da ke da tushe
mai zurfi da ɗorewa, daga cikinsu muke samun goyon baya da farin ciki

?Su waye waɗannan mutanen da ke kusa da mu
Ba koyaushe su ne 'yan gidanmu ba, amma waɗanda muke jin alaƙar abota mai karfi da su
Misali, akwai mutanen da aka renon ka'idodin da na yi imani da su kuma suka girma. Suna godiya da ni, kuma ina mayar da martani ga kauna da girmamawarsu, kuma ina jin

cewa alaka mai albarka ta haɗa mu cikin alheri, kauna, da
.zaman lafiya

Namiji da mace waɗanda suka haɗa rayuwarsu don
taimakawa da kuma karfafa junansu da kyawawan ɗabi'u da
manufofi suna gina aurensu bisa tushen soyayya mara
sharafi

Gina soyayya mai tsarki da rashin sharafi tsakanin miji
da mata, iyaye da yara, aboki da aboki, kai da kuma kowa da
.kowa darasi ne da muka zo wannan duniyar don mu koya
Aure na gaskiya dakin gwaje-gwaje ne inda ake zuba
gubar son kai, mummunan hali, da mummunan hali a cikin
gwajin hakuri don kawar da waɗannan wahalhalu da kuma
canza waɗannan matsalolin ta hanyar karfin motsawa na
soyayya da kuma ci gaba da kokari don yin aiki da mutunci
.da mutunci

Idan akwai wata siffa ta musamman a cikin abokin
tarayya (A) wadda ke haifar da wata siffa mara kyau a cikin
abokin tarayya (B), to abokin tarayya (B) ya kamata ya
fahimci cewa akwai dalilin hakan, wato don bayyana
boyayyun gubar da ke cikinsa domin ya gane su ya kuma
.kawar da su, ta haka ne zai tsarkake halinsa da yanayinsa
Babban abin da miji da mata za su iya yi wa junansu
fatan alheri shi ne budewar ruhaniya, wanda ke kawo
kyawawan halaye na fahimta, hakuri, damuwa, da soyayya
Amma dole ne su tuna cewa ba za a iya tilasta wa wani
ci gaban ruhaniya ba

Idan mutum ya fuskanci kauna a cikin kansa kuma ya
fassara ta zuwa harshen ayyukansa, masoyansa za su ji
tasirinsa mai kyau kuma su mayar da martani da kauna da
.girmamawa a cikin kirki

Sai dai idan ma'aurata sun fahimci babban manufar
aure, ba za su iya jin daɗin rayuwar aure mai daɗi ba
Yawan sha'awar jima'i, yawan sabawa juna, rashin
tausayi mai tsanani, munanan zato, kalamam batanci da
ayyuka, jayayya a gaban yara, bayyana fushi, da kuma ɗora

wa ɗayan abokin tarayya laifi, waɗannan abubuwa ne da bai
.kamata a bari su lalata tushen aure ba
Dole ne miji da mata su kasance masu aminci ga
junansu kuma kowannensu dole ne ya yi iya kokarinsa don
faranta wa ɗayan rai ta kowace hanya mai yiwuwa
Abokan rayuwa bai kamata su bar junansu ba saboda
ɗaya daga cikin abokan tarayya ba shi da sha'awar
ruhaniya, amma kowannensu ya kamata ya yi tasiri mai
kyau ga ɗayan muddin zai yiwu
Aure babban dakin gwaje-gwaje ne don haɓaka jin daɗin
tausayi da girmama juna
Haka kuma makaranta ce ta haɓaka kyakkyawar niyya,
tsarkake kauna daga kazanta, da kuma sadaukar da la'akari
.da son kai domin yin hidima da faranta wa wasu rai
A rayuwar aure, yana da muhimmanci a girmama
ra'ayin wani kuma a guji jayayya da jayayya kan kananan
abubuwa. Girmama juna yana haifar da farin ciki, yayin da
raina ra'ayin wani yana haifar da tashin hankali na motsin
.rai, kiyayya, da kuma gurbata yanayi
Aure mai nasara ya dogara ne akan kyawawan halaye
na ruhaniya da na tunani kamar soyayya mai haske, kirki,
hakuri, tausayi, fahimtar abokantaka, buɗe zuciya, da kuma
.jin daɗi
Dole ne miji da mata su ji daɗin junansu kuma kada su
takaita wannan jin daɗin ga wasu lokutan, in ba haka ba za
su ga kansu suna kan hanyarsu ta zuwa ga gangaren
gundura, kiyayya, ko ma kiyayya ta juna, wataƙila kuma
.saki
Soyayya ta fi rauni na jiki ko na hankali karfi, don haka
bai kamata a ɗaure ta da yanayi ba
Ba za a iya kwace kauna daga wani mutum ta hanyar
karfi ba, amma za a iya karɓa ta ne kawai a matsayin kyauta
ta bazata daga zuciya zuwa zuciya

Soyayya tana girma da bunkasa a cikin yanayi na hakuri
da aminci, kuma tana mutuwa a cikin yanayi na kishi da
hassada

Soyayya tana rayuwa cikin kusanci - nesa kuma tana
mutuwa cikin sabani mara kyau

Kuma daga cikin ayoyinSa akwai cewa Ya halitta muku
mata daga kanku domin ku sami natsuwa a cikinsu, kuma Ya
sanya soyayya da rahama a tsakaninku. Hakika a cikin
.wannan akwai ayoyi ga mutanen da ke tunani
{su biyun kuma za su zama jiki d'aya}

Abu na farko kuma mafi muhimmanci ga aure mai dadi
shine hadin kai na ruhi - kamanceceniya a cikin sha'awa da
manufofi na ruhaniya, da kuma sha'awar gaske don cimma
wadannan manufofin ta hanyar nazari, kokari, da kuma
.horar da kai

Ma'aurata wadanda suke da hadin kai a cikin ruhi za su
iya yin nasarar aurensu ko da wasu abubuwa ba su da su
Bukatu na biyu don samun nasarar aure shine
kamanceceniya tsakanin tunani, zamantakewa, muhalli da
.sauran bukatu

Bukata ta uku kuma mafi karancin muhimmanci,
kodayake yawanci tana da fifiko a tsakanin wadanda ba su
da wayewa, ita ce sha'awar jiki
Jan hankali na jiki da sauri yana rasa sha'awa da karfi
idan ba a cika bukatun farko ko na biyu ba
* **

Dole ne mu kasance masu himma a wannan duniyar,
kuma mu yi aiki mai amfani da ginawa
Amma idan muka gama ayyukanmu, ya kamata mu
huta mu nemi natsuwa a cikin kanmu

Dole ne kuma mu tuna cewa jijiyoyinmu suna bukar
hutawa da natsuwa don dawo da kuzari da sabunta kuzari
Idan muna da tsarin jijiyoyi mai natsuwa, za mu yi
nasara a duk abin da muke yi, haka kuma, za mu kasance
cikin jituwa da kanmu kuma cikin jituwa da Allah

* **

:Ya ce wa gungun mabiya

Kofin rayuwarka yana cike da kuma cike da kasancewar
allahntaka, amma saboda rashin kulawarka ba ka jin wannan
.kasancewar mai albarka ba

Idan kana sauraron rediyo, to za ka ji kamar kana kusa

.da Allah

Idan ka cika kwalba da ruwan teku, ka rufe ta da kyau

da abin toshewa, sannan ka jefa ta cikin teku, ruwan da ke
cikin kwalbar da ruwan teku ba za su gauraya ba. Amma,

.idan ka cire abin toshewar, za su gauraya nan take

Saboda haka, dole ne mu cire toshewar sakaci da rashin

kulawa daga kwalbar saninmu kafin mu iya taɓa kasancewar

allahntaka

Mabud'in Aljanna da Farin Ciki

Abin farin ciki, za mu iya farawa a kowane lokaci da

kuma ko'ina muna mai da hankali kan haɓaka kyawawan

halaye da ba mu da su

Idan ba mu da karfin hali, bari mu mai da hankali kan

magance wannan bangaren, kuma ta hanyar kofari mai

.kyau, za mu iya karfafa nufinmu da taimakon Allah

Idan muna son mu 'yantar da kanmu daga tsoro, dole ne

mu yi tunani game da jarumtaka, kuma lokaci zai zo da za

mu 'yantu daga kamawar tsoro

A takaice dai, abin da kawai muke buƙatar yi shi ne mu

maye gurbin tunanin da ke damunmu da waɗanda ke da

kyau da kuma amfani. Wannan shine mabud'in aljannar farin

ciki da nasara, kuma yana samuwa ga duk wanda ke son

.amfani da shi

* **

Wasu na iya tunanin ba zai yiwu a yi kofarin shawo kan

kiyayya da kuma zaburar da ɗan adam da kaunar Allah

wadda masu hikima suka fuskanta kuma suka yi shelarta ba,

amma akwai babban buƙatar sauya hanya da maye gurbin

.kiyayya da kauna

Akidojin da ba su yarda da Allah ba suna yaƙi da dokokin sama kuma suna ƙoƙarin korar ra'ayoyin ruhaniya daga rayukan mutane, kuma duniya tana gudu cikin sauri zuwa wani wuri da ba a sani ba

A ƙoƙarin dakatar da guguwar da ke tafe, wani lokacin muna iya kama da ƙananan tururuwa suna iyo a cikin teku, amma bai kamata mu raina ƙarfin alherin da Allah ya sanya a cikin ɗan adam ba, kuma bai kamata mu raina abin da za .mu iya yi ba

Abu ɗaya tilo da zai kawar da wahalhalun duniya—fiye da kuɗi ko wasu kayan duniya—shine bimbini da kuma aika .rakuman wayewar ruhaniya da masu bimbini ke ji

Dole ne mu yaɗa sakonnin alheri da na alheri ga duniya, mu yi ƙoƙarin fahimtar shirin Allah ga ɗan adam, kuma mu yi .aiki daidai da nufinsa na duniya mai hikima

"Na ce masa: "Tashi

Idan ka bi duk abubuwan da ka fuskanta kana murmushi da dogaro da Allah, ba tare da wata shakka ba, za ka ga yadda dokar Allah ke aiki

lokacin da nake shirin yin rangadin ,[A shekarun 1920]

lacca a San Francisco, ina da dala \$200 kacal a banki, wanda bai ma isa ya fara rangadin ba, kuma akwai manyan :kuɗaɗen da zan biya, don haka na ce

Allah yana tare da ni Ya damka min wannan aikin kuma"

zai taimake ni in cim ma shi, domin aikin da nake yi don

Allah ne kuma tabbas zai taimake ni ya kuma sauƙaƙa mini ".abubuwa

Ko da duniya duka ta yi watsi da kai, kuma ka san tabbas cewa Allah yana tare da kai, dokokinsa za su yi maka .abubuwan al'ajabi

Lokacin da sakatarena ya zo wurina kuma na gaya masa

adadin kuɗin da nake da shi a banki, ya yi mamaki kuma a zahiri ya faɗi ƙasa

"Na ce masa: "Tashi

Ya amsa yana rawar jiki: "Za mu je gidan yari domin ba
"!za mu iya biyan kuɗin da muke bin mu ba
Na ce, "Ba za mu je gidan yari ba nan da kwana bakwai
za mu sami duk kuɗin da muke bukata don wannan rangadin
".Iacca

Shakku suna ta yawo a cikinsa, yayin da imanina ya
kasance mai karfi
Ban bukatar kuɗi don wata riba ko manufa ta kaina ba,
sai dai don yada saƙon Allahntaka. Tsoro bai shiga zuciyata
ba duk da matsaloli da yawa da nake fuskanta, kuma zan iya
.cewa tsoro yana tsorata ni
Me kake tsoro? Babu abin da ya kamata ya tsorata ka ka
fuskanci dukkan matsaloli tare da imani mara misaltuwa ga
Allah, kuma nasara za ta zama taka
Idan zuciya ta shiga cikin Allah, mutum zai iya shawo
.kan dukkan cikas da cikas da taimakon Allah da albarkarSa
A cikin wannan makon, yayin da nake tafiya a gaban
Otal ɗin Palace, wata tsohuwa ta matso kusa da ni ta ce,
"?Zan iya magana da ke
Mun yi musayar kalamai kaɗan, ba tare da ta yi wata
magana ba ta ce, "Ina da kuɗi da yawa, zan iya taimaka
"?maka
Na amsa, "Ba na bukatar kuɗinka, kuma me yasa kake
"?bani kuɗi alhali ba ka san ni ba
".Ta amsa, "Amma na san ka, na ji labarinka da yawa
Nan take na rubuta ceki na dala \$27,000 (babban kuɗi a
wancan lokacin), sai na ga hannun Allah a bayansa

* **

Sai dai idan mutum ya sami fahimta ko kuma ilimin
fahimta, zai yanke shawara mara kyau, ya zaɓi abokan
kasuwanci marasa dacewa, sannan ya shiga cikin
.dangantakar da ba ta dace ba ta mutum ɗaya
Tunda hukuncin fahimtar ji ya dogara ne akan bayanai
da hankali ya samu ta hanyar ji, idan aka yaudari jijiyoyi ta

hanyar bayyanarsu, mutum zai iya yarda cewa wani mutum
ne mai ban mamaki ba tare da sanin abin da ke cikinsa ba
Ko kuma yana iya tunanin cewa ya sami abokin tarayya
- ko abokin rayuwa - kuma ya shiga dangantakar aure wanda
zai iya haifar da ko dai ga rayuwa mara dadɗi ko kuma ya
kare da saki

Amma fahimta ba ta taɓa yin irin waɗannan kurakurai
ba; ba ya kallon ikon maganadisun a idanu ko kuma fuskar
wani mai kyau, amma yana fahimta daidai kuma yana
fahimtar ainihin yanayin wannan mutumin a cikin zurfin
.zuciya

Buri na ruhaniya

Ba zan taɓa mantawa da kalmomin da wani ma'aikacin
tallace-tallace ya faɗa mini a wani babban shago inda na je
.na sayi riga don kaina ba

Ya ce, "Yallaɓai, ba na son sayar maka da komai, kawai
".ina kokarin gano ainihin abin da kake bukata ne
Wannan mutumin kirki bai yi kokarin sayar min da
rigarsa mafi tsada ba, amma ya nuna min rigar da ba ta da
.tsada wadda ta dace da ni ta kowace hanya
Na ji daɗin samun abin da nake bukata a farashi mai
ma'ana

Ta yin haka, ya yi min alkawarin zama abokin ciniki na
yau da kullun ga kamfaninsa

Ya kamata mutane su gabatar da wani abu na ruhaniya
a cikin burinsu na aiki kuma su yi la'akari da samar da sabis
.mai dacewa ga bukatun 'yan uwansu mutane

Bai isa mutum ya sami kuɗi ta hanyar samar da ayyuka
da karɓar kuɗi a madadinsa ba, sai dai ya yi aiki don samun
kuɗi ya yi amfani da shi don kafa wurare da cibiyoyi
.waɗanda za su biya bukatun jama'a

Idan mutum ya sami kuɗi mai yawa kuma a lokaci guda
yana taimaka wa abokan hulɗarsa da ma'aikatansa,
dukiyarsa da wadatarsa suna karuwa, don haka yana amfani

da dukiyarsa don taimaka wa wasu don su taimaki kansu
"Wannan shine abin da nake kira "ruhaniya ta buri
lyaye masu arziki waɗanda ke barin kuɗi mai yawa ga
'ya'yansu suna danne ci gaban su bisa ga nasarar da suka
samu da kansu kuma suna hana su dogaro da kansu da
.kuma jin daɗin nasara

* **

Allah ya bayyana gaskiyarsa ta hanyoyi daban-daban a
cikin wayewa mai zaman kanta, kasashe, da kuma tunanin
mutum ɗaya

Ta hanyar wannan babban bambancin, Allah ya sanya
mana hoto mai canzawa da bambance-bambance na ikon
ɗan adam da ke boye, kuma wajibi ne mutum ya cire daga
waɗannan nau'ikan iri-iri mafi girma da mafi kyawun halaye
kuma ya dasa su a cikin kansa, a kasarsa, da kuma a
.duniyarsa

Wannan shine abin da mutane masu wayewa ke yi a
kowane lokaci da wuri

Sun riga sun yi shekaru aru-aru a gaban lokacinsu,
kuma ta hanyar ra'ayoyinsu masu buɗewa da kuma fahimtar
juna, suna nuna tushen gaskiya ta duniya, wadda take har
.abada kuma ba ta da iyaka

Waɗannan ka'idodi su ne ainihin fasahar rayuwa mai
daɗi. Su ne ka'idodi masu mahimmanci, masu amfani, kuma
marasa mahimmanci don nasara da farin cikin kowane ɗan
.adam

Bambance-bambancen da ke tsakanin mutane, kasashe,
ƙabilu da kuma rukunai daban-daban bai kamata su ci gaba
da haifar da rarrabuwar kawuna tsakanin mutane ba, sai dai
su zama misali na asali don kwatantawa da kuma zaɓar mafi
kyawun halaye da hanyoyin da ke ba da gudummawa ga ci
.gaban ɗan adam da al'umma mai kyau
Fasahar amincewa da kai

Kadan ne daga cikin waɗanda za su iya yin farin ciki ba tare da dukiya ba, ko kuma aƙalla ba tare da isasshen kuɗi da lafiya ba

Yawancin mutane suna buƙatar wasu abubuwa don jin daɗi, kuma farin cikinsu ya dogara ne akan yanayi na waje saboda ba a horar da hankali don jin daɗin farin ciki na ciki ba tare da wani sharadi ba

Mutum zai iya tunanin zai yi farin ciki—Allah ya albarkace ka—idan ya sami duk abin da yake ganin yana buƙata. Amma sha'awa tana haifar da sha'awa, kuma duk wanda ya ci gaba da ninka sha'awarsa zai sami gamsuwa .nesa da su kamar yadda Pleiades suke daga duniya Kafin ka sayi wani abu, kana jin cewa ba za ka iya yin sa ba tare da shi ba kuma dole ne ka same shi, komai farashinsa. Amma da zarar ka same shi, sha'awarka a gare shi za ta ragu a hankali, kuma za ka fara tunanin wani abu .mafi kyau, da sauransu

Nasara ita ce fasahar gamsuwa da kai: Sami abin da kake buƙata da gaske sannan ka gamsu da abin da kake da shi

Ma'aikata da ma'aikata da yawa suna kashe kuɗinsu akan abubuwan da ba dole ba kuma sakamakon haka suna nutsewa cikin bashi

Na san wani mutum da matarsa waɗanda ke zaune a wani gida mai kyau a cikin birni Duk lokacin da suka ga wani abu da suke so, za su saya nan take, ko da a kan lokaci kaɗan. Amma daga ƙarshe, gidansu mai kyau ya zama abin .tsoro a gare su

Ba su iya biyan kuɗin da aka tara a gidansu ba, don haka na ce musu sau ɗaya: "Waɗannan abubuwan ba naku ba ne kuma ba ku da su, kun aro su a kashi-kashi. Don haka me zai hana ku sauƙaƙa rayuwarku ba tare da waɗannan damuwar da ke lalata duk zaman lafiya da jin daɗin da kuke "?da shi ba

Saboda basussukan da suka faɗa a ciki, daga karshe
sun rasa komai, wanda hakan ya tilasta musu komawa
.rayuwa mai sauƙi su sake farawa

Akwai sha'awa mai kyau da kuma sha'awa marasa
amfani. Sha'awa mai kyau da daraja suna kama da doki mai
kyau wanda, maimakon ya kai ka cikin kwarin duhu, yana kai
ka zuwa ga haske mai haske na farin ciki da gamsuwa.
Nauyin mutum ne ya yi nazarin sha'awa don tantance ko za
su ba da gudummawa ga farin ciki ko kuma su nisanta shi
.daga gare shi

Duk wani abu da zai 'yantar da kai daga son abin duniya
kuma ya kusantar da kai ga farin ciki na gaske sha'awa ce
mai kyau. Ka sani cewa nasara ta gaskiya ta dogara ne da
samun sha'awa mai kyau, ba kan samun abubuwa da wasu
.suka ci ba

Dukiyar da aka samu ta hanyar da ba ta dace ba na iya
zama kamar ta yi nasara a zahiri, amma irin wannan yawan
dukiya yana azabtar da rai kuma yana hana shi kwanciyar
hankali. Lamiri mai damuwa - yi haƙuri - kamar takalmi mai
matsewa wanda zai iya yin kyau amma yana matse kafa da
.kowane mataki

Mutum mai lamiri mai tsabta yana cikin kwanciyar
hankali da kansa, da wasu, da kuma Allah. Idan lamirinka ya
bayyana, za ka iya tsayawa shi kaɗai a kan ra'ayin jama'a na
duniya, kuma komai tsananin duhun da ke kewaye da kai, da
taimakon Allah, za ka iya huda duhun da hasken lamirinka
.mai haske

* **

Ba ma buƙatar ɗaukaka da yabon mutane domin
yanayin ɗan adam yana da sarkakiya kuma kwaƙwalwar ɗan
.adam na ɗan gajeren lokaci ne

Godiya da yardar Allah shine abin da ya kamata mu yi
koƙari mu nema kuma mu nema da himma, domin darajar
mutum ta dogara ne akan karɓuwar da yake samu daga mai
.duba zukata da kuma masanin sirri

Idan muka kasance masu tsarki da tsoron Allah a gaban

Allah, to wannan shine abin da ya fi muhimmanci

Idan muka yi ayyukan alheri, wani lokacin dole ne mu
sha wahala, amma gajiya, rashin jin dadi, horar da kai, da
horar da hankali ba komai ba ne idan aka kwatanta da farin
cikin ruhaniya wanda babu wani d'aukaka ta duniya da zai
.iya kama da shi

Farin cikin wadanda suka iso yana da girma kuma an
sabunta shi, kuma burin rayuwa shine isa ga wannan ni'ima
ta har abada kuma kowane ra'ayi mai daraja yana kawo mu
mataki d'aya kusa da burinmu na karshe

Irin wadannan tunani suna kama da kogi wanda ke
kaiwa ga tekun rai, inda akwai kwanciyar hankali, gamsuwa,
.da farin ciki na ciki
nasara

Na kutsa cikin dajin jahilci mai yawa
Kuma na sassaka wata hanya ta haske a cikinta
Da farko na nuna wasu rauni da rauni
Na bi shi da bishiyoyin tsintsiya mai kaya
Gobarar ta kara tsananta
Harshen wuta ya tashi
Kuma ya faɗaɗa don cinye girman kai mai girman kai
Kuma jahilci a fili

Kuma an kone dabbobin sha'awa masu mugunta da
mugunta

Yayin da nake tafiya ta hanyar
A tsakiyar kurakuran d'an adam da suka tsufa
Zan share fagen duk wanda ke son ketare dajin jahilci

* **

A cikin dangantakarmu da wasu, yana da matukar
muhimmanci mu lura da kuma yaba wa halayen da suka
kirkira daga rayuwarsu
Idan ka yi nazarin wasu da zuciya mai bude, za ka iya
fahimtar su kuma ka yi mu'amala da su sosai, kuma za ka

iya sanin ko wanene mutumin da kake mu'amala da shi da
.kuma yadda za ka yi mu'amala da shi

Kada ka yi magana da wani masanin falsafa game da
tseren dawaki, ko kuma ga wani masanin kimiyya game da
.kula da gida

Ya kamata mu gano abin da ya fi muhimmanci ga ɗayan
mutumin mu yi magana da shi game da hakan, ba lallai ba
ne mu yi magana da kanmu

Gasar tsakanin maza da mata

Da alama gasar ta kasance tsakanin maza da mata
koyaushe, amma suna daidai a zahiri, kuma babu ɗayan da
ya fi ɗayan kyau

Ya kamata mutum ya yi alfahari da muhimmancinsa da
kuma karfin ɗabi'a da kuma muhimman halaye da Allah ya
sanya a cikinsa

Mutumin ya yi jayayya cewa mata suna da motsin rai da
kuma saurin kai hari kuma ba za su iya sarrafa abubuwa da
hankali da hikima ba

Matar ta yi korafin cewa mutumin ba zai iya fahimtarta
ba kuma ya fahimci yadda take ji

Amma mata suna da ikon yin tunani mai kyau, duk da
cewa motsin rai shine mafi karfi a cikin yanayinsu
Kuma mutum yana iya jin ko da yake hankali yana da
rinjaye a rayuwarsa

Manufar ita ce a samar da daidaito tsakanin hankali da
motsin rai ta yadda babu wanda zai rinjayi ɗayan ko ya
karyata rawar da yake takawa

Ana iya cimma wannan daidaito ta hanyar koyo daga
juna ta hanyar abota da fahimta

A cikin wayewar kai, muna samun cakuda kyawawan
halaye na maza da mata. Kuma lokacin da muka isa ga
daidaito mai kyau tsakanin hankali da motsin rai, mun koyi
.manyar darussa da muka zo wannan duniyar

* **

Hawan ruhaniya

Ni walkiyar hasken sararin samaniya ce
Ni kaina mai mahimmanci ba jini da kashi bane
Maimakon haka, haske ne daga rana mai tsarki
Zan haɓaka ikon mayar da hankali kan tunani
Zan karanta littattafai da kayan aiki masu kyau
Kuma zan zurfafa cikin tunani
Kuma a saman komai
Zan nutse cikin teku na raina
Kuma ina tunanin sirrin da Allah ya sanya a cikinta
Ina rokonka, Ya Ubangiji
Don nemo tunani a cikin aikina
Kuma wani aiki a cikin tunani na
Don haka duk rayuwata
Kyauta ta kauna da aminci a gare ku
?Zan iya samunka
?Sai dai a cikin wurin tsarki na zuciyata
Zan dasa wardi na kaunar 'yan'uwa
A cikin kasa ta abota da aminci
Ya Ubangiji, ka tashe mu daga barcinmu na yau da
kullun
Bari mu fahimci kasancewarka da aka bayyana ta
hanyar hankali
Kuma yana haskakawa cikin fitilun hikima
Zan huce cikin tafkin kaunar Allah
A boye a bayan bangon tunani
Wace irin rayuwa ce wannan da ke gudana a cikin
?jijiyoyina
?Shin ya halatta ace ba shi da tushe daga Allah
Manufar fitar da hayaki
!Tunani ba shi da iyaka ko karshe
Kowace kalma mai kyau tana wakiltar ra'ayi game da
yanayi na duniya baki daya, domin kalmomi masu kyau da
tunani masu tsarki suna da tushe na allahntaka
Akwai rakuman ra'ayoyi masu kyau da yawa suna rawa
a kan tekun gaskiya

Maganganun fahimtarmu na yarda da juna rakuman
ruwa ne a cikin tekun fahimta da ilimi
?Menene ma'anar fitowar halitta
Sabunta rayuwa ne da kuma hauhawar mataakai masu
girma

?Menene aka daukaka kuma ta yaya ake daukaka shi
Dole ne mu fahimci ma'anar sabunta rayuwa Duk abin
da ke wanzuwa yana fuskantar tsari na canji da canji
Wadannan canje-canjen ko dai suna da illa ko kuma
suna da amfani ga abin da ake canzawa
Misali, idan na dauki gilashi mai datti na buga shi kasa
?da karfi, zai canza, ko ba haka ba
Amma irin wannan canjin ba shi da amfani; a'a, ya
.kunshi cutar da abin da aka lalata
Amma idan ka wanke gilashin ka kuma bayyana shi da
kyau, to canjin zai yi amfani
Saboda haka, emanation yana nufin duk wani canji mai
amfani, ko ga abubuwa na zahiri ko ga mutane
ayyukan kirkira
Akwai nau'i uku na mutanen da ke da ruhin kirkire-
:kirkire

Nau'i na Musamman - na Musamman
matsakaicin aji
da kuma rukunin yau da kullun
Akwai da yawa wadanda ba sa cikin daya daga cikin
wadannan rukunan
:Mutum yana son ya tambayi kansa
Shin na yi kokarin kirkirar wani sabon abu kuma na"
"?musamman, wani abu da zai amfani kaina da wasu
Wannan shine wurin farawa don shiga cikin ayyukan
kirkira

Idan bai yi tunanin hakan ba, to yana daya daga cikin
wadanda suka yi imanin cewa ba su da ikon yin kirkire-
kirkire duk da cewa suna da abubuwan da ke cikinsa, amma
shawarwarin da suka ratsa su daga cikin tunaninsu sun

gamsar da su cewa akwai nisa mai yawa tsakanin su da
.kerawa

Wanda ke rayuwa kamar mai tafiya a kan barci dole ne
:ya farka, yana tabbatar wa kansa

"Ina da mafi kyawun baiwar ɗan adam, ruhin kerawa"

Kowane mutum yana da walkeyar iyawa da himma,
wanda ke ba shi damar kirƙirar wani abu na musamman.
Duk da haka, tasirin muhalli kamar hypnosis ne, kuma ana
iya yaudarar ɗan adam mai iyaka idan mutum bai kasance
mai taka tsantsan da juriya ga mummunan tasirin muhalli
.ba

Duk wanda ya ce wa kansa, "Duk hanyoyi suna da kyau
kuma cike suke da cunkoso, to mene ne amfanin ƙoƙari?"
yana barin kansa ya faɗa ƙarƙashin tasirin hypnotic na sanin
duniya wanda ke hana kuduri, kuma wannan yana bayyana
dalilin da yasa mutane da yawa ba sa cin nasara a dukkan
.fannoni na rayuwa saboda ba su da ruhin kirƙira
Dole ne mutum ya daidaita da abubuwan da ke faruwa a
rayuwa bisa ga abin da lamirinsa ya umarta da kuma abin da
zuciyarsa ta nuna masa, kuma kada ya yi aiki ba tare da
.la'akari da kyau ba

Duk wanda yake da imani mai ƙarfi a cikin zuciyarsa,
Allah zai ƙara masa imani, ƙarfi, da kudurin cimma abin da
.yake burin samu a rayuwa

Ina da cikakken imani ga Allah da kuma imani mai ƙarfi
ga taimakonsa, don haka ya albarkace ni da ƙarfin ruhaniya
mai albarka, ƙarfin niyya mara iyaka wanda koyaushe yana
samar mini da damammaki, yana buɗe mini ƙofofi, kuma
yana shimfida hanyoyi marasa adadi a gabana, ta wurin
.alherinsa

Farin ciki na gaskiya da ɗorewa yana hannun Allah ne
kawai

Ilimin Allah taska ce; duk wanda ya same ta babu abin
.da yake so illa wani abu daban

A wurin Allah, babu wani, akwai tsaro Shi kafai ne
.mafaka da kubuta daga dukkan tsoro da damuwa
In ba haka ba, babu wani aminci na gaske a wannan
duniyar

Saboda haka, dole ne a yi duk mai yiwuwa don saninsa
da kuma yin magana da shi safe da dare, da kuma a cikin
.dukkun ayyukan da muke yi da kuma ayyukan da muke yi

Duk inda Allah yake, babu tsoro ko bakin ciki
Wadanda suka san Shi ba sa girgiza da abubuwan da ke
faruwa a duniya ko kuma bala'o'i daban-daban ba sa girgiza,
domin suna cikin aminci da kwanciyar hankali saboda
.kasancewar Allah tare da su da kuma kariyarSa a gare su
Addu'a

,Ya Ubangiji

Ko da yake hasken kaunarka wani lokacin yana raguwa
da muguntar duniya

Amma muna aiki tukuru don nuna haskenku
Allah ya ci gaba da haskaka haskenka mai albarka
Yana haskakawa a tsakiyar duhu kuma yana kore shi
gaba daya

Ina jin ikonka mai girma yana ratsa jikina
Da taimakonku da albarkarku, wadanda suke kaunar
alheri za su iya

Cin Nasara Kan Sharrin Duniya

Kuma kaunarka ta kasance mafi girman iko
Wanda dole ne a sanya shi a cikin tunani da zukata
Don kawar da yake-yake

Rikici da tashin hankali

Ina jin zafin dan adam

Ina so in yi duk abin da zan iya don rage wahalhalun
dan adam

Ya Ubangiji, ka albarkace mu, domin mu daga fitilun
kaunarka da haskenka

Duk inda muka juya kuma duk inda muka je
Ina so in kasance tare da wadanda suke kaunarka

Kuma ina so in ji dadin jin sunanka mafi tsarki
Ke ce soyayya ta farko kuma ta karshe a cikin zuciyata
Albarkaci kowa domin su ji kaunarka da daukakarka
Bari mu yi watsi da buri marasa amfani da mafarkai

marasa amfani

Mun cika da kaunarka mai ban mamaki
Ina so in gaya wa wasu game da kaunarka da abubuwan
al'ajabinka

Ka cusa mana fahimtar kaunarka a koyaushe
Kuma sha'awar gaggawa ta taɓa kasancewarka ta
allahntaka

Mu bar duk abin da ke korarmu kuma ke nisantar da mu
daga gare ku

Kai kadai ne gaskiya ta har abada, ta har abada, kuma
cikakkiyar gaskiya

Babu rayuwa ba tare da kai ba
Yantar da kowa kamar yadda ka 'yantar da ni'

Kuma ina gode maka daga zurfin raina
Don ya bani wannan farin ciki mai albarka
Wanda ke tare da ni dare da rana

Aiki mai natsuwa da aiki mai natsuwa

Bai kamata mutum ya yi amfani da lokacinsa kawai
wajen neman kuɗi ba, har ma da motsa jiki, karatu, bimbini,
kaunar Allah, da kuma yin abubuwa cikin natsuwa da
.kwanciyar hankali ba tare da wata damuwa ba

Dole ne mu koyi yadda ake yin aiki cikin natsuwa da
kuma aiki cikin natsuwa, da kuma daukar nauyin ayyukanmu
na yau da kullun da wannan natsuwa da aka samu daga
.tunani game da Allah da kuma hangen nesa

Dole ne mu kammala aikinmu saboda kaunar aiki, kuma
mu karɓi sakamakon da daidaito a tunani, ba tare da an sa
mu raina nasara ko kuma mu ji takaicin gazawa ba
Muna rokonka, ya Ubangiji, ka taimake mu mu rayu
cikin kwanciyar hankali a duniyar da gaskiyarka ita ce
jagoranmu, shugaba, kuma mai ba mu shawara, domin mu

rayu cikin kaunar 'yan'uwa mu kuma habaka jikinmu,
hankalinmu, da rayukanmu ta hanyar da ta dace, domin a
bayyana salamarka ta sama ta hanyar rayuwarmu da
.ayyukanmu na yau da kullun
Allah ya albarkace mu da lafiya, kwarewa, inganci, da
hikima, ya sa mu zaburar da 'yan'uwanmu su fito da
.kyawawan halayensu da kyawawan halayensu
Bari hasken kaunarka ya haskaka a kan bagadin
sha'awarmu gare ka
Kuma bari mu sami ikon farkar da kaunarka a cikin
kowace zuciya

* **

Daya daga cikin almajiran ya yi tambaya game da
hanya mafi kyau ta samun kwanciyar hankali a cikin gida, sai
:malamin ya ce

Yi aiki kan kwantar da hankalin tunanin da ke fitowa
daga ciki da kuma mayar da tunanin zuwa ciki
Yi aiki kan daidaita tunaninka da sha'awarka tare da
isassun bayanai da suka riga suka wanzu a cikinka
Sannan za ku ji jituwa mai dadi da ta mamaye
rayuwarku kuma ta lullube rayuwarku da dukkan yanayi
Idan bege da tsammaninka sun yi daidai da wannan
jituwa ta asali, za ka yi tafiya cikin sauki cikin hanyoyin
.rayuwa kuma ka hau kan fikafikan zaman lafiya
Kuma a cikin wannan akwai zurfin da kyawun rayuwar
rai

* **

Wani lokaci ra'ayoyi sun fi tasiri fiye da kalmomi
Hankalin dan adam shine mafi karfin watsawa da karɓa
daga cikin dukkan abubuwa
Idan ka ci gaba da yadda ra'ayoyi masu kyau kuma ka
ɗora su da kuzarin kauna, waɗannan tunanin za su bar
kyakkyawan ra'ayi ga wasu

Hakazalika, idan ka saki tunanin da ke d'auke da
hassada ko kiyayya, wasu za su karɓi waɗannan tunanin
.kuma su mayar musu da martani da irin wannan tunani
Ina rokon Allah ya tallafa muku da karfinsa da
.albarkarsa, ya kuma tallafa muku koƙarinku
Misali, idan mijin yana kauce wa hanya madaidaiciya, ya
kamata matar ta roki Allah ya taimaki mijinta ya kuma cire
mata kishi da bacin rai daga zuciyarta, sannan ya sa mijinta
.ya fahimci kuskurensa ya koma kan hanya madaidaiciya
Idan addu'ar gaskiya ce kuma niyya ta tsarkaka, canjin
.da ake so zai faru da taimakon Allah

* **

Sau da yawa na kan yi amfani da karfin hali don shawo
kan wata d'abi'a da ke koƙarin mamaye ni
Lokacin da nake cin wasu nau'ikan abinci kuma
sha'awar irin waɗannan nau'ikan abinci ta takura ni, na
.daina cin waɗannan abincin har sai sha'awar su ta bace
Lokacin da na je Singapore, na sami wani d'an itace mai
daɗi a can, amma na lura da kaina don kada in yi sha'awar
sa, domin na fahimci cewa sai dai idan na kula kuma na
d'auki matakan kariya, zan ga ina son sa safe, rana, da dare,
.kuma ta haka muke takura kanmu
Ko da yake na ji daɗin 'ya'yan itacen sosai a wannan
ranar, ban rasa shi ba kuma ban yi da-na-sanin rashinsa
washegari ba
Idan muka mai da hankali kan abubuwan da muke jin
daɗi, ba mu da abin tsoro. Dole ne mu kiyaye 'yancinmu fiye
.da komai
Idan na ce ba zan yi wani abu ba, hukuncin shine na
ƙarshe kuma ba za a iya soke shi ba. Shin wannan ba 'yanci
?ba ne
Abin mamaki ne a yi aiki ba bisa ga al'ada ko martani ga
wasu da ke koƙarin jawo mu ba, amma saboda hikima ce ke
!sa mu yi hakan

Idan hikima ta shawo kanmu mu yi wani abu, babu abin
da zai hana mu yin sa, matuƙar hikima ce ta jagorance mu
Ana iya kafa ɗabi'a mai amfani ta hanyar karfin hali da
.hikima. Ina da ikon fifita duk abin da hikima ta nuna
Tsarin asali ko kuma nau'ikan mutane na asali sun zama
marasa tabbas har ba za su iya canza su ba, amma waɗanda
ke sa ra'ayoyinsu su kasance masu sassauka ta hanyar
ladabi da kame kai za su iya canzawa cikin sauƙi don mafi
.kyau

Dole ne hankali ya zama mai sauƙin murmurewa kamar
yadda yumbu yake da Hikima tana ba da wannan sassauci,
kuma wannan shine 'yancin da nake so wasu su ji daɗi
Idan mutum ya 'yantu daga kangin ɗabi'a, zai ga cewa
babu wani farin ciki mafi girma fiye da yin aiki bisa ga
'yancin zaɓe da kuma tabbacin kai
Bai kamata mutum ya bar yanayi ya buge shi ya kuma
mare shi ya kuma kayar da shi ba, sai dai ya yi iya koƙarinsa
.don shawo kan yanayin
Duk wanda yake da karfin hali zai shawo kan dukkan
matsaloli da taimakon Allah

* **

Kowane aikin jiki yana da alaƙa da tunani
Muna amfani da karfin jikinmu don yin wasu ayyuka,
amma aikin yana da tushe a cikin tunani, kuma jagora ne na
.tunani ke jagoranta
Sata mugunta ce; amma mafi girman mugunta ita ce
aikin sata ta hankali, wanda ke share fagen sata ta zahiri,
.domin hankali shine ainihin mai tsara shi
Duk wani mummunan aiki da mutum ke son gujewa dole
ne a fara kore shi daga tunaninsa
Idan ka mayar da hankali kan aikin jiki kawai, yana da
matuƙar wahala ka sami iko
Ya kamata a mayar da hankali kan tunani da gyara
kuskuren fahimta, sannan za a magance matsalar ta
.atomatik cikin sauƙi da nasara

Idan ka ji kana cikin kwanciyar hankali
A cikin kowace motsi
Daga motsin jikinka
Kuma kuna jin kwanciyar hankali a cikin tunaninku
Kuma a cikin nufinka
Kuma cikin kaunarka
Kuma tana jin kwanciyar hankali
Kuma a cikin ikon Allah
A cikin burinka
Ka tuna cewa kai
Rayuwarka ta isa ga Allah
Yabo, suka, da kuma yabo
Yin barkwanci na iya zama da kyau idan yana karfafa
mutum ya yi abin kirki, amma yana da muni idan ana amfani
da shi don boye raunuka na ruhaniya, yana sa su yi karfi
.kuma ta haka yana cutar da rai da cutar jahilci
Yawancin mutane suna son yin ado, kamar yadda
mutane da yawa suke jin dadin cin zuma ba tare da sun san
.cewa wasu daga cikinsu na iya zama guba ba
Baya ga kalamai yabo na wasu, tunaninmu sau da
yawa yana ba da hujjar lahani ga kurakuranmu kuma yana
boye manyan kuraje na tunani wadanda za su iya fashewa
.da kuma lalata rayuwar ruhaniya ta mutum gaba daya
Don haka, yin alfahari da wasu a gare mu da kuma
radawar tunaninmu masu dadi suna faranta wa jin dadi,
kuma hikimarmu tana fadawa cikin hannun kalmomin yabo
.masu guba
Akwai mutane da yawa wadanda suke batar da kudi,
lokaci, lafiya, har ma da dabi'a da gangan saboda
.maganganun yaudara daga abokan karya
Rayuka da yawa sun lalace saboda rashin bin shawara
mai kyau da kuma saboda sun fada cikin jarabawar magana
mai dadi wadda ta kunshi wayo da mugunta

Rayuwa a jahannama da mutum ɗaya mai gaskiya da
adalci ya fi zama a aljanna da mutane goma masu magana
mai daɗi da rashin niyya Masu yin fare suna mai da aljanna
zuwa jahannama, yayin da abokai nagari masu aminci suke
mai da jahannama zuwa aljanna

Dole ne mu rika faɗin gaskiya koyaushe, kuma a lokaci
guda dole ne mu guji bata wa wasu rai da kalmomin da kila
gaskiya ne amma masu tsauri kuma ba sa haifar da
.sakamako mai kyau

Misali, idan ka yi wa makaho magana ta hanyar cewa

"Kai makaho," abin da kake faɗa yana iya zama gaskiya,
amma irin wannan magana ba ta da kyau kuma tana haifar
da bacin rai, don haka ya kamata a guji irin wannan salon
.bata rai

Ba a ba da shawarar a soki wanda ba ya son a soki shi,
amma yana da amfani a saurari suka mai kyau, kuma abin
farin ciki ne a karɓi suka mai tsauri amma mai kyau tare da
murmushi da godiya mai kyau

Wani mai hikima yana da aboki wanda yake sukarsa
sosai, kuma mabiyan mai hikimar sun fusata da wannan
sukar Wata rana, ɗaya daga cikin almajiran ya zo wurin
malaminsa da farin ciki ya ce masa: "Yi murna, malam,
".domin makiyinka, mai neman laifi, ya mutu

Mutumin mai hikima ya fashe da kuka ya ce, "Kai,
babban rashi ne! Mafi kyawun mai sukar ruhaniyata ya
"mutu, kuma ina jin zuciyata ta karye

Yawancin mutane ba sa son suka mai gina jiki da
fahimta, maimakon haka sun fi son sadaukar da komai don
yin yabo da kuma guje wa maganganun gaskiya na masu
.hikima da kuma hangen nesansu na gaskiya

:Ya kamata mutum ya tambayi kansa lokaci zuwa lokaci

Shin an yaudare ni da kalmomi masu daɗi kuma na bar"

hannun yabo na son kai ya takaita hikimata ya makantar da
"!hankalina

Labarin Waliyi da Fatalwar K'waro

Yayin da ɗaya daga cikin waliyyan Allah masu adalci
yake yin bimbini da daddare, sai ga wani mugun ciwon
kanjamau ya bayyana a gare shi yana shiga kauyen da yake
:zaune, sai ya yi masa ihu

Ka zauna a inda kake, fatalwa, ka koma inda ka fito,"

".kada ka cutar da mazauna garin da nake bauta wa Allah
Fatalwar ta amsa, "Zan ɗauki mutum uku kacal, ba fiye
da haka ba, bisa ga dokar karma da kuma don cika aikina na
".sararin samaniya

Mai kula da shi ya karbi bayanin da ba shi da niyyar yi
Washegari mutane uku suka mutu sakamakon cutar
kyanda, kuma a rana ta uku wasu da dama suka mutu, kuma
kowace rana bayan haka wasu 'yan kauye suka fada cikin
.mummunan cutar

Da yake ya yi imani cewa ya fada cikin babban rufi, sai
waliyyin ya yi tunani sosai ya kira fatalwar. Da ya bayyana,
:waliyyin ya tsawata masa, yana cewa

Ka yaudare ni, fatalwa, kuma ba ka fadi gaskiya ba"

"lokacin da ka gaya mini za ka ɗauki mutum uku kawai
Fatalwar ta amsa, "Na rantse da Ruhu Mai Tsarki cewa
".na fadi gaskiya

Mai gadi ya ce, "Ka yi mini alkawarin cewa za ka ɗauki
mutane uku, amma cutar ta yi sanadiyyar mutuwar mutane
".da dama

Fatalwar ta amsa: "Ya abokin Allah, na ɗauki uku kawai,
".sauran kuma sun mutu saboda tsoro

Ku sani, abokaina - Allah ya kara muku ilimi - cewa tsoro
yana haifar da mummunan girgiza a cikin mutum, yana
kewaye shi ta wata hanya ko wata, yana naɗe shi da igiyoyi
marasa ganuwa waɗanda ke da wahalar kawar da su, kuma
yana sa shi ya fi saukin karɓar duk wani abu mara kyau a
cikin waɗanda ke kewaye da shi, don haka ya kewaye shi da
.rakuman ruwa marasa lafiya

A irin wannan yanayi, yana jawo wa kansa rashin lafiya,
takaici, rashin bege, shakku, wahala, bakin ciki, har ma da
.mutuwa

Karfin Nufin Allah: Mai kunna yanayi
Kowace motsi a jiki tana nufin motsi na nufin
Ta hanyar tsarin karfin nufin, ana aika makamashi ta
hanyar waya zuwa jiki ta amfani da makamashin da aka
adana a cikin kwakwalwa da kuma makamashin sararin
samaniya mai wayo da ke kewaye da jiki
Idan ka gaji, za ka iya samar wa jiki da makamashi ta
hanyar cin abinci, shakar iskar oxygen, shan ruwa ko wasu
ruwaye masu ruwa-ruwa
Amma idan ka taurare hannuwanka da jikinka don daga
nauyi mai nauyi, za ka kawo kuzari cikin jikinka ta hanyar
karfin zuciya da ba a gani ba
Idan ka matse jiki da hankali (har sai ya yi rawar jiki ba
tare da wata wahala ba), za ka taɓa kuzarin sararin
samaniya na Allah mai baiwa da hankali
Ta haka ne za mu iya samar da kuzari ko aiki a cikin jiki,
ba daga tushen abu a wajen jiki ba, amma daga tushen
allahntaka wanda yake boye kuma yana wanzuwa a ciki da
.wajen jiki

Domin samun damar shiga da kuma amfana daga
makamashin sararin samaniya, dole ne mutum ya fara gano
hanyar da ta bace tsakanin sani da abu, tsakanin jiki da rai.

Ana iya samun wannan hanyar haɗi ta hanyar mai da
hankali, yin bimbini, da kuma fahimtar ainihin yanayin kai da
.alafarsa da sanin Allah
Rayuwa karama ce

Da yawa daga cikin waɗanda suka kasance tare da mu
a bara ba sa tare da mu yanzu, kuma wa ya san wanda zai
?kasance a nan a shekara mai zuwa

Wannan ita ce rayuwa, kuma tafiyarta tana ci gaba.

.Ayari ne da muke tafiya da shi na ɗan gajeren lokaci

Wasu daga cikin abokanmu sun fada cikin ramin asara,
 amma idan wahalar da suke sha ta mamaye su, za su fara
 neman shiriya da jagora daga Ubangijin ayari, wanda shi ma
 Ubangijin wannan duniya ne: Allah Maɗaukaki
 Ko da yake mun rabu a cikin wannan ayari, kuma asiri
 ya kewaye farko da karshe, rayuwa har yanzu tana da
 ma'ana mai zurfi: tana tunatar da mu muhimmancin neman
 Allah da gaske
 Wannan duniyar kuma za a iya kwatanta ta da wasan
 :kwaikwayo
 Wannan rayuwa labari ne da wani hali ya bayar, dare"
 "murfinsa ne, rana kuma filin wasa ne
 Yan wasan kwaikwayo ba su fito daga komai ba. Akwai'
 wani abu a bayan fage, kuma bayan an gama rawar da suke
 takawa, 'yan wasan kwaikwayo ba sa daina rayuwa, sai dai
 .kawai su bace a bayan labulen ether don neman hutawa
 Mun kasance a nan bisa ga shirin Daraktan Wasan
 Kwaikwayo na Allah don taka rawarmu na dan lokaci a
 .wannan matakin rayuwa sannan mu bar wurin
 Ba ma mutuwa a ma'anar mutuwa ta gargajiya, a'a,
 muna bacewa a bayan labulen lokaci, bisa ga umarnin
 .darektan gidan wasan kwaikwayo na sararin samaniya
 Za mu bayyana a kan dandamalin rayuwa lokaci bayan
 lokaci har sai mun kware a wasan kwaikwayon kuma mu
 .taka rawarmu yadda ya kamata bisa ga nufin Allah
 Idan muka inganta aikinmu kuma muka bi nufin Babban
 Manaja da Mai Tsara Shirye-shirye ba tare da rasa karfin hali
 ko tsoma baki cikin cikakkun bayanai na shirin da Allah ya
 tsara ba, ba za mu sake buƙatar gwadawa ba, amma za mu
 zama ginshikai marasa mutuwa a cikin tsarin rayuwa ta har
 abada, mazauna na dindindin a cikin Mulkin Sama
 Za su dawwama a cikinta har abada
 Duk wanda ya yi nasara, zan maishe shi ginshiki a cikin}
 {Haikalina mai tsarki, ba zai sake fita ba

Da farko na yi jinkirin zama malami, domin buƙatun da
abubuwan da ke tattare da su suna da yawa kuma suna da
ban tsoro, tunda dole ne malami ya zama mai shan buguwa,
kuma da zarar ya shiga damuwa da ruɗani, ba zai iya
.taimaka wa waɗanda suka nemi taimakonsa ba
Malami na gaskiya dole ne ya ƙaunaci kowa, ya fahimci

ɗan adam, kuma ya san Allah
Lokacin da malamina (Sri Yuktiswar) ya gaya mini cewa
rawar da nake takawa a wannan rayuwa ita ce ta malamin
ruhaniya, na yi kira ga ikon Allah mara iyaka don ya tallafa
mini

Lokacin da na fara bayar da laccoci, na yi niyyar cewa
ba zan yi magana daga ilimin littattafai da aka samo daga
nazarin ka'idoji ba, amma daga wahayi na ciki, ina da
cikakken sanin cewa ikon ƙirƙira wanda maɓuɓɓugarsa ba ta
taɓa bushewa ba kuma tushensa ba ya ƙarewa yana bayan
.duk kalmomi na

An kuma yi amfani da wannan ikon a wasu fannoni don
taimaka wa wasu a cikin aikinsu da kuma ta hanyoyi daban-
daban

Na yi amfani da tunanin ɗan adam don haskaka rashin
mutuwa

Ban ce, "Yi mini shi, Ubangiji ba," amma, "Ina so in yi
shi, Ubangiji, kuma ina rokonka ka shirya da ni, ka yi mini
"wahayi, ka kama ni da hannu

Mutum zai iya yin kananan abubuwa ta hanya ta
musamman

Ya kamata ya zama mafi kyau a fannin aikinsa, kuma
.kada ya bari rayuwarsa ta ci gaba ta hanyar da aka saba
Kuma don cimma wani abu mai amfani wanda babu
wanda ya taɓa yi a baya wanda zai ba duniya mamaki
Kuma don nuna cewa abin da ke cikin halitta da kuma
sabon abu na allahntaka yana aiki ta hanyarsa kuma ta
hanyarsa

Dole ne mutum ya kasance yana da kuduri mai karfi da
kudurin da zai iya tafiya a kan hanyoyin rayuwa ba tare da
barin tunanin gazawa da kurakuran da suka gabata su tsaya
.a matsayin cikas a hanya ba
Rayuwa na iya zama duhu, matsaloli na iya zuwa kuma
ana iya rasa damammaki ba tare da an kama su ba, amma
bai kamata almajiri ya ce wa kansa, "Allah ya yashe ni kuma
"an rufe kaddarata

?Wa zai iya taimaka wa irin wannan mutumin
Iyalan mutum na iya kin sa, sa'a na iya barin sa - bisa ga
ra'ayinsa - kuma ikon ɗan adam da na halitta na iya kulla
masa makirci, amma zai iya, ta hanyar alherin Allah da ruhin
kerawa da ke cikinsa, ya tunkuɗe duk wani hari da ke adawa
da shi ya kuma yi tafiya cikin nasara zuwa aljannar nasara ta
.gaske

Ko da an kayar da kai sau ɗari, ka kudura cewa za ka
shawo kan wahalhalun kuma ka lashe kambin ɗaukaka
Bacin rai ba ya dawwama har abada, kuma takaici
jarrabawa ce ta ɗan lokaci

Allah yana so mu yi nasara a rayuwa kuma mu nuna
cikakken iko a cikinmu, domin mu iya yin nasarar aiwatar da
babban rawar da muke takawa a kan mataki na rayuwa
A cikin Jahannama tare da Sage

A da, akwai wani mai ibada mai son zaman lafiya a
bakin kogi mai albarka. Ya shafe shekaru da yawa a
rayuwarsa cikin zurfin tunani, amma abin takaici, kokarinsa
bai yi amfani ba, kuma bai yi farin ciki da girbe girbi mai
yawa na zaman lafiya ba, duk da kokarinsa na bincike da
.binciken sirrin rayuwa da tushen farin ciki

Duk da cewa abokinmu yana kewaye da shi a kowane
lokaci da yanayi na sama dangane da kyawawan wurare,
rayuka masu kirki, littattafai masu daraja, da kuma da'irori
masu albarka na tunawa, duk da haka hankalinsa ya ci gaba
da tunanin hanyoyin da suka fi dacewa don yin fashi da
.makami da cutar da su

Wannan tunanin ya fi karfinsa kuma ya yi kama da ya
samo asali ne daga tsoffin dalilan karmic. Yayin da yake
kokarin korar waɗannan tunanin da ba a so, haka nan suke
mamaye tunaninsa, suna damun kwanciyar hankalinsa da
.kuma hana shi kwanciyar hankali

A karshe, ya yi wa kansa alkawari, yana cewa: "Zan ci
gaba da yin addu'a da addu'a, kuma ba zan daina ba har sai
na 'yantu daga waɗannan tunanin da ke tayar da hankali
".waɗanda ke hura min hankali a lokacin tunani na
Sa'a ɗaya ta wuce, sai biyu suka shuɗe, sai mugun
tunani ya zo masa a rai kamar guguwa, tana dukan tsarin
.tunaninsa tana girgiza shi da karfi

A karshe, bayan sa'o'i uku na kokari mai tsanani,
tunanin da ke tayar da hankali ya bace ba zato ba tsammani
daga tunaninsa, kuma a madadinsu, ya ga wani waliyin Allah
a cikin kyakkyawan wahayi yana tsaye cikin nama da jini a
gabansa

Waliyin mai haske ba wai kawai ya bayyana yana raye
:ba, har ma ya yi magana da taushin zuciya, yana cewa
"Dana, a cikin halittarka ta baya, kai barawo ne mai"
kwarewa ba tare da wata damuwa ba face kama wasu da
kwace musu kayansu. Amma jim kaɗan kafin mutuwar, ka
lamirinka ya farka, ka kuma kudura niyyar gyara kanka, ka
kuma yi wa kanka alkawarin cewa za ka canza halinka na
kunya, ka bi tafarkin alheri. Saboda haka, an haife ka a cikin
wannan rayuwar da kudirni mai karfi na ruhaniya na zama
mutumin kirki, amma duk da haka, ka kuma kawo maka
munanan tunani waɗanda suka zama abin da ya fi mayar da
".hankali a rayuwarka a cikin halittarka ta baya
Abin takaici ne, ɗana, kana rayuwa a cikin wannan"

lokaci mai albarka, kewaye da abokai nagari, da'irar tunawa
da tunani, duk da haka duk da haka, kana rayuwa cikin
jahannama ta damuwa ta tunani da tunani mai lalata da
".rikici

Bayan shiru na ɗan lokaci, mai kula da shi ya ci gaba da

:jawabinsa

Saboda haka, bisa ga dokar duniya baki ɗaya, kuma"
saboda ba ku yi iya kokarinku don amfani da damar ruhaniya
da ake da ita a cikin wannan jiki ba, sai dai idan kun ninka
kokarinku na yin bimbini yanzu, a lokacin mutuwa za ku zaɓi

:tsakanin abubuwa biyu

Ko dai ka zauna a aljanna da wawaye goma ko kuma ka"

zauna a jahannama da mutum ɗaya mai hikima, wanne ka fi
"?so

:Almajirin ya amsa ba tare da wata shakka ba

Ya kai abokin Allah, na fi son zama a wuta tare da"

mutum ɗaya mai hikima domin na san daga abin da na
fuskanta cewa wawaye goma suna fitar da wuta daga
aljanna, yayin da ni kuma ina da yakinin cewa idan ina tare
da mutum ɗaya mai hikima, ko da a kasan duniya zai
".taimake ni in mayar da wuta zuwa aljanna

Yancin son rai'

Mutane da yawa suna jin cewa ya kamata su ci nama

sau uku a rana, yayin da wasu kuma suka gamsu cewa ya

kamata su ci kayan lambu da goro kawai, kuma za su yi

!rashin lafiya idan suka ɗan bambanta abincinsu

Irin waɗannan imani wani nau'i ne na bauta. Bai kamata

mutum ya bar wata dabi'a ta rayuwa ta takura masa ba, sai

dai ya mallaki ikon canza halayensa bisa ga abin da hikima

.ta nuna da kuma abin da yake daidai

Dole ne mu koyi rayuwa daidai, ta amfani da ikon zaɓe

na 'yanci, wanda ilimi mai kyau ya jagoranta kuma ya

jagorance mu

Ya kamata mutum ya iya yin barci a kan katifa mai

laushi wata dare, sannan a yi barci a kasa wata dare, tare da

.irin wannan jin daɗin

Wannan kyakkyawan tserewa daga kuntatawar ɗabi'a

ita ce 'yancin da masu hikima ke bukata

Wasu mutane suna ganin 'yanci shine yin duk abin da
mutum yake so ya yi, kuma wannan shine abin da nake kira
. 'yancin sha'awa da sha'awa

Saboda rashin fahimta game da ainihin 'yanci, wasu
iyaye suna sa 'ya'yansu su zama bayi ga halaye ta hanyar
yin biyayya ga sha'awarsu ba tare da fahimi ba

A kan wannan tushen, yaron yana girma yana imani
cewa matukar an cika masa burinsa, zai ci gaba da farin ciki
.kuma manufar rayuwa ita ce a biya masa bukatsu

Amma daga baya ya fahimci cewa an yaudare shi.

Duniyar da ke wajen gida ta bambanta gaba daya da abin da
.ya gani kuma ya saba da shi a cikin gida

Ba abu ne mai sauƙi a biya wa kowace irin bukatsu a

rayuwa ba! Wasu kuma za su iya tura shi gefe a cikin
yunkurinsu na neman abin da yake so, shi kuma, a gefe
guda, ya zama mai tsoro, mai taurin zuciya don cimma
burinsa da kuma cimma burinsa, yana mai imani da cewa
cikar sha'awar jiki ita ce babban burin mutum, tabbas cewa
.wannan duniyar tana cikin komai

Dole ne iyaye su ba wa 'ya'yansu karfin hali da kuma
kyakkyawan tunani domin su sami damar yin abin da suka
ga dama a duniya ba tare da munanan halayenta sun rinjaye
.su ba

* **

Muna yabon Allah da kuma gode masa bisa baiwar
kowace sabuwar shekara da kuma fatan alheri da alkawuran
cikawa da yake kawo mana

Babu wani iko mafi girma fiye da addu'a ta gaskiya da
zuciya daya don mu haɗu da Allah, mu kawo sauye-sauye
masu ban mamaki a rayuwar mutane da kuma a cikin
yanayin duniya, da kuma cimma zaman lafiya da
. 'yan'uwantaka ta ɗan adam

Muna addu'ar Allah ya sa addu'o'in mutum daya na
gaskiya, fahimta mai girma, da kuma ilimi mai girma su

rikide su zama ikon ruhaniya mai albarka wanda ke kawo
canji na gaske a kasa

Ya Ubangiji, ka albarkace mu, domin haskenka da
haskenka su jagorance mu a kan hanyoyi, domin mu farkar
da kaunarka a cikin zukatanmu da zukatan wasu, mu kuma
ɗauki fitilun haske mai rai mu yi amfani da baiwarmu a cikin
.abin da zai faranta maka rai kuma ya amfanar da mutane
Ka taimake mu mu samar da hanyoyin da za su taimaka
wa wasu da kuma rage musu wahalhalu da wahala, domin
godiya gare Ka muke da ikon taimaka wa bil'adama da
.kanmu
Mun yi albarka domin mu tausaya wa waɗanda ke cikin
wahala
Muna yaɗa kyawawan ra'ayoyi da manufofi a duk faɗin
duniya
Bari zaman lafiya da 'yan'uwanci su zama abin da za a
iya rayuwa a kai

Daga maganganun malami Paramhansa

Yogananda

Mutane suna korafi game da ra'ayin barin wasu
abubuwa a rayuwa, duk da cewa a zahiri suna barin
abubuwa masu daraja da yawa, waɗanda ba karamin abin
da ke cikin su ba ne kwanciyar hankali, kuma wani lokacin
ma suna sadaukar da kansu don kuɗi, wanda ke iya lalacewa
.da asara

Ku mika kanku ga Allah, za ku ga cewa rayuwarku ta
zama kamar wata kyakkyawar waƙar rawa

Ka mayar da hankalinka daga wannan duniyar zuwa ga
faɗin mulkin Allah da ke cikinka

A cikin jirgin natsuwa za ku iya tafiya zuwa wannan duniyar da ta wuce mafarkinmu inda maɓuɓɓugar allahntaka .ke gudana ba tare da tsayawa daga zurfin zuciya da rai ba

Ya Ubangi, ka taimake ni in taka rawar da zan taka a wasan rayuwa ta hanyar da za ta faranta maka rai, ko ni mai rauni ne ko mai karfi, mara lafiya ko mai lafiya, shahararre ko wanda ba a sani ba, mai kudi ko talaka, da sanin cewa kana kaunata kuma ba za ka taɓa yashe ni ba

Ana iya kwace dukiya daga mutum, ko kuma a kwace ta, bayan sun bar wannan duniya, kuma ba za su iya ɗaukar ta tare da su ba. Darajarta ta gaskiya tana cikin kashe ta a kan ayyukan alheri da kuma kawo farin ciki ga kai da wasu .ta hanyar da za ta faranta wa Allah da lamirinsa rai

Wadanda ke tunanin tsaron kansu da jin dadinsu kawai, suna mantawa ko watsi da bukatun wasu, a zahiri suna neman talaucin da wata rana zai zama nasu. Wadanda suka manne wa dukiyarsu maimakon amfani da ita don ayyukan alheri ba sa kawo wa kansu wadata a lahira amma an haife su matalauta, tare da sha'awa da sha'awar masu kudi. Amma wadanda ke raba wadatarsu da wadatarsu da wasu .suna jawo alheri da wadata duk inda suka je

Idan ka ba wa wadanda suka cancanci hakan da son rai, za ka ga cewa Allah yana tare da kai koyaushe kuma ba zai taɓa barin ka ba kuma ba za ka buƙaci komai ba. Bai kamata mu manta cewa rayuwarmu tana ci gaba da wanzuwa kai tsaye daga Allah ba, kuma idan muka fahimci cewa tunaninmu, nufinmu da ayyukanmu duk sun dogara ga Allah kuma suna samun karfinsu daga gare Shi, to za mu sami jagora kai tsaye daga gare Shi kuma za mu fahimci cewa .rayuwarmu ɗaya ce da rayuwarsa marar iyaka

Bimbini yana ba da shaida game da wanzuwar Allah Da zarar rakuman ji sun ɓace daga tafkin tunani, ni'imar Allah ta

fito daga rai Wannan ni'ima ta riga ta wanzu a cikin rai,
.amma an lullube ta
Ya Ubangiji, Zan yi amfani da karfin zuciyata da basirata
don cimma kananan abubuwa da farko Sannan zan ci gaba
zuwa manyan nasarori
Ko da an cimma dukkan burin abin duniya, amma yana
ba da farin ciki mara cikawa - kuma ta hanyar neman Allah
zan gano maɓuɓɓugan farin ciki marasa karewa Kuma ba ya
daina gudana da gudana a cikin lambuna da ciyayi na rai
.mai dorewa

Gida: Nasara Square

Idan mutum ya shafe rayuwarsa yana bin wani abu mai
daɗi bayan wani, ba zai taɓa sanin dandanon farin ciki na
gaske ba. Ya kamata mutum ya rayu cikin sauƙi kuma ya
fuskanci rayuwa cikin sauƙi. Yana da kyau mutum ya batar
da lokaci shi kaɗai, yana tunani a kan ayyukansa lokaci zuwa
lokaci, kuma yana yin zaman lafiya na ciki, wanda ke kawo
.waraka, farfaɗowa, da kuma sabunta karfi

Idan abubuwan da ke dauke da hankali suna nan a
koyaushe kuma wasu abubuwan da ke haifar da damuwa
suna mamaye jijiyoyi, jijiyoyi za su sha wahala sakamakon
haka, za a batar da kuzari mai yawa, kuma rai zai ji damuwa
da damuwa Bugu da kari, bai kamata mutum ya damu da
gyara wasu ba; maimakon haka, ya kamata mutum ya gyara
.kansa kafin ya yi kokarin gyara wasu

A sani cewa gida shine babban filin yaƙi. Mutumin da
.yake mala'ika a gidansu zai zama mala'ika a ko'ina
Zakin murya da kwanciyar hankali da dabi'a mai kyau
ke nunawa ana buƙatar su a gida fiye da ko'ina a wani wuri
Kamar yadda duhu ba zai iya kasancewa inda haske ke
haskakawa ba, haka nan duhun cuta dole ne ya bace lokacin
da hasken Allah ke haskakawa a cikin kwayoyin jiki, kuma
kaɗan ne daga cikin waɗanda suka fahimci wannan
.gaskiyar

Idan mutane suka ji sha'awar warkarwa, suna yin addu'a
da zuciya mai wahala Ko kuma suna jin bakin ciki, suna
tsammanin Allah ba zai saurari addu'o'insu ba Ko kuma suna
yin addu'a amma ba sa jira domin su san ko addu'o'insu sun
.isa ga Allah

Kamar yadda mutum ba zai iya sauraron kidan da ake
watsawa ta iska ta amfani da na'urar karbar sauti mai
matsala ba, haka nan ba zai iya daukar motsin lafiya, karfi,
da hikima da ke fitowa daga Allah ba tare da na'urar sihiri da
ke aiki da tsoro, damuwa, da kowane irin damuwa, shakku,
.da rashin tabbas

Bari mu tuna kuma mu gode maka, ya Ubangiji, a
lokacin bukata da wadata, a lokacin rashin lafiya da lafiya, a
cikin duhu da haske, da kuma a cikin dukkan yanayi. Bari mu
tuna da godiya kwanakin lafiya da ka ba mu. Ka taimake mu
mu buɗe idanun imani domin mu ga haskenka mai albarka,
.wanda ke warkar da dukkan cututtuka da cututtuka
Ni ne kyaftin ɗin jirgina na tunani mai kyau, niyyata mai
kyau, da kuma ayyukana masu amfani, zan jagoranci jirgin
rayuwata, koyaushe ina mai da hankali kan duniyar salama
.mai haske a sararin zurfin tunani na

Zan yi amfani da dabarun tunani na na kirkire-kirkire
don cimma nasara a duk abin da nake yi Allah zai taimake ni
idan ni ma na yi kokarin taimaka wa kaina
A yau zan noma gonar rayuwa da sabon kokari in shuka
ta da irin hikima, lafiya, gamsuwa, da farin ciki. Zan shayar
da iri da imani da amincewa da kai, kuma zan jira alherin
Allah ya ba ni girbi mai adalci. Ko da ban girbe amfanin gona
da ake tsammani ba, zan ci gaba da godiya da godiya ga
.kwanciyar hankali da ke zuwa daga kokarin yin iya kokarina
Zan gode wa Allah da ya bani damar ci gaba da kokari
har sai na yi nasara, da yardarSa. Kuma zan gode masa idan
na cimma burin zuciyata mafi girma. Zan yi kokari kawai in
.yi ayyuka masu daraja da daraja, ina neman yardar Allah

Duniya tana cike da guguwar halitta da ta ɗan adam,
kuma Allah shine garkuwa mai karfi da mafaka daga
guguwa, guguwa, da muguntar wannan duniyar. Duk inda
Allah yake, babu tsoro ko bakin ciki Mumini na gaskiya yana
tsaye da karfi da alfahari a yakin rayuwa da gwagwarmayar
abubuwan da suka faru, yana da tabbacin cewa Allah yana
tare da shi, yana kare shi daga cutarwa kuma ba ya barinsa
ko da na ɗan lokaci. Don haka, tsoro yana bacewa daga
zuciyarsa kuma tabbas yana kamawa, kariya ce da ba za a
.iya sanya ta ba

Rashin tsoro yana nufin samun imani da Allah da
kariyarSa, da kuma samun imani da adalcinsa, hikimarsa,
.rahamarsa, kaunarsa, da kuma kasancewarsa a ko'ina

Tsoro yana hana mutum karfin tunaninsa, yana boye
hankalinsa, kuma yana lalata tsarin zuciyarsa na halitta.
Bugu da kari, tsoro na iya haifar da rikice-rikice na jiki da
cututtukan tunani. Maimakon ya fadawa cikin damuwa da
ɗaurewar hankali, ya kamata mutum ya tabbatar da kansa
cewa yana cikin aminci a cikin kariyar Allah, Mai gani, Mai ji,
mai tsaro a cikin sansaninsa mai karfi, kuma rahama da
.kulawarsa sun kewaye shi

Ko a cikin dajin Afirka, a fagen daga, yana fama da
rashin lafiya ko talauci, dole ne mutum ya shawo kan kansa
cewa hannun Allah ya fi kowace haɗari karfi kuma yana iya
kare waɗanda ke neman mafaka a gare Shi. Babu wata
hanyar kariya mafi inganci. Tabbas, dole ne mutum ya yi
amfani da hankali wajen magance abubuwan da suka faru
yayin da yake da cikakken imani da taimakon Allah. Imani ba
ya nufin yin sakaci ko yin abin da bai dace ba a gaban
wahala. Maimakon haka, komai abin da ya faru, dole ne
mutum ya tabbatar wa kansa cewa Allah kaɗai ne ke iya
taimakawa a cikin mawuyacin yanayi idan mutum ya juyo
.gare Shi da dukkan zuciyarsa, ransa, da hankalinsa

Idan matsaloli suka sauka kamar ambaliyar ruwa, bai kamata mu bar su su gurgunta nufinmu ko su boye mana hangen nesanmu mai haske da kuma hanyar hikima da ma'ana ba. Maimakon haka, dole ne mu ci gaba da imaninmu ga Allah da kuma fahimtarmu ta asali game da abin da ke daidai da abin da ba daidai ba, kuma mu yi kokari mu nemi hanyar fita. Da taimakon Allah, za mu same shi. A karshe, abubuwa za su inganta domin ikon Allah da abubuwan al'ajabinsa suna boye a bayan sabani na rayuwar dan adam. Waɗanda ba su yarda da rashin makawa na yanayi ba kuma maimakon haka suka yi kokarin shiga bayan labule da hankali da imaninsu za su sami kofa a buɗe a gare .su—kofa da kowane hannu mai imani ke bugawa a kai

Rayuwa tana lulluɓe da duhu, kuma wani lokacin muna tuntuɓe mu kuma muna jinkirin ci gaba Dole ne mu bar hasken Allah ya zama fitilar jagoranmu yayin da muke tafiya cikin hanyoyin duhu na rayuwa. Allah shine cikakken wata a cikin daren jahilci da duhu, rana mai haske a cikin lokutan farkawa, hasken jagora, kuma tauraron jagora ga waɗanda .ke ratsa tekuna na rayuwa ta duniya, mai wucewa

Matsaloli za su ci gaba a duniya, to ina mutum zai iya komawa don neman jagora da alkibla? Tunanin mutum, wanda halaye, son zuciya, son zuciya, da tsattsauran ra'ayi suka rinjayi, ba shi da wani amfani, kuma tasirin muhallin mutum, iyali, kasa, ko duniya ba zai iya samar da jagora na gaskiya ba. Saboda haka, dole ne mutum ya koma ga Allah ya saurari muryar natsuwa da nutsuwa da ke fitowa daga .zurfin rai, murya mai jituwa da gaskiya

Bambanci tsakanin tunani na tunani da zurfin tunani na
ruhaniya

Idan mutum ya tsara kansa da ilimin ka'ida, zai zama kamar mai rikodin tafiya, yana maimaita karin magana da jimlooli masu girma, wasu kuma suna ɗaukar su a matsayin

wadanda aka koya kuma masu ilimi. Amma irin wannan ilimin ba a karfafa shi ta hanyar fahimtar gaskiya kai tsaye ba, kuma ba a daidaita shi da cimma ruhaniya ba. Wannan nau'in fahimta ko fahimta yana rike "kai" a daure da tunanin ji, wanda shi kansa yake da iyaka da jin daɗin jiki. Ilimin ka'ida ba zai iya samun ilimin allahntaka ba, kuma yana da kyau kada a bata lokacin mutum mai tamani akan ka'idoji wadanda ba za a iya amfani da su a zahiri ba, don kada a sami kansa a cikin dajin ilimi mai yawa, ba zai iya wuce .fagen ka'ida ba

Wannan tsari ba zai kai ga sanin gaskiya ba domin gaskiya ta wuce ra'ayoyi da ka'idoji, kuma da yawa daga cikin wadanda suka bi wannan hanyar suna daure kansu da .karshen ra'ayinsu na asali

Idan mutum ya yi amfani da hankalinsa kawai don neman kuɗi da kayan duniya, hankalinsa zai shiga cikin duniyar duniya kuma ya shiga cikin sarkakiya marasa iyaka. Saboda haka, mutane masu hikima suna cewa bai kamata mutum ya sadaukar da dukkan ikon tunani da Allah ya ba shi don neman abubuwa masu sauri ba, don kada ya rasa kansa a cikin labyrinth na son abin duniya kuma ya kirkiƙiri kuntatawa da kuntatawa marasa amfani ga kansa. Madadin haka, ya kamata su yi amfani da ikon tunaninsu don samun abubuwan da ake bukata na rayuwa kuma su yi koƙari su haɓaka ikon ɗabi'arsu don bambance tsakanin abin da ke daidai da abin da ba daidai ba, da tsakanin abin da ke cutarwa da abin da ke da amfani. Lokacin da suka haɓaka fahimtarsu ta ruhaniya, za su iya fahimtar Allah a cikin kansu kuma su tabbatar da gaskiyar ruhaniya da ke boye a bayan labulen sha'awa mai yawa. Wannan yanayin ana kiransa .zurfin tunani na ruhaniya

Ko menene damuwarmu, dole ne Allah ya kasance yana ba da fifiko a rayuwarmu. Daya daga cikin muhimman

abubuwan ci gaban ruhaniya shine haɗin kai mai ɗorewa da
Allah, wanda ta hanyarsa za ku shaida wani canji mai ban
.mamaki, mai kyau wanda zai burge ku sosai

Idan mutum yana son kallon wani shiri, ko siyan sabbin
tufafi ko sabuwar mota, shin ba gaskiya ba ne cewa
hankalinsa yana cikin damuwa a kowane lokaci? Dangane da
waɗannan al'amura da kuma yadda za a cimma su ko kuma
a same su? Ba zai huta ba har sai ya cika burinsa, kuma zai
ci gaba da aiki ba tare da gajiya ba don cimma waɗannan
.bukatu

Saboda haka, hankalin ɗan adam ya kamata ya
shagaltu da tunani game da Allah. Sannan duk kananan
sha'awa za su canza zuwa sha'awar jin Allah da kuma yin
.magana da shi

Idan hankali ya yi wa Allah rada, wata murya mai karfi
da ke fitowa daga zurfin rai mai bege

Kiran rai zai taɓa zuciyar sararin samaniya, kuma amsar
za ta zo, tana kawo babban farin ciki

Raɗawa ta hankali tana karfafa karfin hali, har sai kun
sami isasshen karfi don cimma burin da ake so

Idan tunanin mutum da nufinsa suka yi daidai da Allah,
ana ba shi iko mara iyaka, ta yadda kawai tunanin wani abu
zai isa ya haifar da shi, domin dokar Allah tana aiki ne don
.amfanin waɗanda suka yi daidai da nufin mafi girma

Duk nasarorin da na samu a rayuwata an cimma su ne
ta hanyar ikon tunani cikin jituwa da Allah. Lokacin da injin
samar da wutar lantarki na Allah ke aiki, duk abin da nake so
yana faruwa ba tare da togiya ba, da farko yana ɗaukar
siffar kira mara ganuwa, sannan ya bayyana da karfi mai
.karfi a zahiri

Sirrin girma

Muna girma ta kowace irin gogewa da muka fuskanta,
matuƙar mun fahimci cewa za mu iya koyon darussa masu
amfani daga gare su. Kowane ciwo da wahala da muke
.fuskanta yana da ma'ana da manufa

Duk da tsananin jarabawa, suna kama da wuta da ke
narkar da ƙarfe, tana mayar da ita ƙarfe mai kyau, mai ƙarfi,
kuma mai amfani. Hikimar da muke ƙirƙirawa ta hanyar
harshen wuta mai zafi na gogewa abin mamaki ne kwaraɗi da
gaske. Rayuwa tana tsarkake mu, tana canza yanayinmu na
asali zuwa abubuwa masu tamani, tana ba mu damar
rayuwa da rayuka masu tsarki kamar lu'u-lu'u, masu ƙarfi
kamar ƙarfe, amma masu sassauka da juriya, suna
lankwasawa ba tare da karya ƙarƙashin matsin lamba na
.wahala da wahala ba

Idan muka ga fuskokin da fushi ya murƙe, waɗanda aka
yi musu tabon mugunta, ganinsu yana sa mu yi sha'awar
kawar da mummuna daga rayukanmu - rai wanda ba a taɓa
shi ba sai mugun nufi da kuma zurfin ƙiyayya da ke boye
siffar allahntaka mai albarka a cikinmu, kamar yadda kura ke
lalata madubi. Ayyukan wasu masu raɗaɗi ya kamata su
tada mana sha'awar inganta halayenmu da kuma sarrafa
kanmu, domin mu zama masu iko da sha'awarmu marasa
.tsari, ba bayinsu ba

Kalmomi masu daɗi magani ne mai ban mamaki ga
cututtuka da yawa, suna da ƙarfin maganadisu mai ƙarfi,
kusan sihiri, wanda ke kawo albarka da wadata ga mai
magana da su. Waɗanda ke amfani da kalmomi masu
kwantar da hankali da taushi suna jin wani ƙaramin kwararar
ruwa yana gudana ta cikinsu ba tare da katsewa ba, cike
suke da yalwar natsuwa. Wannan saboda wannan kwararar
ruwa tana da alaƙa da tushenta mafi girma, tana gudana
koyaushe kuma tana isa ga rayuka cikin jituwa da ita.

Sannan za su iya isar da wannan kwararar farin ciki ga
.rayukan da ke neman zaman lafiya

Kowace rana, mutum yana kallon madubi don ya ga
fuskarsa domin yana son ya bayyana a mafi kyawunsa ga
wasu. To, me ya fi muhimmanci a gare su su tsaya a kowace
rana tare da kansu su kalli madubin nazarin ciki don gano
abin da ke karkashin saman mai walkiya! Domin duk abin da
ke da kyau a waje yana samon sha'awarsa daga cikin zuciyar
mutum Kuma babu abin da ke bata madubin rai tsantsa
kamar karkacewar tunani kamar fushi, kiyayya, hassada, da
kiyayya. Duk wanda ya yi kokarin 'yantar da kansa daga
wadannan mahadan, wadanda ba sa cikin yanayin ruhi, zai
.bar hasken kyawun ciki ya haskaka daga ciki

Ta hanyar bincike, mun gano cewa matsalolin dan adam
guda uku ne: akwai matsaloli da rashin lafiya da ke kai hari
ga jikin dan adam, wasu kuma suna kai hari ga tunani, da
.kuma rukuni na uku da ke toshe hanyoyin rai

Rashin lafiya, tsufa, da mutuwa su ne wahalhalu da
cikas da jiki ke fuskanta Cututtukan tunani, duk da haka,
suna mamaye hankali ta hanyar bakin ciki, tsoro, fushi,
sha'awa da aka danne, kiyayya, sha'awar motsin rai, tashin
hankali mai zafi, da kuma ciwon daji na tunani wanda ke
gurgunta hankalin tunani. Duk da haka, mafi hadari ga
rashin lafiya ita ce rashin lafiyar rai, wadda take bayyana a
cikin jahilci, inda duk sauran cututtuka ke fitowa kuma suke
.yaduwa

Akwai alheri fiye da mugunta a duniya

Idan shakku suka shigo, ya kamata mu tuna da rayuwar
manyen mutane. Gaskiya ne cewa mu mutane ne, amma
Allah ya ba mu iko mai ban mamaki wanda ba kasafai muke
amfani da shi ba. Don haka me yasa muke rawar jiki saboda
tsoron tsufa, rashin lafiya, da bakin ciki? Ya kamata mu yi

duk abin da za mu iya don kula da jikinmu, amma bai kamata mu fadfa cikin tsoro ko mu binne kanmu a karkashin .tarin jahilci ba

Jiki ba shine cikakken mutum ba

Alheri ya fi mugunta a wannan duniyar domin Allah ne babban iko. Amma idan sharri ya same mu, muna tunanin ba .mu da ikon sarrafa shi ko kuma mu tsere masa

Guguwar mugunta za ta yi karfi, amma za mu iya shawo kan tasirinsu mu kuma yi nasara a kansu

Ba a ba mu rai don a halaka shi ba, amma don a cusa mana sanin har abada a cikinmu, kuma dole ne mu tuna da .wannan gaskiyar

Ba tare da 'yancin tunani ba, mutum ba zai iya bayyana kansa ta hanyar tsarki, ba zato ba tsammani, kuma ta halitta ba. Ka tuna cewa kai mai 'yanci ne. Ikon nufin koyaushe .yana da 'yanci

Idan ka yi amfani da karfin zuciyarka yadda ya kamata, zai haifar maka da kyakkyawan karma, amma yawancin mutane ba sa son canzawa kuma ba sa son yin kokari, don haka suna durkushewa a gaban matsaloli kuma ba sa iya .fuskantar kalubale

Yin duk abin da mutum ya ga dama ba 'yanci ba ne, domin mutane suna daure da sha'awarsu, don haka ba za a iya kiran ayyukansu 'yanci kwata-kwata ba. 'Yanci na gaskiya yana nufin yin komai da wasiyya da hikima ke jagoranta. Mutum zai iya sarrafa sakamakon ayyukansa na baya, wanda ba makawa zai bi su, idan ya kunna wasiyyarsa kuma ya yi amfani da ita don ayyukan alheri da amfani. Idan ka gudanar da ayyukanka da hankali da himma, karfin ayyukanka na baya za su raunana kuma halayen da suka .samo asali daga ayyukanka nagari za su karfafa

Kullum muna sha'awar abin da muka rasa kuma muna
manne wa abubuwan da ba su da mahimmanci. Da zarar
wani abu ya same mu, sai mu rasa 'yancin zabe na ɗan
lokaci. Kamar yadda 'yan Gabas suka zama bayin al'adun
gargajiya, haka nan ma 'yan Yammacin Turai suka zama
bayin na zamani. Muna kirƙirar ƙaddararmu kuma mu ɗaure
.ta da shi

Me yasa ake haihuwar ɗa ɗaya cikin mugayen iyali
yayin da ake haihuwar wani kuma cikin nagari? Kowannensu
ya yi amfani da 'yancinsa don rayuwa ta wata hanya a baya
(a cikin rayuwar da ta gabata) kuma ta haka ne ya jawo wa
.kansa waɗannan yanayi a wannan rayuwar

Babu 'yanci na gaske ba tare da Allah ba. Dole ne mu
riƙa tunawa da Shi koyaushe. Ko menene damuwarmu da
tunaninmu, dole ne Allah ya kasance a kan gaba a cikin
zukanmu, kuma idan muka kasance tare da Shi da gaske,
za a ba mu ikon cimma abin da ya kamata mu yi, a kowane
.lokaci, tare da taimakonSa mai tsarki

Shawara ga almajiri

Ɗaya daga cikin ɗaliban ya tambayi malami
Paramhansa cewa ya ba shi shawara kan yadda zai inganta
kansa, sai ya ce: Idan kana son a ƙaunace ka, fara da ƙaunar
.wasu waɗanda ke buƙatar ƙaunarka

Kuma idan kana tsammani daga wasu Ƙa kasance mai
aminci gare su domin su kasance masu gaskiya a gare ka
Idan kana son hana wasu yin mugunta da wayo, kada ka
bari yaudara ta shiga cikin tunaninka, kuma kada ka yi abin
.da zai cutar da wasu

Idan kana son wasu su tausaya maka, fara da nuna
.musu tausayi, musamman ga waɗanda ke kewaye da kai

Idan kana son wasu su girmama ka, dole ne ka girmama
yara da manya

Idan kana son zaman lafiya daga wasu, dole ne ka rayu
cikin jituwa

Idan kana son mutane su zama masu addini, ka zama
mai ruhaniya a cikin yanayi kuma ka bar wasu su ji cewa kai
abin koyi ne mai kyau kuma za su iya dogara da kai su kuma
.amince da kai

A takaice, duk abin da kake son wasu su nuna Daya
daga cikin kyawawan halaye shine ka fara nuna shi a
rayuwarka, kuma za ka ga cewa mutane za su mayar maka
.da martani iri daya

Idan za ka iya gano bangarorin rayuwarka da ke buƙatar
gyara ba tare da ka karaya ko kuma ka haifar da wani yanayi
na rashin karfin hali ba, kuma idan ka ci gaba da aiki don
inganta halayenka, to lokacin da ka kashe a kan wannan zai
fi amfani fiye da idan za ka batar da fatan wasu za su
inganta kansu. Misalinka mai kyau da dabi'a mai kyau suna
da iko mafi girma na canza wasu fiye da burinka, fushinka,
.da kalmominka kaɗai

Ya Ubangiji, Kai ne tushen dukkan alheri da kuma asalin
dukkann iko, Ka albarkace mu domin mu yi nuni ga
ni'imominKa a kanmu a cikin lafiyarmu, burinmu na ilimi, da
kuma bayyanannun ruhi. Kai ne hasken taurari, kuzarin da
ke cikin kwayoyin halitta, kirki a cikin zukata, da kuma
kyawun gaskiya. Ka taimake mu mu cika kanmu da ikonKa
mafi girma, hikimarka mara iyaka, da kuma sahihancinKa
.mara iyaka

Ya Ubangiji, bari mu gane cewa Kai ne maɓuɓɓugar
lafiya, teku na rayuwa, kuma tushen dukkan fahimta da ilimi
Ka 'yantar da mu daga jahilci da tasirinsa, daga tsoro da

damuwa, kuma ka bar ambaliyar hikimarka ta share dukkan
tarkace da tarkace daga rayuwarmu

Ya Ubangiji, ka yaye mana mayafin da ke boye mana
fuskarka, Bari mu gan ka a matsayin haske mai haske,
kamar ranaku marasa adadi a sararin rayuwarmu. Bari mu ji
Ka a matsayin ikon da ke sabunta tunaninmu, yana ciyar da
rayukanmu, yana kula da jikinmu, kuma yana cika mana
.burinmu

Amin

Yawancin mutane ba su san dalilin ba Tun daga
wanzuwarsu a wannan duniyar, sun yi imani da cewa
manufar rayuwa ita ce cikas sha'awa Samun abubuwan da
ake bukata na rayuwa Neman jin dadi da kaunar dan adam,
da kuma mika wuya ga mai kira na karshe

Mutane suna fara rayuwarsu Masu shirye-shirye da
takamaiman sha'awa da sha'awa wadanda ba a cika su ba a
baya Kuma suna kokari - da dan 'yancin da suka rage - Ta
hanyar kwaikwayon sha'awa da ayyukan wasu, idan sun yi
hulfa da 'yan kasuwa, suna son zama kamar su, kuma idan
sun yi hulfa da masu fasaha, fasaha ta zama komai a gare
.su

Allah yana so mu zama masu amfani a wannan duniyar
Ya ba mu yunwar da ke bukar mu yi aiki don mu gamsar
da ita, amma neman abinci, matsuguni, kudi da dukiya
kawai yana nufin cewa mutum ya manta da tushen farin
cikinsa

Gaskiya ne cewa dole ne mu yi aiki don cimma
bukatunmu da kuma kokarin cimma burinmu na halal, amma
da farko dai, dole ne mu bufe zukanmu ga Allah mu nemi
shiriyarsa da yardarsa a cikin duk abin da muke yi Sannan
tabbas za mu yi nasara a makarantar rayuwa, domin za mu

sami jagorancinmu daga Babban Manaja kuma Mai Ba da Shawara wanda ya san abin da muke bukata da abin da ya fi dacewa da mu. Saboda haka, dole ne mu dogara gare Shi .mu kuma mika wuya ga nufinSa mai hikima

Daga laccocin malami Paramahansa

Idan farin cikin rai ya boye ta hanyar wani kauri mai cike da jin daɗi na ɗan lokaci, hasken zinariya na ruhu zai dusashe, kuma ikon rai na gaskiya ya boye a bayan yawan abu. Lokacin da hankalin mutum ya ja zuwa ga kishi da hassada, kuma ya lullube da gajimare na tsoro da damuwa, mutum ya zama mai bakin ciki, mai bakin ciki, kuma ya sha kashi. Amma lokacin da mutum ya mai da hankali iri ɗaya ga kauna, zaman lafiya, da jituwa, mutum yana fuskantar .babban farin ciki

Rai yana jin daɗi idan ya juya daga sha'awar jiki da aka gauraya da wahala da bakin ciki zuwa kyawawan halaye na ruhaniya, cike da jin daɗi masu girma

Idan rai ya nutse gaba ɗaya cikin jin daɗin duniya mai ban sha'awa, zai zama ba ya kula da neman farin ciki mafi girma kuma ba zai iya jin daɗin ruhaniya ba. Mutane da yawa na iya jayayya cewa watsi da jin daɗin duniya kusan ba zai yiwu ba a wannan duniyar ko yayin da ake zaune a tsakanin mutanen da tunaninsu ya dogara ne kawai akan abubuwan duniya. Duk da haka, ba a buƙatar mutum na yau da kullun ya bar duniya ya koma zuwa tsaunuka da dazuzzuka don samun natsuwa da kwanciyar hankali ba. Maimakon haka, ya kamata su ci gaba da kasancewa a cikin wannan duniyar ba tare da barin rakuman ruwa masu karfi su share su ba, don kada rakuman ruwa masu karfi na .wannan rayuwa su mamaye su

Bai kamata mutum ya kasance mai mummunan ra'ayi game da muhallinsa ba, kuma a lokaci guda bai kamata ya

bar abin duniya ya makantar da ganinsa ba, don kada ya
rasa kusanci da yanayin ruhaniyarsa kuma ya kasa dandana
.farin cikin jin dadi da kuma ganin hasken allahntaka ba
Rayuwa, tare da ainihintar, abubuwan da ke cikinta, da
kuma manufofinta, wasa ne mai wuyar fahimta amma ba zai
yiwu a warware shi ba, kuma tare da tunaninmu na ci gaba,
.muna warware wasu sirrinta kowace rana

Na'urorin da aka gina bisa ka'idodin kimiyya na gaskiya
a wannan zamanin tabbas suna da ban sha'awa, kuma
abubuwan da kimiyya ke kawowa suna ba mu hangen nesa
mai haske game da hanyoyin da za a iya inganta rayuwa.
Amma duk da duk kayan aiki, kirƙira, da dabarun da muke
da su, har yanzu muna kama da 'yan tsana a hannun
ƙaddara, kuma hanyar da ke gaba har yanzu tana da tsawo.
.Kafin a 'yantar da mu daga ikon yanayi

Hakika, rayuwa cikin rahamar yanayi ba 'yanci ba ne.
Hankalinmu masu himma suna cike da damuwa da rashin
taimako lokacin da muka ji cewa mu ne waƙanda ambaliyar
ruwa, guguwa, ko girgizar ƙasa suka shafa, ko kuma lokacin
da abubuwan da suka faru suka kwace mana - ba tare da
dalili mai ma'ana ba - waƙanda muke ƙauna kusa da
zukanmu. Sai mu fahimci cewa ba mu cimma nasarori da
yawa ba, kuma ba mu iya shawo kan mawuyacin yanayi ba.
Duk da duk ƙoƙarinmu na yin rayuwa kamar yadda muke so,
wasu yanayi za su bayyana a wannan matakin duniya, kuma
abubuwan da suka faru ta hanyar tunani mai ƙarfi wanda ba
mu san komai game da shi ba, suna aiki gaba ɗaya ba tare
da ra'ayoyinmu da nufinmu ba. Mafi kyawun abin da za mu
.iya yi shi ne aiki da yin wasu gyare-gyare

Muna noman alkama kuma muna yin gari, amma wa ya
halicci iri na farko? Muna cin burodi da aka yi da gari, amma
wa ya ba wa jikinmu ikon narke shi? Kuma ta yaya za mu
?mayar da abinci zuwa abinci mai gina jiki

A kowace kusurwa ta rayuwa, akwai hannun allahntaka
mai mahimmanci da ba za mu iya sarrafa al'amuranmu ba
tare da shi ba, kuma tare da dukkan tabbacin da muke da
shi, Ba mu san lokacin da zuciya za ta daina aiki ba. Don
haka, bukatar dogaro da karfin hali ga ikon allahntaka mafi
girma da kuma dogaro da kanmu mafi girma, wanda ke
.fitowa daga wannan ikon da aka tsara mana

Dole ne mu sami imani mara girman kai, kuma mu yi
tafiya cikin aminci a kan hanyoyin rayuwa

Ba tare da tsoro da rawar jiki ba, kuma ba tare da
damuwa da tsarewa ba

Magance alerji

Cin galaba kan rashin hankali fasaha ce mai laushi,
kuma sarrafa saurin amsawa yana da mahimmanci don
.habaka dabi'a mai daidaito da tsari

Jin kai ya samo asali ne daga rashin fahimta, rikitarwar
karancin daraja, girman kai mai yawa, da kuma girman kai
.mai yawa

Idan mutum ya yi tunanin cewa an ji masa rauni,
wannan tunanin yana shiga cikin zuciyarsa, yana tayar da
jijiyoyinsa, wanda daga nan sai ya zama mai tsanani kuma
mai tawaye Fushi yana tashi a cikin zuciyarsa saboda motsin
zuciyar da ya ji rauni. Duk da haka, wasu mutane suna da
ikon sarrafa motsin zuciyarsu, don haka alamunsu na waje
ba sa bayyana duk da tsananin fushin da ke cikinsu. Wasu
kuma suna bayyana fushinsu ta hanyar martani nan take,
wanda ke bayyana a cikin tsokoki na ido da fuskokinsu, da
.kuma ta hanyar martani mai kaifi, na baki

Yawan motsin rai yana da mummunan sakamako; yana
rikitar da lamarin kuma yana haifar da rashin kwanciyar
hankali mara kyau wanda ke shafar wasu

Dole ne a yi kokari don nuna kamun kai da natsuwa, don haɓaka yanayi na fahimta da jituwa wanda ke haɓaka zaman lafiya maimakon tashin hankali da kuma kawar da hayakin damuwa. Waɗanda suka yi hakan za su mallaki makomarsu kuma waɗanda ke kewaye da su za su sami lada da godiya .da girmamawa

Yawan jin haushi wani hali ne da yawancin mutane ke da shi, kuma idan wannan motsin rai mara hankali ya tashi, yana makantar da hankali kuma yana boye idanun hikima.

Mafi muni ma, mutumin da ke da yawan jin haushi yana ganin yana tunani, yana ji, kuma yana yin abubuwa daidai, !alhali kuwa halayensa na iya zama ba daidai ba

Mutane da yawa suna ganin ya kamata su tausaya wa kansu idan aka yi musu suka, kuma tausayin kai yana ba su sauƙi. Amma kamar masu shan miyagun kwayoyi, .gwargwadon yadda suke shan su, haka jarabarsu ke karuwa

Mutum mai saurin kamuwa da cuta sau da yawa yakan sha wahala ba tare da wani dalili ba Sau da yawa fiye da haka, babu wanda ya san musabbabin damuwarsa ko yanayin kukansa, wanda ke haifar da karuwar bakin ciki a cikin kebewar da suka yi wa kansu. Babu abin da za a iya cimmawa ta hanyar yin tunani a hankali kan zagi ko suka da ake gani. Ya fi kyau a magance tushen irin wannan rashin jin .daɗi ta hanyar nazarin gaskiya da kuma kame kai

Wannan nau'in rashin lafiyar jiki mara kyau yana da mummunan sakamako; yana cinye zuciya kamar wuta kuma yana lalata kyallen zaman lafiya. Saboda haka, dole ne a magance shi da hikima, da hankali, da kuma da himma mai .karfi

Ina aiki tukuru don yi wa kowa hidima, amma idan na
koma kawaicina don tunani, ban yarda kowa ya dame ni ba.
Sauran al'amura na iya jira, amma bai kamata a yi watsi da
.alkawarin da na yi da Allah kowace rana ba

Kafin ka d'auki wani mataki, ka dakata ka yi la'akari da
sakamakon da tasirinsu ga hankalinka, jikinka, da ruhinka.

Ayyukan da aka tilasta su ba 'yantarwa ba ne, domin
ayyukan da suka saba wa dokokin jituwa da ci gaba za su
takaita mutum. A akasin haka, ayyukan da aka amince da su
ta hanyar fahimta da kuma bisa lamirinsu suna da kyau
.kuma suna kawo 'yanci

Idan ka yanke shawarar yin wani abu mai kyau, ko kuma
ka guji yin wani abu mara kyau, kuma ka tsaya kan wannan
shawarar ka kuma yi aiki yadda ya kamata, ka sani cewa
.rabonka na 'yancin yana da yawa

Allah yana so mu yi amfani da 'yancin zaɓe da aka ba
mu don nemansa mu same shi, amma ba ya son ya tilasta
.mana kansa

Sha'awar kusantar Allah da kuma saninsa ba ta zuwa da
kanta ba, amma dole ne a kunna ta kuma a kula da ita. Ba
tare da wannan sha'awar ba, rayuwa ba ta da wani amfani
.ko dandano

Bari fahimtarka ta ruhaniya ta jagoranci tunaninka kuma
nasararka za ta bi ka duk inda ka je

Ga Allah nake sadaukar da muryata, hannuwana,
kafafuna, zuciyata, jikina, yadda nake ji, nufina da komai

Soyayya ita ce makamin ruhaniya da ke kawo karshen
dukkann yake-yake

Bayan wannan duniyar akwai duniyoyi marasa iyaka
inda za mu sake haɗuwa da waɗanda muka yi tunanin sun
.bar mu har abada

Wannan rayuwar duniya tana canzawa koyaushe, baƙin
ciki yana bin mafarkin baƙin ciki akan ruɗani. Wannan
al'ajabin da ke bayyana a hamadar saninmu dole ne ya
ɓace, kuma dole ne mu farkar da kanmu na gaskiya daga
.karkashin lulluɓin abubuwa masu yawa

Kada ka yi ƙoƙarin gina begenka a kan wannan rayuwa.
Ina garantinka yake? Za ka tsira ne kawai idan ka nemi
.mafaka a wurin sanin Allah

Asalin rai kamar zinariyar da aka binne a karkashin ƙasa
ne. Idan aka cire ƙasa daga zinare kuma aka wanke ta da
.ruwan tunani, sai ta yi haske da cikakken tsarki da haske

Ya Ubangiji, bari mu ga abin da ke da kyau, mu yi tunani
mai kyau, mu kuma yi tarayya da waɗanda ke da kyawawan
halaye. Ka taimake mu mu yi tunaninka mu kuma yi
tunaninka, Ya kai wanda kai ne tushen dukkan adalci kuma
.tushen dukkan alheri

Yanci daga rauni'

Hanya mafi kyau ta shawo kan rauni ita ce a daina
tunaninsa; in ba haka ba, ra'ayin rauni zai mamaye saninka
ya mamaye zuciyarka. Idan muka kawo haske cikin kanmu,
.duhu zai ɓace kamar bai taɓa wanzuwa ba

Wannan ra'ayin yana kawo min kwarin gwiwa mai ban
mamaki

Idan aka shigar da haske cikin kogo wanda aka lulluɓe
shi da duhu tsawon dubban shekaru, duhun yana ɓacewa
nan take Haka nan, rauni da kurakurai suna ɓacewa lokacin
da muka bar hasken Allah ya shiga cikin saninmu, kuma

duhun jahilci ba zai iya wanzuwa ba. Wannan ita ce falsafar
.da ya kamata mu rayu da ita

Jinkiri ba shi da amfani Tayar rayuwa ba ta daina juyawa
ba, kuma kwanakin rayuwarmu suna wucewa da sauri
Kowace minti da muke batar da tunani a sarari da kuma yin
aiki da hikima saka hannun jari ne mai nasara da riba a cikin
farin cikinmu

Mutane da yawa suna batar da rayuwarsu gaba daya
suna tunanin kuɗi, jima'i, da shahara, kuma ba kasafai suke
mai da hankali kan muhimman abubuwan da ke kawo musu
kwanciyar hankali da kuma daga wayar da kan jama'a zuwa
.manyar matakai ba

Komai girman matsayin mutum, ana daukarsa a
matsayin mai nasara a gaban Allah idan ya san yadda zai yi
amfani da lokacinsa cikin hikima da kuma shirya da
.tunaninsa zuwa ga hanya madaidaiciya

Idan hasken Allah ya haskaka wa mutum, ba ya jin cewa
yana buƙatar komai domin farin cikin da ke mamaye shi
yana cika dukkan burinsa kuma yana sa shi jin cewa shi ne
mafi arziki a cikin masu arziki kuma mafi farin ciki a cikin
.masu farin ciki a wannan rayuwar

Ramin Haske

Wadanda tunaninsu na ruhaniya ya farkar da su ta
hanyar tunani mai haske, ayyukan alheri, jin daɗi, da zurfin
tunani za su iya jin tafiyarsu daga jiki a lokacin karshe na
tashi ta hanyar idon ruhaniya. A lokacin zamansu na duniya,
yogi suna yin aikin ganin ramin idon ruhaniya a iyakar da ke
tsakanin abu da ruhu, kuma a lokacin da suka bar Duniya, za
su iya shiga wannan rami mai haske su wuce daga wannan
duniyar zuwa ga sararin Allah mara iyaka na haske, farin
.ciki, zaman lafiya, da cikakken 'yanci

{Haske bisa haske}

Fitilar jiki ita ce idon [ruhaniya]

Idan idonka ɗaya ne

Sannan dukkan jikinka zai cika da haske

Haske kuma yana haskakawa cikin duhu, duhun kuma}

{bai san shi ba

Jin tausayi shine jin baƙin cikin wasu, kusancinsu, yin
magana da su, da gaske ƙoƙarin ta'azantar da su a cikin
bala'in da suka shiga, da farin ciki da farin cikinsu, da kuma
yin iya ƙoƙarinmu don nisantar da tsoro, bukata, da damuwa
.daga gare su

Wanda ke da ruhin son kai ba ya aiki bisa ga
ƙayyadadden lissafi da tsammani, amma yana amfani da
basirarsa da kuma kyakkyawan hukunci kuma yana ci gaba
da taimaka wa kansa da wasu, yana gode wa Allah saboda
nasarar da ya samu. Idan ya gaza sau ɗaya ko sau da yawa,
ba ya jin karaya, sai dai ya ƙara jajircewa, yana ninka
ƙoƙarinsa yana maimaita ƙoƙarin, yana bincika sabbin
ra'ayoyi da hanyoyin sadarwa, yana jagorantar hasken
hankali, yana neman taimakon Allah har sai ya cimma
.burinsa kuma ya cimma manufarsa mai daraja

Wanda ya yi aiki don faranta wa wasu rai, Allah zai
faranta masa rai da jin daɗin zuciyarsa. Idan ya rasa wani
abu saboda waɗanda yake ƙoƙarin taimaka musu, ba ya
ɗaukarsa a matsayin asara domin a madadinsa yana samun
yardar Allah da kwanciyar hankali. Yana rayuwa don ƙauna,
aiki, bayarwa, da shuka irin alheri da zaman lafiya a fagen
.ɗan adam

Duk wanda ya wuce duniyarsa ta kansa a cikin
tunaninsa da ji, yana faɗaɗa fahimtarsa, yana ƙara

tausayinsa, kuma yana jin cewa duniya ita ce gidansa kuma
ɗan adam ita ce iyalinsa. Ya fahimci cewa manufar
wanzuwarsa a wannan duniyar ita ce gyara kansa kafin ya yi
kokarin gyara wasu, domin duk wanda ya gyara kansa yana
taimaka wa wasu su gyara kansu ta hanyar misalin
rayuwarsa. Ayyuka suna da tasiri mai zurfi da tasiri mai zurfi
.ga rayukan wasu fiye da kalmomi

Tashoshi masu gajeru

:Hasken gaskiya

Wasu mutane suna kokarin guje wa matsalolinsu ta
hanyar murmushi, amma irin wannan tserewa yana bukatar
lamiri mai tsarki, wanda ba shi da munafunci da yaudara.
Idan mutum ya yi mu'amala da kansa da wasu da gaskiya,
kuma ya yi aiki da mutunci da mutunci, idanunsa za su
bayyana, kuma wani haske na musamman zai fito daga gare
.su - hasken gaskiya mara kuskure

:Gaskiya

Wasu mutane suna faɗin abubuwa da yawa da sunan
gaskiya, amma ba za ka iya yi wa kowa magana game da
komai ba Lokacin da kake ba da shawara da jagora, wasu
mutane ba su fahimci kalmominka ba kuma ba su amfana da
komai daga abin da ka faɗa ba; wannan aiki ne da ba a yaba
ba kuma aiki ne da ba a yaba ba Shiru a irin waɗannan
yanayi yana da kyau, amma wannan ba zai yiwu ya yi shiru
.game da aikata laifi ba

:Daidaito kai

Daidaito kai abin birgewa ne kwari da gaske. Mutane
da yawa sun san yadda yake da wahala a zauna lafiya da
wasu, amma shin kun taɓa tunanin zama lafiya da kanku?
Yana da matuƙar wahala, amma yana yiwuwa. Idan kun
binciki kanku, za ku ga cewa koyaushe kuna cikin rashin

jituwa da kanku. Idan ba ku son kanku ba, ba za ku so wani
ba. Kuma idan mutum bai jitu da kansa ba, ta yaya zai iya
?zama lafiya da wasu

Daidaiton kai yana da mahimmanci don jituwa da
duniya. Saboda haka, yana da mahimmanci a daraja da
kaunar kanka, domin ka cancanci wannan kaunar. Dole ne
mutum ya kaunaci kansa domin Allah ya haliƙce mu kuma ya
ba mu iko mai kyau. Kaunar wannan zuciyar, wannan abu
mai cike da halaye nagari, yana karfafa ɗabi'a mai kyau
kuma yana tsarkake hankali daga kazanta da zuciya daga
.mugunta da kiyayya

:Daidaita kamfas ɗin adabi

Mutum ba zai iya yaudarar lamirinsa ba, ya ba da hujjar
aikata laifi, ko kuma ya tsere wa sakamakon ɗabi'un da ba
daidai ba, koda kuwa za a yi tafiya zuwa wata duniya.
Sakamakon ayyukansa yana tare da shi, kuma dole ne
mutum ya gyara tafarkinsa kuma ya daidaita kamfas ɗin
ɗabi'arsa ta yadda allurarsa koyaushe za ta nuna hanya
.madaidaiciya

Wasu mutane suna rayuwa a cikin mafi munin yanayi
amma duk da haka suna cikin jituwa da kansu, yayin da
wasu kuma suna da kowace dama da duk abin da suke
bukata amma duk da haka suna cikin rikici na dindindin da
kansu. Saboda haka, bai kamata mutum ya jira yanayi ya
canza ba. Ka tabbatar wa kanka cewa kana lafiya duk da
yanayin da kake ciki, wanda zai iya bambanta da abin da
.kake so

Duk wanda ya sanya kansa a cikin rahamar yanayi,
Yana jiran abubuwa su canza, kuma jiran sa zai daɗe

An ce wani mutum yana iya magana da harsuna goma
sha takwas, amma talaucinsa ya yi yawa har ba zai iya

samun fitilar da zai karanta ba. Don haka zai je kusurwa ya zauna a karkashin hasken titi don karantawa. Hakika, karfin hali yana kirkirar hanyoyi, yana kirkirar damammaki, yana sabunta bege, yana cika ayyuka, kuma yana cika buri da .mafarkai

Ana iya yin sadarwa ta gaskiya da waɗanda suka san Allah ta hanyar mu'amala ta kai tsaye da su, karanta rubuce-rubucensu da kyau, ko kuma yin bimbini mai zurfi game da su. Muhimmin abu da za a tuna. Yana cikin fahimtarsu, .wanda ya yi daidai da Allah

Idan muka daidaita tunaninmu da manyan rayuka waɗanda ke kaunar Allah, wannan jituwa a hankali tana canza rayuwarmu ta hanya mai ban mamaki. Wannan jituwa ba ta bautar da nufin ba, sai dai ta faɗaɗa ikonta da kuma karfafa ikonta. Wannan shine bambanci tsakanin kasancewa cikin jituwa da mutanen da ke cike da girman kai da kuma shagaltuwa da abin da za su iya samu, da kuma kasancewa cikin jituwa da masoyan Allah da ɗan adam waɗanda manufarsu ita ce bayarwa da farkar da kaunar Allah a cikin rayukan waɗanda ke cikin jituwa da su. Magnetism na waɗannan mutane masu albarka yana kawo mu cikin .kusanci da maganadisu na Allah

Dole ne mu tuna cewa yayin da muke koƙarin biyan buƙatunmu, dole ne mu taimaka wa wasu su sami abin da suke buƙata kuma mu raba wa marasa galihu kyawawan abubuwan rayuwa da ke zuwa mana. Bari mu tuna cewa mu ɓangare ne na dangin duniya kuma ba za mu iya rayuwa ba .tare da wannan babban iyali ba

Yaya rayuwa za ta kasance ba tare da kafintoci, masu kirkira, manoma, da sauransu ba? Ta hanyar bayarwa da karɓa, da kuma musayar ayyuka, Allah yana so mu yi tunani a kai kuma mu tausaya wa wasu. Babban kuskure ne mu rayu don kanmu kawai ba tare da la'akari da wasu ba.

Lokacin da muke tunanin farin cikinmu, dole ne mu yi tunani game da farin cikin wasu. Ba a buƙatar mu ba da duk abin da muke da shi don jin daɗin iyalin duniya ba, domin hakan ba zai yiwu ba. Maimakon haka, ya kamata mu tausaya wa wasu kuma mu yi abin da za mu iya don taimaka musu da .rage musu nauyin da ke kansu

Akwai dangantaka tsakanin nasara da kuma tsakanin gamsuwar rai, a cikin mahallin da mutum ke rayuwa a ciki

Nasara ta gaskiya sakamakon aiki ne da ya dace da ka'idodin adalci, kuma ya haɗa da farin ciki da walwalar wasu a matsayin muhimmin ɓangare na gamsuwar mutum. Duk wanda ya yi amfani da wannan ka'ida ga rayuwarsa ta zahiri, ta hankali, ta ɗabi'a, da ta ruhaniya, zai ga wannan .ma'anar nasara ta zama cikakke kuma cikakke

Mutane suna tunanin nasara ta hanyoyi daban-daban dangane da burinsu a rayuwa. Wani lokaci, wasu mutane suna kwatanta ta da sata, suna faɗin abubuwa kamar, "Shi ɓarawo ne mai nasara!" Wannan yana nuna cewa ba duk nasara ake so ba; bai kamata nasararmu ta cutar da wasu .ba

Wani abin da ake buƙata don samun nasara shi ne kawo jituwa da sakamako mai kyau, ba wai ga kanmu kaɗai ba, .har ma dole ne mu raba waɗannan fa'idodin ga wasu

Samun nasarar kuɗi ba wai kawai yana nufin jin daɗin abin da muka cancanta ba ne; yana kuma nufin samun alhakin ɗabi'a na taimaka wa wasu su kirƙiri rayuwa mafi kyau ga kansu. Duk wanda ke da hankali zai iya samun kuɗi, amma idan yana da kauna a zuciyarsa, ba zai iya amfani da wannan kuɗin da son kai ba; maimakon haka, za su raba abin da suke da shi da wasu

Kudi ya zama la'ana a hannun mutane masu rowa da
kwazo, amma albarka ce da kyauta ga waɗanda ke da
hannuwa masu karimci da zuciya mai kirki

Rayukan kirki suna jawo hankalin rayuka nagari kuma
suna sha'awar su

Dole ne mu koyi kaunar makwabcinmu kamar kanmu
kuma mu tuna cewa muna nan a wannan rayuwar na ɗan
lokaci kaɗan, bayan haka za mu tafi wata duniya wadda
matakinta ya dogara da matakin tunaninmu da ingancin
.ayyukanmu a lokacin wannan zaman duniya

Su waye danginmu na gaskiya? Ga mai hikima, kowa
dangi ne, kuma kowanne "makwabci" Hakika, mai hikima
yana da ikon fahimta kuma ya fahimci cewa duk da cewa
rana tana haskaka haskenta akan wani yanki na kwal da
lu'u-lu'u, lu'u-lu'u, ba kamar kwal ba, yana da ikon
musamman na karɓar haske da haskakawa cikin haske. Ya
kamata mutum ya nemi rakiyar waɗanda tunaninsu da
motsin zuciyarsu suke da tsarki kamar lu'u-lu'u kuma ya
kamata ya keɓe lokaci don neman abokai na gaskiya.
Waɗanda ke rayuwa mai tsabta da gaskiya za su jawo
hankalin abokai waɗanda aka siffanta su da tsabta da
gaskiya, yayin da waɗanda ke rayuwa bisa ga ɗabi'un asali
ba tare da fahimta ba za su jawo hankalin abokai irin
.wannan

Idan kana daraja manyan manufofi da ka'idodi masu
girma, yana da kyau ka guji hulɗa da mutanen da ba su
yarda da waɗannan manufofi da ka'idodi ba kuma waɗanda
ke rikitar da tunani da kuma dagula yanayi, don kada
girgizarsu ta rage matakin girgizar ka. A lokaci guda, kada ka
.ware kowa daga da'irar kaunarka

Bugu da kari, mutum bai kamata ya ba da kauna kawai
ba, har ma ya yi zaman lafiya, ta yadda duk inda ya je, zai

kirkiri jituwa da kwanciyar hankali, yana wartsake waɗanda ke kewaye da shi da irin halayensa. Babu wanda yake son kusantar wani skunk mai kamshi mai kamshi - yi hakuri da furucin - kowa yana guje masa. Haka nan, mutum mai jin tsoro, mai saurin fushi, kuma mai jayayya yana bata wa wasu rai da kuma korarsu. Muna son mu zama kamar furen fure masu fure waɗanda ke fitar da kamshi mai daɗi wanda ke faranta wa zuciya rai. Mu yi kokari mu yada kamshin salama da iskar alheri duk inda muka je da duk inda muke .zama

Mulkin Allah ba ya cikin gajimare ko a wani wuri na musamman a sararin samaniya. Bayan duhu ne muke gani lokacin da muka rufe idanunmu, kuma lokacin da muka yi bimbini da addu'a, idon ruhun da ke goshinmu yana buɗewa a cikinmu, kuma muna ganin haske mai albarka kuma muna jin farin ciki yana ratsa kowace kwayar jiki, kuma muna jin cewa an ɗage labulen kuma an buɗe kofar sirri zuwa ga .mulkin Allah

Allah farin ciki ne mai sabuntawa koyaushe, farin ciki ne wanda ya kunshi komai. Dole ne mu ji daɗin da ke zaune a .cikinmu kuma ya kewaye mu da rashin iyaka

Bayan iyakokin girgizar abu mai yawa akwai sani mara iyaka, wanda ya kunshi komai, wanda ba za a iya kwatantawa ba a cikin dukkan ɗaukakarsa, faɗinsa, da rashin iyaka. Wannan shine mulkin sama, jin daɗi na har .abada, marar iyaka, kuma marar iyaka

Idan fahimtar rai ta faɗaɗa, kuma ta ji kasancewarta a .ko'ina, to sai ta haɗu da ruhun allahntaka

Tsarki ya tabbata ga Maɗaukakin Sarki, wanda ke kan karagar mulki a sararin sama, inda sama ta haɗu da tekun.

Tsarki ya tabbata ga Maɗaukakin Sarki, wanda ke kan karagar mulki a kan zaman lafiya da ke cikinmu; ta hanyar

mai da hankali kan Maɗaukakin Sarki a cikinmu, za mu iya
.samun ikonsa mara iyaka

Ilimi da ake samu daga nazarin littattafai ko daga
mutane ilimi ne mai iyaka, yayin da ilimin da ake samu kai
tsaye daga Allah yake ba da ikon hikima, kyawun tabbacin,
kwanciyar hankali na zuciya, da kuma kwanciyar hankali na
rai

Ya Ubangiji, ka koya mini yin addu'a da zurfin tunani da
kuma haɗa tunani da sha'awa mai zurfi, kuma ka bar
zuciyata ta tsarkaka kowace rana ta hanyar tsarkakakkiyar
kaunata gare Ka

Yanci daga kuntatawa na Karma'

ko ta hankali ko ta jiki, ko ta sani ko ba ta sani ba, yana ,
da tasiri na musamman ga rayuwar mutum Ayyukan da suka
gabata ba wai kawai waɗanda aka yi kwanaki, watanni, ko
shekaru da suka gabata ba ne, har ma da ayyukan da suka
.faru daga rayuwar da ta gabata

Kun mutu, kuma Ya rayar da ku, sa'an nan Ya matar da
ku, sa'an nan Ya sake rayar da ku; sa'an nan zuwa gare Shi
.ake mayar da ku

Illolin kyawawan ayyuka da munanan ayyuka A cikin
rayuwarsa ta yanzu, waɗannan alamun suna nan a cikin
rashin sani ko kuma rashin sani, kuma tasirin da mutum ke
ɗauke da shi (ko kuma wanda ransa ke ɗauke da shi) daga
abubuwan da suka gabata suna kwance kamar iri a cikin
rashin sani, suna jiran yanayi mai kyau Don tsiro da girma a
takamaiman lokacin karmic Dokar karma, wacce ke daidaita
abubuwa, ta kunshi aiki da martani, dalili da sakamako,
shuka da girbi

Kowanne mutum yana tsara makomarsa ta hanyar
tunaninsa da ayyukansa, kuma kuzarin da yake fitarwa, ko

da hikima ko wauta, ba makawa ya koma gare su a matsayin wurin farawarsu, kamar yadda da'ira ke cika kanta da cikakken daidaito [Tambayar ita ce] dole ne mai neman da son rai ya fuskanci—ba tare da son ransa ba—sakamakon ayyukansa na baya da ba makawa, ko kuma abin da ake kira kaddara? Amsar ita ce a'a Allah shi ne doka da kauna, kuma mai neman wanda ya juya gare shi da sha'awa ta gaskiya da cikakken imani, ya daidaita ayyukansu da dokar Allah, kuma yana neman kaunar Allah marar sharafi babu shakka zai sami albarkar Allah wadda ke saukaka nauyi da inganta .yanayi

Allah ya sanya mu a cikin wannan duniyar da ke cike da ruɗu, kuma Ya san wahalarmu da gwaje-gwaje da wahalhalun da muke sha. Mutane suna zurfafa duhun ciki na jahilci na ruhaniya lokacin da suka ɗauki kansu a cikin zunubi kuma ba su da ikon tserewa daga zurfinta. Ya fi kyau su yi kofari su gyara kansu, suna neman taimako da tausayi daga zuciyar rahamar Allah, suna fatan gafara daga Allah .mai kauna, mai tausayi, da kuma mai gafara

Idan muka fahimci kusancinmu da Allah, wace karma ce za ta iya ɗaure mu? Kada ka bari wani ya shawo kanka cewa azabarka da wahalhalunka sakamakon karmarka ne. A matsayinka na ruhi a cikin ainihinka, ba ka da karma. A'a, dole ne ka fahimci wannan gaskiyar ta hanyar tabbatar wa kanka cewa kai ɗaya ne da ainihin rayuwa, haske, da karfin sararin samaniya. Idan ka fahimci wannan gaskiyar, ba ka da abin tsoro, kuma Allah zai buɗe maka kofofi da yawa kuma .ya ba ka damammaki da yawa

Idan ba ka jin daɗin yadda rayuwarka ke tafiya, ka canza tunaninka ka kuma cika hankalinka da kuzari mai .kyau, za ka ji bambancin da kanka

Babu bukatar mutane su yi kuka da baƙin ciki game da abinda suka rasa, ko kuma su danganta yanayin rashin jin

dadinsu ga kurakuran da suka yi a wannan rayuwa ko a baya, domin wannan nau'i ne na sakaci na ruhaniya. Dole ne su yi aiki su cire ciyayi daga lambun rayuwa, sannan furanni mafi dadi da haske za su yi fure kuma su ba da 'ya'yan itatuwa mafi dadi da kyawawa Ta wurin alherinsa, .Maɗaukaki

Mika wuya ga Allah ba yana nufin rashin amfani da nufinmu don inganta al'amuranmu da kuma jiran Allah ya daidaita yanayinmu ba tare da wani kokari daga gare mu ba, domin Allah yana taimakon waɗanda ke taimakon kansu

Ma'anar ita ce mu koyi yadda za mu je wurin Allah don ya shirya da nufinmu da kuma albarkace mu da kuma karfafa kokarinmu na gaskiya. Idan muka shawo kan matsalar rashin son mika wuya, muna samun kariya daga Allah wadda babu wanda zai iya ba mu a wannan duniyar, kuma muna samun karfi wanda babu wata jarabawa da za ta .iya shawo kansa

Kowa zai iya kulla dangantaka ta musamman da Allah idan ya san yadda zai buɗe zuciyarsa ga Allah kuma ya yi marmarin kasancewarsa ta Allahntaka, wanda ke kawo farin .ciki da tabbaci

Idan mutum ya ji yana buƙatar Allah sosai, yana sane da cewa ba zai iya yin hakan ba tare da Shi ba, zai ga cewa Allah yana amsawa ta wata hanya ko wata. Amma dole ne su fara gina wannan karfin jin dadin, domin amsar ba za ta .zo ba da gangan ba

Idan ba mu ba Allah matsayi na farko a rayuwarmu ba, yanayin saninmu zai kasance cikin damuwa da ruɗani, kuma ba za mu iya mu'amala da buƙatun rayuwa marasa iyaka yadda ya kamata ba cikin ma'ana da kuma yadda ya .kamata

Kuma ta yaya za a gina wannan sha'awar? Duk lokacin

da muka fuskanci bala'i ko wahala, kuma duk lokacin da muka ji wani nauyi a cikin zukatanmu, dole ne mu koma ga Allah mu nemi taimakonsa, da sanin cewa duk wanda yake kaunar Allah kuma yana kiyaye shi a cikin tunaninsa da zuciyarsa, yanayinsa zai inganta. Yanayinsa yana canzawa .zuwa mafi kyau

Idan muka motsa kuma muka girgiza ether Da addu'o'inmu na zuciya da rokonmu na gaskiya, za mu fitar da ainihin amsar Allah wadda ta kunshi abinci, warkarwa, da .farin ciki

Ga waƙanda ke sha'awar abinci mai gina jiki na ruhaniya, abubuwan da suka gabata na takaici da gazawa ba su da mahimmanci. Darussa za a iya koya daga gare su, kuma mutum zai iya sake gwadawa, maimaita kokarin tun daga farko. Za a tabbatar da nasara, tare da taimakon Allah, ga duk waƙanda ba su karaya ba saboda gazawa, waƙanda kudurinsu bai raunana saboda bala'o'i ba, kuma waƙanda suka yi imani da imani mara misaltuwa cewa Allah yana goyon bayan waƙanda suka dage. Waƙanda ke kan hanya madaidaiciya, kuma yana ba su bege, karfi, da fata, har sai sun cimma burinsu na karshe da kuma cimma manufar .rayuwa

Tunani karfi ne kamar wutar lantarki, da kuma yanayin .tunani. Yana komawa ga tunani da kuma yadda ake tunani

Wutar lantarki tana da amfani kuma tana da illa; duk wanda ya yi amfani da ita da kyau yana amfani da ita ga aikinsa In ba haka ba, tana iya kashe shi. Haka kuma yana tunanin Idan an shirya ta a kan hanyoyi masu kyau Tana kawo farin ciki ga mai ita, in ba haka ba tana kawo masa .matsala

Tunani kamar doki ne na daji, amma kuma takura shi ba
abu ne mai yiwuwa ba, kuma tunani mai kyau hanya ce ta
sarrafa tunani

Tunani mai kyau aboki ne na kud da kud Kuma tunanin
da ba shi da lafiya makiyi ne na dindindin

Tunani mai kyau yana jawo zaman lafiya da aminci,
yayin da tunani mara kyau ke harba kibiyoyi masu kisa
wadanda ke sake afkawa mai shi biyu. Saboda haka, ana
cewa, "Ladar tana kama da aikin." Muddin mutum ya aika da
kyawawan niyya, tunaninsa zai koma fitilu, yana haskaka
ɗakunan rai kuma yana korar tarin duhu, don ya ji daɗi
sosai, idanunsa kuma su haskaka da murmushin gamsuwa!
Bari murmushin ya daɗe a idanunku Kuma aminci ya
.tabbata a gare ku

Rayuwa kamar nika ce da ke nika 'Ya'yan gwaji masu
amfani da gwaji, don yin burocin rai Kamar hanya ce mai
lankwasa, tare da furanni masu kyau a kowane gefe, malam
buɗe ido masu haske da bishiyoyi masu 'ya'yan itace masu
daɗi a rassansu, duk da haka ba mu da yawa mu tsaya Bari
mu ji daɗin ganinta mu kuma ji daɗin daɗinta; hakika, sau
da yawa muna kan kugiya don isa ga wurare masu faɗi,
muna tunanin akwai kyawawan ra'ayoyi fiye da abin da
muka gani. Amma yayin da muke kaura a hankali A kan
hanyoyi masu fure da 'ya'ya, muna samun bishiyoyi
wadanda suka fi duhu fiye da sabo, sannan furanni suka
ɓace. Tare da ita, malam buɗe ido da 'ya'yan itatuwa, sai
.kawai mu sami kanmu a cikin hamada mara amfani

Rayuwar ɗan adam kamar ruwan teku ne, wadanda aka
tsarkake kuma suka zama sabo Sai lokacin da ka hau sama.
Kamar mafarkin safe ne, yana kura haske yayin da shekaru
suka yi yawa, domin abubuwa a lokacin suna bayyana kuma
sun fi bayyana. Kamar tafiya ne a cikin yanayin da yanayin
ke canzawa yayin da muke tafiya nesa. Sannan yanayin iri

ɗaya yana canzawa yayin da muke kusantar sa, da
.sauransu

Rayuwa ba ta kunyata masu hikima ba, domin suna
mu'amala da ita da kyau kuma suna jin daɗinta Ba tare da
barin ta ta mamaye su ba kuma ta hana su 'yancinsu Misali,
suna jin daɗin ruwa Suna sha kuma suna wanka a ciki,
amma ba sa barin kansu su nutse a ciki Suna jin daɗin
tufafin da suke so Ba tare da bin ka'idodi da ka'idodi da ake
ɗauka a matsayin na sama ba Suna jin daɗin cin abinci ba
tare da barin cin abinci ya cinye su ba, saboda cin abinci mai
yawa yana raunana jiki Kuma yana cinye fahimta Kuma zai
lalata shi gaba ɗaya Don haka, mutum ya kamata ya ji daɗin
rayuwa Amma ba tare da gajiyyar da hankali ta hanyar
nutsewa ba

yin mu'amala da wasu Ba yana nufin yarda da su akan
komai ba, ko kuma sadaukar da manufofi don kansu, domin
wannan salon bin ka'ida ba shi da kyau kuma bai dace da
gaskiya ba. Masu gyara da manyan mutane ba su yarda da
mutane da yawa da ke kewaye da su ba, duk da haka sun
riƙe manuƙarsu, domin sun fahimci cewa abin da suke yi shi
.ne daidai

Da farko dai, dole ne mutum ya kasance cikin jituwa da
Allah, sannan kuma da lamirinsa, sannan kuma da mutane

Bai kamata a yi watsi da ka'idar ba, kuma kada a yi
amfani da wasu dalilai na ɓoye don cimma wata manufa,
.domin hakan bai dace da mutanen da ke da manufa ba

Wa zai iya rayuwa ta hanyar da za ta faranta wa Allah
rai? Kada ku cutar da wasu, domin ba su da abin tsoro. Idan
wannan hanyar ba ta gamsar da wasu ba, ya isa mutum ya ji
daɗin ciki kuma ya ji daɗin kwanciyar hankali wanda ke sa
.shi ba tare da yardar mutane ba

Karfi da sha'awar rai Wajen komawa ga Allah Ana
kiransa maganadisu na ruhaniya Kuma tare da wannan
maganadisu, rai yana jawo albarka ga kansa da rawar jiki
mai kyau da duk kyawawan abubuwan ɗan adam waɗanda
.ke tunatar da ita alheri da adalci

maganadisu ta ruhaniya lko ne da yake jawo hankalin
mutum da kuma jawo shi ga kansa Abokai nagari da
abubuwa masu mahimmanci da mahimmanci da kuma
fahimtar abubuwa masu fahimta Wannan ikon ya samo asali
ne daga karfin maganadisu mai jan hankali na Allah

Kyandir na Zaman Lafiya

Dauki tukunyar tunani Cika shi da kwanciyar hankali

.Ka ɗauki kwalbar ji na, Ka cika shi da rahamarKa

Dauki kwandon raina mara komai Cika shi da 'ya'yan
hikimarka

Zuba ruwan kaunarka a cikin raina Zan zuba shi a cikin
kofunan rai mai kishirwa

Rushe ganuwar girman kai Ka nutsar da ni cikin
cikakken kasancewarka

Hasken alfijir na soyayya

Bari ya leka daga budewar zuciyata

Yana tunatar da ni hasken rana na kaunarka

Yaduwuwa a sararin samaniyar rayuwata

Hasken kaunarki ya haskaka

A kaina, kuma an haskaka shi

Haskenka ya cika sararin ruhaniya ta

Kai ne rayuwar da ke riƙe jikina
Kuma tunanin da ke zaɓurar da tunani na
Kuma hikimar da ke kawar da jahilcina
Ina kunna kyandir mai siririn kaunata
Don karanta littafin zinare
An kiyaye ni a cikina tun zamanin da
Soyayyarki ta kasance kuma har yanzu tana nan
Kyandir ɗin zaman lafiya da ba a gani
Wanda ke kore duhu kuma yana nuna min saƙonninku
Shafin yanar gizo yana kan shafukan zukata
Bari ɗaukakarka ta bayyana, ya Ubangiji
Allah ya haskaka hikimarka ya kuma haskaka ta
Jahilci, rashin jituwa, da kuma kishi
Daga bakin teku na duniya har abada
Maida rauninmu zuwa ƙarfi
Kuma mun raunana cikin kuduri
Yi wa jikinmu caji da wutar lantarki mai mahimmanci
Kuma ku cika hankali da ruhi da hasken warkarwarku
Ka riƙe hannunmu domin kada mu nutse cikin ruwan
gafala daga gare Ka, kuma ka cika rayuwarmu da kaunarka
da hikimarka. Bari mu ji cewa muna kusa da Kai sosai kuma
.hasken rahamarka yana haskaka mana a koyaushe
Ina sanya furannin tunanina masu raɗa da ƙarfi
A cikin tsarin natsuwa

Kamshinta mai shiru yana waka
Kuma yana rera wakar daukakarka
Kuma da hasken haskenka mai tsarki
Ina ganin kyawun wanzuwarki
Mafarkai na masu farin ciki sun cika
Lokacin da haskenka ke walkiya a cikin raina
Labulen suna ci da wuta ta hikima
Ina ganin daukakarka, kuma farin cikina yana karuwa
Allah Ya haskaka muku da haskenSa
Kuma gaisuwa daga rai zuwa gare ku

Akwai buƙatu da buƙatu da yawa da duniya ta ɗora
mana kuma ta shawo kanmu game da mahimmancin su da
kuma rashin yiwuwar rayuwa ba tare da su ba ko kuma
samun damar yin hakan ba tare da su ba. Amma babban
abin da ake buƙata shi ne samun zaman lafiya na Allah,
wanda tushensa ba ya bushewa kuma tushensa ba ya
bushewa, kuma wanda ke ba da ɗanɗano da ma'ana ga
.komai a rayuwa

Bari mu tuna cewa Allah shine ainihin halittarmu, kuma
wannan kauna ita ce taga da muke kallon fuskarsa mai
daukaka. Duk wanda yake son jin kasancewar Allah kuma
yana kula da wannan babban sha'awar tunani da aiki, Allah
zai amsa rokonsa kuma ya taimake su su rusa labulen da ke
.hana su ganin hasken da ke da albarka

Duk wanda ya kuduri aniyar ci gaba a kan hanya ba zai
hana shi komai ba, kuma babu wani cikas da zai hana shi har
.sai ya cimma burinsa ya kuma cimma burin zuciyarsa

Lu'u-lu'u da Duwatsu na Ruhaniya

Wadanda ke fallasa raunin wasu kuma suna jawo musu
kunya da kiyayya ba su da hikima da hukunci mai kyau. Ya
kamata mu raina zunubi, ba mai zunubi ba, domin shi
ɗan'uanmu ne a cikin ruhi, duk da duhun jahilci da ke
kewaye da shi. Manufar hukunci ya kamata ta zama
warkarwa, ba ta yin murna da rauni ba. Ya kamata mu yi wa
ɗan'uanmu mai zunubi kamar yadda muke son a yi mana
.idan muna cikin matsayinsa da halinsa

Duk wanda ya boye laifin ɗan'uwansa a duniya, Allah zai
.boye laifinsa a lahira

Kamar yadda muke yi wa wasu shari'a, haka dokar
ruhaniya take yi mana hukunci iri ɗaya. Bai kamata mu yi
tsammanin abubuwa da yawa daga wasu ba, kuma kada mu
yi tsammanin sakamako mai kyau daga kowa, ko da kuwa
.suna yin iya kokarinsu

Mutum zai iya faɗuwa ya yi tuntube, amma zai kasance
cikin aminci matuƙar ya yi iya kokarinsa don sake hawa tsani
na nagarta da adalci

Kowace rana ya kamata mu yi kokarin ɗaga hankalin
majiyyaci a jiki, a hankali, ko a ruhaniya a muhallinmu,
.kamar yadda muke taimaka wa kanmu ko 'yan uwanmu

Duk wanda ya yi kokarin rayuwa bisa ga dokokin Allah -
maimakon tsohon rayuwar son kai da ke kawo wahala da
wahala - zai ga cewa komai girman matsayin da yake
takawa a rayuwa, zai ci gaba da kasancewa muhimmiyar
rawa matuƙar ya yi aikinsa gwargwadon yadda daraktan
wasan kwaikwayo na sararin samaniya da kuma shugaban
dukkar ƙaddararmu: Allah Maɗaukakin Sarki

Idan muka yi mu'amala da wasu da gaskiya ta gaske,
kauna ta gaskiya, da kuma la'akari da yadda muke ji, za mu
kawo abokai nagari cikin rayuwarmu ba tare da sha'awar

kanmu ko lissafin son kai ba tare da la'akari da komai ba; in
ba haka ba, ba za mu iya gane abokanmu na gaskiya ba

Ya zama dole a kawar da munafunci da kuma yin kamar
ba a yi ba, sannan a yi abin da ba zai cutar da wasu da
.gangan ba

Bai kamata a yi fushi, a raina abokai, ko a yi musu
rashin jituwa ba, kuma bai kamata a ba su wani dalili na
ɗaukar munanan ra'ayoyi a gare mu ba. Bai kamata a
wulakanta abokai, a yi amfani da su, ko a ba su shawara ba
tare da an nemi shawara ba sai dai idan an nemi shawara.

Lokacin da aka nemi shawara, ya kamata a ba da ita da
gaske da kirki, ba tare da tsoron sakamako ba. Abokai suna
taimaka wa junansu ta hanyar sukar 'yan'uwa masu ginawa
.da kuma masu ginawa

Matsalolin rayuwa masu wahala ba sa zuwa don
gurgunta nufinmu da kuma kayar da mu, sai dai don karfafa
kudurinmu da karfafa imaninmu ga Allah da kuma
amincewar kanmu. Wasu mutane suna kuskuren yarda cewa
wadannan abubuwan da suka faru da kalubalen karfi ne
masu barna da ba za a iya shawo kansu ba, don haka suna
barin tunani mai kyau yana da mahimmanci don kunna
karfin zuciyarmu don mu magance rayuwa da gwaje-
.gwajenta yadda ya kamata

Idan mutum bai yi gogayya da wanda ya fi shi karfi ba,
ba zai yi karfi ba. Hakazalika, idan muka fuskanci
wahalhalunmu da karfin hali da karfin hali, za mu kara karfi
.da juriya

Hankalinmu muhimmin bangare ne na sanin Allah mai
cike da komai A farkashin rakuman hankalinmu akwai tekun
saninsa mara iyaka Lokacin da rakuman ruwa suka manta
cewa bangare ne na babban teku, yana raba kansa da
wannan ikon teku Sakamakon haka, tunanin mutane yana

raunana saboda kuntatawa na abu kuma ba sa iya yin aiki
mai amfani da wadata da yalwar samarwa Lokacin da
hankali ya girgiza kurar jahilci ya karya sarkokin da ke dāure
karfinsu, za su kara samun ikon kirkira da mu'amala mai
.kyau da rayuwa

Idan ka rike wani ra'ayi ka kuma cika shi da karfi,
wannan ra'ayin zai canza zuwa karfin kuzari. Kuma lokacin
da tunani ya zama mai karfi, zai iya kirkirar yanayi mai kyau
don samun nasara, bisa ga taswirar da ba a gani ba da aka
.zana a cikin tunani

Mutane suna gazawa saboda sun yarda da mawuyacin
halin rayuwa ba tare da sun yi musu tsayayya ba, maimakon
su yi musu tsayayya ba tare da sun mika wuya ba

Wajibi ne a motsa jiki da kuma kunna karfin zuciya

Wadanda suka shiga wurin kwanciyar hankali za su iya
sadarwa ta ruhaniya da wasu rayuka wadanda ke kaunar
Allah, kuma za su iya fahimtar yaren wardi da dukkan halittu
.masu rai

Ya Ubangiji, ka zama Sarki dāya tilo da ke kan karagar
mulki bisa kaunata da sha'awata

Wadanda ke yin bimbini suna fuskantar kwanciyar
hankali mai zurfi, kuma ya kamata a kiyaye wannan
kwanciyar hankali na ciki ko da tare da wasu. Abin da
mutum ke koya a cikin bimbini ya kamata a yi shi a cikin
ayyukan yau da kullun da hulfa da wasu, ba tare da barin
.kowa ya dame shi ko ya dame shi ba

Idan kana son kirkirar kyakkyawar dabi'a ko kwar da
mummunar dabi'a, mayar da hankali kan kwayoyin
.kwakwalwa inda hanyoyin halaye daban-daban suke

Domin kafa kyakkyawar dabi'a, da farko ka zauna a hankali ka yi bimbini, kana neman taimakon Allah, ka mai da hankalinka kan tsakiyar karfin niyya, wanda ke cikin goshin tsakanin girarka, kuma ka tabbatar da dabi'ar da kake son shukawa a cikin kwakwalwarka. Lokacin da kake son kawar da munanan halaye, ka kuma mai da hankali kan wannan cibiyar karfin niyya kuma ka tabbatar da cewa duk ramuka inda wadannan halaye suka kafu. Tare da mayar da hankali da karfin niyya, za ka iya goge har ma da zurfin ramuka na tsofaffin halaye masu tushe. Ka sake tabbatar wa kanka akai-akai cewa kana da isasshen karfin niyya don kawar da .halaye marasa kyau daga yankin kwakwalwa

Lokaci mafi dacewa don irin wannan tabbatarwa shine da sassafe lokacin da nufin da hankali suka kasance a .fadake

Ci gaba da tabbatar wa kanka cewa kana da 'yanci daga dukkan umarni kuma wata rana za ka ga cewa - Da taimakon Allah - ka riga ka 'yantar da kanka daga halin da kake son kawar da shi

Duk abin da kake tsoro, ka kore tunaninka daga ciki ka bar wa Allah shi, ka karfafa imaninka ga Allah ka kuma amince cewa zai iya taimaka maka

Wahala da yawa ta samo asali ne daga damuwa da damuwa Me yasa za ku sha wahala alhali abin da kuke jin tsoro bai ma faru ba tukuna? Ka yi tunanin hasken kariya na Allah da ke kewaye da ku a kowane gefe, kuma za ku ji kariyarsa mai ban mamaki

Tunda yawancin damuwarmu ta samo asali ne daga tsoro, idan muka kawar da tsoro daga rayuwarmu, za mu ji 'yanci kuma waraka za ta kasance nan take Kowace dare, kafin mu yi barci, ka tabbatar wa kanka cewa Allah yana tare .da kai, yana kare ka kuma yana kula da kai

A cikin wannan wasan kwaikwayo na sararin samaniya,
mutane na dukkan kabilu suna nuna labarin rayuwa a kan
mataki na lokaci. Dole ne mu fahimci ma'anar rayuwa ba
.tare da mun shagaltu da ayyukanmu na dan lokaci ba

Sau da yawa fahimtarmu game da rayuwa tana da
karkacewa da karkacewa domin muna kallo da idanun son
kai da kuma iyakantaccen hangen nesa. Idan muka kalli da
.idon rai, da mun ga abubuwa daga wani mahangar daban

Idan muka buɗe idon hikima, za mu ga hasken Allah mai
cike da komai, kuma a cikin wannan hasken za mu fahimci
yanayin ruhaniyarmu, wanda yake nuna yanayin sanin
duniya wanda ke ratsa dukkan kwayoyin halitta da sassan
.duniya

Gaskiyar ruhaniya ta kewaye mu, tana kwankwasa
kofofin idanunmu a rufe, tana karfafa mu mu ga haske
maimakon duhu, mu yi aiki da hikima maimakon jahilci, mu
cika zukatanmu da kauna maimakon kiyayya, da kuma haɗin
kai wajen kafa zaman lafiya da kawo wadata da tsaro ga
duniyarmu. Lokacin da muka yi haka, jahilci zai bace,
bambance-bambancen yanayi zai bace, za mu ga haɗin kai a
.kidayar jama'a, kuma za mu kara jituwa da nufin Allah

Dangantakarmu da Allah ba ta da sanyi ko rashin kauna
ba ce, kamar yadda take tsakanin ma'aikaci da ma'aikaci Mu
iyalinsa ne, kulawarsa a gare mu koyaushe take, kuma yana
sauraronmu koyaushe Mu muhimmin bangare ne na
kasancewarsa, kuma dangantakarmu da shi tana da rai
kuma tana da karfi

Mahaliccinmu ya ba mu wadata mai yawa ta kauna,
fahimta, fahimta, alheri, da karfin ruhaniya, duk da haka
yawancinmu ba mu batar da wannan dukiya akan komai ba
Allah yana so mu rayu cikin aminci, zaman lafiya, da haɗin
gwiwa na abokantaka, kamar yadda ya dace da iyali mai

daraja da kauna, amma kwadayi da lissafin son kai sun yi
tushe a cikin zukatanmu kuma sun haifar da rashin jituwa a
.tsakaninmu

Allah yana so mu zama shugabanni, amma mun zaɓi mu
zama bayi

Mutum ya yi nisa da gidansa na sama kuma ya rasa
aljanna ta ciki ta jin kusanci da Allah da Allah kusa da shi,
kuma ba zai iya sake samun wannan aljanna ba tare da
.kokarin kansa ba

Allah ya haliƙce mu cikin siffarsa, amma wannan
gaskiyar ta fita daga tunaninmu Mun yarda da ruɗin cewa
ƙaddararmu wahala ce kuma ƙaddararmu halaka ce Dole ne
mu yage labulen ruɗi da wuƙar hikima don ganin gaskiyar da
.ke bayanta mai haske

?Su wanene mu kuma menene ainihin halayenmu

Mutane suna da bambance-bambance a bayyane, ko a
yanayin tunaninsu ko motsin rai, rawar da suke takawa a
rayuwa, aikin da ayyukan da suke bi, ko sha'awar da suke ji.
Amma a ƙarƙashin duk waɗannan bambance-bambancen
akwai abubuwa biyu da kowane ɗan adam yake so kuma
yake buƙata ba tare da togiya ba. Daya shine 'yanci daga
kowane nau'in ciwo da buƙata. Dayan kuma shine cikakken
farin ciki mai ɗorewa—cikakken gamsuwa, inda zaman
.lafiya, kauna, hikima, da farin ciki suke

A gaskiya, abin da mutane ke ƙoƙarin cimmawa shi ne
Allah, ko sun yi amfani da wannan sunan ko ba su yi amfani
da shi ba. Masu hikima suna cewa Allah shine ainihin jin daɗi
da kuma ruhin farin ciki Kuma mutum ba zai sami cikakkiyar
gamsuwa ba sai dai idan ya fito kai tsaye daga tushen
sararin samaniya. Wannan muhimmin batu ne don fahimtar
.yanayin ɗan adam

?Amma ina mutane suke neman abin da suke nema

Suna neman sa ne kawai a cikin abubuwan duniya: a

cikin dukiya, yanayi na waje, da alaƙa da wasu mutane.

Amma ba zai yiwu a same shi a cikin komai, ko wani, ko kowane yanayi a wannan duniyar ba, idan aka yi la'akari da .yanayin halitta

Halitta ta dogara ne akan ka'idar biyuntaka Ba zai yiwu

a sami hoto a launi ɗaya kawai ba, domin babu yadda za a yi

ba tare da akasin haka ba. Hakazalika, ba zai yiwu ba ga kowane fanni na rayuwa ya wanzu a ware daga biyuntaka.

Duk da haka, bayan mun bincika sha'awar da ke motsa mutane, mun ga cewa kowannenmu yana son abubuwa masu kyau, masu daɗi, masu kyau, da masu kyau kawai, ba tare da ɗan sha'awar mu'amala da wani abu mara daɗi ko .mara daɗi ba. Amma hakan ba zai yiwu ba

A cikin wannan duniyar da ke da alaƙa da juna biyu,

babu jin daɗi ba tare da zafi ba, babu haske ba tare da duhu

ba, babu alheri ba tare da mugunta ba, babu rayuwa ba tare

da mutuwa ba. Bangarorin biyu na tsabar kudin ba za a iya

raba su ba. Wannan yana nufin cewa abin da muke sha'awa

.a cikin kanmu ba za a iya samunsa daga wannan duniyar ba

Mutane suna nema—eh, suna nema da dukkan karfinsu

—amma ba sa iya samun abin da suke nema, wanda ke haifar da yanke kauna da rashin bege Wannan ba wai kawai yana haifar da yanke kauna ba har ma da babban fushi da fushi mai tsanani, kuma sakamakon haka ga ayyukan tashin hankali Duk wannan yana faruwa ne saboda ba sa neman abin da suke nema a wurin da ya dace, kuma sakamakon haka, ba sa samun abin da zukatansu ke so

Mutane a zamaninmu ba su da masaniya sosai game da

ma'anar rayuwa da manufarta, saboda haka suna fama da .rudani da ruɗani

A dabi'ance, mutane halittu ne masu manufa. Idan ba su da wata manufa a rayuwa, kuma idan hankalinsu, kuzarinsu, nufinsu, da motsin zuciyarsu ba a shirya su ta hanya mai kyau da ginawa ba, za su juya zuwa ga hanyoyin da za su lalata kamar shan barasa da shan muggan kwayoyi, amfani da tashin hankali, da sauransu. Babban burin rayuwa shine sanin Allah kuma yana da muhimmanci ga mutane su daidaita ayyukansu da ayyukansu na waje ta hanyar ayyuka na adalci, ra'ayoyi masu kyau, kyawawan halaye, da kuma .hanyoyin da za su bi wajen amfanar motsin zuciyarsu

Wadannan bangarorin biyu na yanayinmu—na ciki ko na ruhaniya da kuma na waje—ba sa karo da juna idan aka fahimce su daidai. Maimakon haka, suna tallafa wa junansu kuma suna taimaka mana mu haɓaka da haɓaka iyawarmu ta jiki, ta hankali, ta motsin rai, da ta ruhaniya da kuma .damarmu ta zahiri, ta tunani, da ta hankali

Mutane suna rayuwa cikin babban kogo, ba tare da motsa hankali ko motsa hankali ba. Suna jin gajiya saboda rashin manufa da rashin wani abu da zai iya ba rayuwarsu daraja da ma'ana. Matsakaicin mutum zai iya yin aiki da kuma yin abubuwa kamar suna da koshin lafiya a fannin ?tunani da tunani, amma shin suna farin ciki

Babban manufar rayuwa ita ce sanin ko mu wanene da kuma ainihin yanayinmu. Idan muka ba da zurfin fannoni na rayuwa kulawar da suka cancanta, ba makawa za mu ji daɗi, domin farin cikin ɗan adam yana da alaƙa da haɗuwa da ruhaniyar mutum, wanda ba tare da shi ba, babu wani .wanzuwa ko wanzuwa

Tsoron gazawa ko rashin lafiya yana tasowa ne ta hanyar yin tunani akai-akai game da shi har sai ra'ayin gazawa ya ratsa daga tunanin mai hankali zuwa cikin tunanin mai hankali kuma daga karshe ya kai ga mafi girman sani. Sannan, tsoro, wanda ya makale a cikin tunanin mai

hankali da mafi girman sani, ya fara karuwa da girma har sai
ya cika tunanin mai hankali da ciyayin tsoro waɗanda ba a
iya kawar da su cikin sauƙi kamar tunanin farko lokacin da
ya tsiro. Waɗannan ciyayi masu cutarwa daga karshe suna
haifar da 'ya'yan itace masu guba da mutuwa. Abin farin ciki,
ana iya kawar da tushen sa daga ciki ta hanyar mai da
hankali sosai kan karfin hali da kuma sanya sanin cikakken
imani ga Allah kuma yana iya taimaka wa waɗanda ke son
.taimakawa kansu da kuma kare su daga lahani

A da, wani karamin kumfa yana shawagi a saman teku,
yana tsoron guguwa da walkiya, sai ta ji wata murya tana
"?raɗa mata: "Karamar kumfa ta rai, me ke damunki

Ba ka san cewa kai ɓangare ne na teku na rayuwa ba?
Karamin kumfa ya duba ya fahimci wannan gaskiyar

Hankalin ɗan adam yana shawagi kamar karamin kumfa
A saman tekun sanin sararin samaniya, yana tunanin kumfa
ne na ɗan lokaci, yana rawar jiki da tsoron rashin lafiya,
talauci, da mutuwa Kai kumfa, shin kana jin tsoron teku?
Duba kewaye ka lura da kyau Canza ra'ayinka daga
kewayenka zuwa ga mulkin Allah mara iyaka Yi zurfafa
bincike, faɗaɗa fahimtarka, domin ka sani kuma ka tabbata
cewa kana da haɗin kai da babban tekunsa, kuma Allah yana
tare da kai Yana kare ka, Yana kiyaye ka, yanzu da har
abada

Gujewa tarkuna da tarkuna

Duk lokacin da ka ji wani babban sha'awa a zuciyarka
yana karfafa ka ka cika ta, yi amfani da fahimta ka tambayi
kanka, "Shin wannan kyakkyawar sha'awa ce da za a iya cika
ta, ko kuma mummunan sha'awa ce da bai kamata a
girmama ta ba?" Sha'awar abin duniya mara kyau tana
karfafa munanan halayenmu ta hanyar ba mu bege na karya
da farin ciki na karya. A irin waɗannan yanayi, dole ne a yi

amfani da ikon fahimta don bayyana gaskiya. Mummunan halaye a karshe suna haifar da rashin farin ciki. Lokacin da ainihin halayensu ya bayyana, ba za su iya kama mutum a .cikin tarkon wahala da tarkon wahala ba

Tunani da labarai

A rayuwa da mutuwa, cikin bakin ciki da masifu, bangaskiyata a gare Ka, Ya Ubangiji, ta kasance mai karfi da rashin karfi, mai karfi da rashin girgiza

Kowace numfashin sha'awa da addu'ata tana buɗe kofofi da tagogi a cikin raina waɗanda ta cikinsu nake wucewa zuwa ga ni'imar Allah

Kamar yadda rana ke haskakawa a wurare mafi cunkoso, haka nan zan ga hasken kaunar Allah a dukkan .fannoni na rayuwata da ayyukana na yau da kullum

Ya Ubangiji, ka albarkace ni, domin in tashe raina da .wayewar gari, in kai shi ga bakin kofarka mai albarka

Labarin barewa mai laushi

Musk abu ne mai daraja mai kamshi mai karfi, wanda ake samu a cikin cibiyar ta barewa ta musk da ke zaune a .tsaunukan Himalayas

Da zarar barewa ta kai wani lokaci, sai naman muski mai jan hankali ya fara bullo daga cibiyarsa a boye, kuma barewa ta fara jin haushin wannan kamshi mai kyau, ta fara .rawa tana neman tushen wannan kamshi mai dadi

Yana motsawa daga wuri zuwa wuri, yana shakar kamshi tsakanin duwatsu da karkashin bishiyoyi, yana neman ko'ina tushen wannan kamshi mai ban sha'awa

A karshe, yakan yi fushi da tashin hankali da damuwa
idan ya rasa abin da zai faɗa kuma ya kasa samun abin da
.yake nema da sha'awa da sha'awa

A wani yunkuri na karshe na isa ga tushen miski, yana
tsalle daga manyan duwatsu masu tsayi zuwa cikin zurfin
kwarin don fuskantar makomarsa da kuma fuskantar
mutuwarsa, a lokacin ne mafarauta za su iya kama shi su
.kuma cire jakar miski ko glandarsa daga ciki

Dangane da wannan, ɗaya daga cikin mawakan da suka
:yi fice ya faɗi wani abu kamar haka

!Kai barewa mai kitse, wawa

?Me yasa kake shan wahala? Me yasa kake rashin barci

Ana samun wannan miski

!Da jakar cikinka, wawa

Ko da ka taɓa hancinka

Daga gare ku ne kamshin sirrin ya fito

Da ka ci abin da kake fata

Kuma ka rayu ba tare da kashe kuɗi ba

Abokai na, ba ku tunanin cewa yawancin mutane suna
yin abubuwa kamar barewa na musk? Kullum kuma har
.abada suna neman farin ciki a ko'ina a waje da kansu

Haka ne, suna neman farin ciki a cikin wasa, kuma suna
shagaltar da kansu ga gajiya a cikin sha'awa da sha'awa.
Suna hawa hanyoyin arziki masu santsi har sai sun yi tsalle
daga tsaunukan bege masu girma zuwa duwatsun takaici da
gazawa lokacin da ba su iya samun farin ciki na gaske da
.aka adana a cikin zurfin zukatansu ba

Idan muka juya tunaninmu zuwa ciki, muka kuma yi
tunani sosai, za mu sami a cikin natsuwar rai tushen farin
ciki na gaskiya da dorewa da muke nema a cikin natsuwar
.rai

Bai kamata mu zama kamar bareyin musk ba, wanda ke
mutuwa a neman farin ciki a wuraren da ba su dace ba.
Maimakon haka, dole ne mu kasance a faɗaƙe mu kuma mu
yi koƙarin neman farin ciki a cikin kanmu, ba a wajen kanmu
.ba

Labarin Maɓallin

Akwai wani mutum da ya zo wurina ya ce yana fama da
:ciwon zuciya mai tsanani, sai ya kara da cewa

Na gwada abubuwa da yawa, amma ban iya kawar da"
"ciwon zuciya ba

Bayan na yi tunani a hankali, sai na roke shi ya kawo
:min almakashi. Ya dube ni cikin rawar jiki ya ce

"?Kana da niyyar yanke min zuciya, yallaɓai"

Na yi dariya na amsa, "Ni ba likita ba ne Shin ka taɓa jin
labarin wani mutum yana amfani da almakashi don yin
"!tiyata

A karshe, ya kawo almakashi ba tare da son rai ba, don
haka na yanke ɗaya daga cikin maɓallan rigarsa na ce masa
kada ya dinka wani maɓalli a wurinsa, kuma kada ya sanya
hannunsa a wurin da maɓallin ya ɓace. Na kuma gaya masa
ya dawo gare ni bayan makonni biyu, kuma ina tsammanin
.zai warke a wannan lokacin

Mutumin ya yi dariya ya ce, "Zan yi kamar yadda ka
tambaya domin na amince da kai, amma ina ganin ita ce
"!maganin da ya fi ban mamaki da aka taɓa rubuta min

Bayan makonni biyu sai ya zo wurina da gudu, yana
:mamaki

Kwararrun sun tabbatar min da cewa na warke daga"
cututtukan zuciya. Don Allah, me ka yi? Shin ka cire wani
"?aljani daga maɓalli

Na amsa da murmushi: "Eh! Hannunki yana ci gaba da
"wasa da maɓallin, kuma maɓallin yana daidaita da zuciya

Wannan maɓalli shine aljani da ke haifar maka da ciwon
zuciya. Don haka na yanke maɓallin na ce maka kada ka
maye gurbinsa ko ka sanya hannunka a kan zuciyarka. Ta
haka, zuciyarka ta huta daga matsin lamba kuma ta daina
!cutar da kai

Komai yana tafiya da sauri, kuma mutane suna aiki da
abubuwa da yawa. A dabi'ance, ya fi kyau a girbe albarkar
duniya fiye da bata lokaci, a bar lokacin ya wuce ka sannan
a kare hannu babu komai. Amma abin da ya kamata mutum
ya girbe shine girbi mafi wadata a rayuwa: kusantar Allah da
saninsa Hanya daya tilo da za a cimma farin ciki na gaske ita
ce a cimma wani abu a wannan duniyar da kuma cimma
.nasarar ruhaniya

Wadanda suka san Allah ba sa fara ayyukansu na yau
da kullun kafin su fara yin bimbini a kan Allah da kuma cika
zukatansu da karfin allahntaka mai albarka

Bukatun duniya da yawa na iya hana wadanda ke
neman burinsu na ruhaniya su kuma karkatar da su daga
hanyar da suka zaɓa. Amma wadanda ke da kuduri mai karfi
ba sa barin komai ya hana su tafiya; suna dagewa da kuduri
.ba tare da la'akari da yanayi mai wahala ko mara kyau ba

Ko menene duniya ta ba mu, ba za ta gamsar da
sha'awar zukanmu ba, wadanda ke sha'awar wani abu
mafi karko, mafi girma a cikin mahimmanci, kuma mafi

daraja fiye da duk abin da taskokin duniya da dukiyorsu ke
.kunsu

Idan mutum ya mutu—Allah ya sa ka dade—babu wani
iko a duniya da zai iya yi masa komai. Wanene zai iya
taimaka mana bayan mun bar wannan duniyar? Allah
Saboda haka, dole ne mu tuna cewa wannan duniyar tasha
ce ta d'ƙan lokaci a tafiyarmu zuwa gidanmu na sama, inda za
?mu rayu har abada a gaban Mai Rahamah Mai Jinkai

Yawan dukiya ba ya tabbatar da lafiya, zaman lafiya, da
inganci, amma samun zaman lafiya da inganci zai haifar da
.daidaiton nasara a matakan ruhaniya da na zahiri

Yawancin mutane suna haɓaka ingancin tunani ne kawai
don cimma nasarar abin duniya. Amma idan mutum ya zama
mai iko da kansa kuma ya sarrafa ikon tunaninsa kuma ya yi
aiki daidai da tsarin Allah, rayuwarsa za ta yi albarka, kuma
zai d'ƙan ruhin ruhu yayin da yake a wannan duniyar. Ba
zai sake zama fursunan halaye da sha'awa ba, amma
saninsa zai canza zuwa zuciyar kasancewar Allah, kuma zai
zauna a can yana jin daɗin sabbin jin daɗi waɗanda ba sa
.jituwa da kwatanci

Jiki shine mafi girman kantin magani

Masu binciken lafiya sun gano cewa idan muka fuskanci
farin ciki mai yawa, jiki yana samar da magungunan rage
damuwa da sauran abubuwa masu rage damuwa waɗanda
suke da karfi da tasiri kamar waɗanda likitoci suka rubuta.
Jiki shine babban kantin magani a Duniya, wanda ke da ikon
samar da abin da ya dace a daidai lokacin da muke cikin
.jituwa da daidaiton ruhaniya da Allah ya sanya a cikinmu

Ba duk damuwa ba ce mai illa; damuwa tana tayar da
kuzarin da ke gudana a jikinmu kuma tana motsa aiki da
motsi Nazarin ya nuna cewa yawan damuwa yana da amfani

Amma matsalar tana tasowa ne lokacin da damuwa ta
wuce matakin lafiya

Kowannenmu yana da iyaka ta kansa ga damuwa, kuma
idan aka wuce wannan iyaka, sai mu kara damuwa fiye da
yadda ya kamata, kuma ba za mu iya sanin hakan ba har sai
.matsaloli sun fara bayyana a jiki, motsin rai, da tunani

Rayuwa tare da Allah farin ciki ne da farin ciki, yayin da
ba tare da Allah ba akwai damuwa, tashin hankali, wahala,
har ma da bala'i. To ta yaya za mu sami kwanciyar hankali
da natsuwa a cikin rayuwar da bala'o'i da masifu suka
?mamaye, kuma mu kawo ɗan farin ciki ga wannan duniya

Abu na farko da ake buƙata shi ne a san matsin lambar
.rayuwa a lokacin da muke karkashin tasirinsu

Allah Mai Hikima ne kuma Masani, kuma Ya bai wa
jikinmu sigina kamar jin daɗi, rashin jin daɗi, kwanciyar
hankali, da damuwa, kuma dole ne mu kula da waɗannan
sigina Akwai wata hikima ta Allah a cikin jikinmu da ke
ƙoƙarin gaya mana wani abu, kuma dole ne mu saurari
waɗannan sakonnin a lokacin damuwa ko hutawa. Idan ka ji
damuwa, ka mayar da hankalinka ga ɓangaren jikinka da ke
fuskantar damuwa, sannan ka yi numfashi mai zurfi, a lokaci
guda kuma ka matsa wannan ɓangaren a hankali har sai ya
yi rawar jiki. Sannan ka huta ka saki tashin hankalin. Wannan
zai taimaka wajen kiyaye daidaito mai kuzari da
.mahimmanci a jiki kuma ya kare shi daga illolin damuwa

Haka nan za mu iya sarrafa damuwar motsin rai ta
hanyar numfashi Idan kun ji tsoro ko wani motsin rai mai
cutarwa, ku shaka a hankali, zurfi, da kuma sau da yawa,
kuna barin jikinku ya huta da kowane fitar numfashi.
Wannan zai taimaka wajen rage bugun zuciyarku, dawo da
zagayawar jini yadda ya kamata, saukaƙe kwararar kuzari

mai mahimmanci ta cikin jijiyoyinku, da kuma taimakawa
.wajen kwantar da hankalinku da kuma share tunaninku

Rayuwa ba yanayi ne na gaggawa ba; kyakkyawan bayyanar allahntaka ne, kuma ya kamata mu ji dadinsa. Bari mu tuna cewa murmushi iko ne; idan ba mu yi amfani da shi .ba, za mu rasa wani muhimmin bangare na rayuwa

Mutane rayuka ne masu motsin rai da ji, kuma suna da jiki da suke sawa kamar tufafi ko suturar waje. Amma matuƙar muna rayuwa ne kawai a kan matakin jiki da motsin rai, za mu fada karkashin mummunan tasirin damuwa da .tashin hankali

Idan muka yi daidai da yanayinmu mai mahimmanci,
wato ruhu, farin cikin ruhu yana gudana cikin zuciya kuma
ya rikide zuwa soyayya Jin wannan soyayya, wacce ke da
alaka da kwanciyar hankali da natsuwar rai, da kuma aiki da
mu'amala a karkashin tasirinta mai jituwa, ita ce hanya mafi
dacewa ta rayuwa ta halitta a cikin duniyar da ke cike da
tashin hankali da sabani. Daidaita wannan farin ciki shine
.mafita ga matsalolin rayuwa

Lura: Dangane da wannan magana: "Jiki yana samar da maganin rage damuwa da sauran abubuwa da ke rage damuwa da tashin hankali, ba su da karfi da tasiri fiye da waƙanda likitoci suka rubuta," wannan ba shawara ba ce da za a yi watsi da shawarwarin likita da magunguna, don haka .bukatar karin bayani

Lissafin maganadis

Mutum mai karfi da kuma halaye na mugunta + mutum mai kirki amma mai rauni = mugun maganadis ya fi alheri

Mutum mai rauni mai mugun nufi + mutum mai karfi
mai kyawawan halaye = maganadis mai kyau yana cin
nasara akan mugunta

Magnetism mai rauni na ruhaniya + mugun
biomagnetism = karfin maganadisu mai karfi

Karfin dabi'a mai karfi + karfin dabi'a mai rauni = karfin
dabi'a mai karfi

Mutumin da ke da fushi da tashin hankali + mutumin da
ke da tawali'u da kirki = maganadisu na fushi ya fi tawali'u
rinjaye

Karfi, daidaito, da kuma natsuwa + halin da wani
lokacin ke haifar da rashin gamsuwa = karfin natsuwa yana
rinjaye

Rashin karfi na yau da kullun + karancin rauni mai karfi
= karfin maganadisu

Nasara mai karfi mai kyau + nasara mara kyau =
ingantaccen nasara

Girgizar gazawa mai karfi + girgizar nasara mai karfi =
ko dai karfin maganadisu mai karfi ko karfin maganadisu mai
karfi, ya danganta da yanayi da yanayi

Hankali mai karfi, mai lafiya + cikakken jahilci = ko dai
wayo da fasaha ko jahilci da wauta

Ikon ruhaniya mai ban mamaki + ikon amfani mai ban
mamaki = maganadisu na ruhaniya - iko mai ban mamaki na
aiki

Da mutane za su iya ganin tarin halittun duniya a cikin
sararin samaniya da ke kewaye da su, watakila wasu za su yi
kokarin nemo waɗanda suka mutu Allah ya buɗe idanuna na
ruhaniya, kuma ina ganin da yawa daga cikin waɗannan
rayuka waɗanda suka bar duniyar duniya Ta hanyar mai da
hankali sosai kan idon ruhaniya (tsakiyar goshi), mutum zai
iya gani da hangen nesa na ciki duniyar mai haske wacce

dukkann rayuka masu kyau wadanda suka hau zuwa sararin
samaniyar ether zuwa gaban Mafi Rahamar

A cikin mutane, zuciya tana aiki a matsayin mai karɓar
mara waya kuma ido na ruhaniya a matsayin mai watsawa
Ko da ba za ka iya ganin kaunattunka da suka mutu ba,
idan ka mai da hankali kan zuciya cikin natsuwa, za ka
iya jin kasancewar wadanda kake kauna wadanda yanzu
suke rayuwa cikin jiki na zahiri, suna jin daɗin zaman lafiya
da amincin Allah kuma suna farin ciki da 'yancinsu daga
kuntatawar jiki, don haka za ka sami kwanciyar hankali a
cikin kwanciyar hankalinsu kuma zuciya ta gamsu game
.da su

Idan na furta sunan Allah, dukkan jikina zai narke cikin
farin ciki mai girma. Amma wannan yanayi ya zo mini ne
kawai bayan kokari mai yawa. Da farko, ban kasance mai
sha'awar sha'awa ba, domin hankalina ya bace a lokacin.
Amma yanzu, da zarar na mayar da hankalina da wayewar
kaina kan cibiyar ruhaniya - sararin da ke tsakanin gira - duk
tunani ya bace, numfashi ya kare da kansa, zuciya ta daina
bugawa, tashin hankalin hankali ya ragu, da kuma yanayin
saukawa kan rai, don in fuskanci farin ciki na ruhaniya kuma
.in lullube cikin ni'imar Allah

Karin maganar zinare

Farin ciki hakkina ne, gadona ne, kuma boyayyen
taskata ta Allah Ka shirya da ni in sami taskata a cikin kaina
.da ta fi mafarkin sarakuna

* **

Rayuwa motsi ne mai hankali tare da tsari na yau da
kullun. Tana siffanta kanta a cikin abubuwa marasa rai, ko
kuma tana daukar siffa mai rai da motsi. Rayuwa tana da
.komai kuma tana ratsa komai

* **

Ya Babban Masoyina, Kai ne rayuwa Kai ne burina da
burina
* **

Ka yi mini fure mai fure a cikin lambunka na sama, ko
kuma wani lu'u-lu'u mai sheki a cikin sarkar soyayyarka mai
haske, ko kuma ka ba ni babban girmamawa: mafi kankanta
wuri a cikin zuciyarka
* **

Duk inda wasu suka yaba da kokarina na yin nagarta, to
a nan ne zan iya bayar da mafi kyawun sabis
* **

Bari mu saka kafet din zinare na mafarki tare da zare
mai laushi na tunawa mai dadi da tunani mai kyau
* **

Soyayya kamar takarda ce da ke goge hankali kuma
tana kawar da rashin kunya daga hali
* **

Annoba, bala'o'i, da canje-canje masu karfi a cikin
yanayi wadanda ke kawo barna, halaka, da cutarwa mai
yaduwa ba " ka'idodin Allah" ba ne Wadannan bala'o'in sun
samo asali ne daga tunanin dan adam da ayyukansa. Duk
inda daidaiton nagarta da mugunta na duniya ya lalace ta
hanyar tarin rakuman ruwa masu cutarwa da girgizar kasa
da ke faruwa sakamakon munanan manufofi da kurakuran
dan adam, hargitsi yana mulki kuma halaka ta yadu ta biyo
.baya
* **

Zan dauki mafi kyawun abu daga kowace al'umma,
kuma zan yaba da kyawawan halaye na dukkan kasashe ba
tare da mai da hankali kan kurakuran su ba
* **

Kamar yadda muke damuwa da muhimmancin abinci
mai gina jiki na yau da kullum, ya kamata mu kuma kula da
sinadaran gina jiki na tunani da muke samarwa a zukatanmu
.kowace rana

* **

Kalmomi masu daɗi magani ne mai ban mamaki ga
cututtuka da yawa, suna da karfin maganadisu mai karfi,
kusan sihiri, wanda ke kawo albarka da wadata ga mai
magana da su. Waɗanda ke amfani da kalmomi masu
kwantar da hankali da taushi suna jin wani karamin kwararar
ruwa yana gudana ta cikinsu ba tare da katsewa ba, cike
suke da nutsuwa mai zurfi. Wannan saboda wannan
kwararar ruwa tana da alaƙa da tushenta mafi girma,
kwararar ruwa mai ɗorewa wanda ke isa ga rayuka cikin
jituwa da wannan tushen, yana ba su damar isar da farin ciki
.ga waɗanda ke sha'awar zaman lafiya

* **

Kalmomi nawa masu daɗi daga zuciya suka kawar da
baƙin ciki da yawa kuma muryoyi masu hikima nawa ne suka
!haskaka hanyoyi masu duhu da fitilun farin ciki da natsuwa

* **

Muna girma ta kowace irin gogewa da muka fuskanta,
matuƙar mun fahimci cewa za mu iya koyon darussa masu
amfani daga gare su. Kowane ciwo da wahala da muke
.fuskanta yana da ma'ana da manufa

* **

Duk da tsananin gwaje-gwajen, suna kama da wuta da
ke narkar da karfe don mayar da ita karfe mai kyau, mai
.ɗorewa, kuma mai amfani

* **

Duk nasarorin da na samu a rayuwata an cimma su ne
ta hanyar ikon tunani cikin jituwa da Allah. Lokacin da injin
samar da wutar lantarki na Allah ke aiki, duk abin da nake so
yana faruwa ba tare da togiya ba, da farko yana ɗaukar
siffar kira mara ganuwa, sannan ya bayyana da karfi mai
.karfi a zahiri

* **

Idan hankali ya yi wa Allah rada mai raɗawa daga zurfin
rai mai sha'awa, kiran ruhu zai taɓa zuciyar duniya, kuma

amsar za ta zo, ta kawo farin ciki mai yawa. Wannan
radawar hankali tana haɓaka nufin har sai ya sami karfin da
.ake bukata don cimma burin da ake so

* **

Idan tunanin mutum da nufinsa suka yi daidai da Allah,
ana ba shi iko marar iyaka, don haka kawai tunanin wani abu
ya isa ya cimma hakan, domin dokar Allah tana aiki ne don
.amfanin waɗanda suka yi daidai da nufin mafi girma

* **

Bai kamata mutum ya sadaukar da dukkan baiwar
hankali da Allah ya ba shi don neman abubuwa masu sauri
ba, don kada ya rasa kansa a cikin labulen son abin duniya
ya kuma kirƙiri kuntatawa da kuntatawa marasa amfani ga
kansa. Madadin haka, ya kamata ya yi amfani da ikon
iliminsa don samun abubuwan da ake bukata na rayuwa
kuma ya yi ƙoƙari ya haɓaka basirarsa ta dabi'a don
bambance tsakanin nagarta da mugunta, da tsakanin abin
.da ke cutarwa da abin da ke da amfani

* **

Gaskiyar ta wuce ra'ayoyi da ka'idoji, kuma da yawa
waɗanda suka rungumi wannan hanyar suna dāure kansu da
.sakamakon da suka cimma

* **

Ya Ubangiji, ka buɗe kofofin natsuwa ka kuma tsare
wurin ibadar tunanina na ruhaniya daga hare-haren radadin
mugunta. Ka kuma bar furannin sha'awata su yi fure a cikin
.lambun zuciyata yayin da nake jiran fitowarka

* **

Ilimin ka'ida ba zai iya samun ilimin allahntaka ba, kuma
yana da kyau kada a batar da lokacin mutum mai tamani
akan ka'idoji waɗanda ba za a iya amfani da su a zahiri ba,
in ba haka ba mutum zai sami kansa a tsakiyar dazuzzukan
.ilimi masu yawa kuma ba zai iya wuce fagen ka'idoji ba

* **

Farin ciki shine sakamakon nasarar tunani akan yanayi
mai canzawa na rayuwa

* **

Wanda Allah ya gane zai iya zama wanda duniya ba ta
sani ba

* **

Idan mutum ya tsara kansa da ilimin ka'idoji [ba tare da
gwaji na gaske ba], zai zama kamar na'urar rikodi mai
ɗaukuwa wadda ke maimaita karin magana da kuma
maimaita manyan jimli, wasu kuma za su ɗauke shi a
matsayin kwararren masani, amma irin wannan ilimin ba a
karfafa shi ta hanyar fahimtar gaskiya kai tsaye ba, kuma ba
.a daidaita shi da cimma burin ruhaniya ba

* **

Matsaloli za su ci gaba a duniya, to ina mutum zai iya
komawa don neman jagora da alkibla? Tunanin mutum,
wanda halaye, son zuciya, son zuciya, da tsattsauran ra'ayi
suka rinjayi, ba shi da wani amfani, kuma tasirin muhallin
mutum, iyali, kasa, ko duniya ba zai iya samar da jagora na
gaskiya ba. Saboda haka, dole ne mutum ya koma ga Allah
ya saurari muryar natsuwa da nutsuwa da ke fitowa daga
.zurfin rai, murya mai jituwa da gaskiya

* **

Buɗe zukatanku ga fitowar allahntaka domin ta gudana
ta cikinku ta kuma cika rayuwarku da albarkar ruhaniya da
alheri

* **

Ko da kuwa aikin da za ka yi da kuma duk wani nasarori
da za ka iya cimmawa, ka tuna cewa Allah ne tushen da ke
ba ka dukkan karfin da kake bukata don yin aiki da
.cimmawa

* **

Bari in tuna da kai, ya Ubangiji, cikin talauci da wadata,
cikin rashin lafiya da lafiya, cikin jahilci da hikima, kuma ka

bar ni in ga haskenka mai albarka wanda ke ba da lafiya da
waraka nan take

* **

A cikin kadai na tunani, ina sha'awar jin muryarka mai
albarka Ka kore min muryoyin duniya masu tsauri da ke
boye a cikin tunanina Ina so in saurari muryarka mai
.natsuwa da dadi har abada cikin natsuwar raina

* **

Rayuwa tana lullube da duhu, kuma wani lokacin muna
tuntube mu kuma muna jinkirin ci gaba Dole ne mu bar
hasken Allah ya zama fitilar jagoranmu yayin da muke tafiya
cikin hanyoyin duhu na rayuwa. Shi ne cikakken wata a cikin
daren jahilci da duhu, rana mai haske a cikin lokutan
farkawa, hasken jagora, kuma tauraron jagora ga wadanda
.ke ratsa tekuna na rayuwa ta duniya, mai wucewa

* * *

Lokaci ya yi da mutum zai farkar da hankalinsa daga barcin
mantuwa zuwa farkawar ruhi

* **

Muna rokonka, ya Ubangiji, ka daga wayar da kan mu
daga zurfin jahilci da tunani mai kunkuntar, mai iyaka zuwa
ga zaman lafiya, haske, kauna, da tausayin dan adam na
.duniya baki daya

* **

Daga karshe abubuwa za su inganta domin ikon Allah da
abubuwan al'ajabinsa suna boye a bayan sabanin rayuwar
dan adam, kuma duk wanda bai gamsu da rashin makawa
na yanayin ba kuma ya yi kokarin shiga cikin tunaninsa da
imaninsa zuwa ga abin da ke bayan labule, za a buɗe masa
kofa wadda [kowane hannu mai imani ya buga]

* **

Imani ba ya nufin yin sakaci ko rashin yin mu'amala da
yanayi cikin hikima. Maimakon haka, komai abin da ya faru,
dole ne mutum ya tabbatar wa kansa cewa Allah ne kadai

zai iya tallafa masa a cikin mawuyacin yanayi idan ya juyo
.gare shi da dukkan zuciyarsa, ransa, da kuma yadda yake ji

* **

Da hankalinmu ya isar mana da dukkan gaskiya, da mun
ga Duniya a matsayin kogunan electrons, kuma da mun ga
.kowace kura a matsayin wani haske mai birgima

* **

Wadanda suka shiga cikin fahimtarsu daga abu zuwa
ruhi sun fahimci yanayin ruhani kuma sun san ainihin
gaskiya

* **

Ko mutum yana cikin dazuzzukan Afirka, a fagen daga,
yana fama da rashin lafiya ko talauci, dole ne ya shawo kan
kansa cewa hannun Allah ya fi karfi fiye da hadari kuma
.yana iya kare wadanda ke neman mafaka a gare shi

Babu wata hanya mafi inganci ta kare kanka. Tabbas,
dole ne mutum ya yi amfani da dabaru wajen magance
abubuwan da suka faru kuma a lokaci guda ya yi imani da
.taimakon Allah

* **

Soyayyar da ke zaune a cikin zukatan dukkan halittu—
soyayyar dukkan uwaye, ubaye, abokai, da kaunatattu—ta
samo asali ne daga kaunar Allah

* **

Dole ne a bambanta tsakanin manyan ayyuka da
kananan ayyuka, tare da fifita mafi mahimmanci akan mafi
mahimmanci. Bugu da kari, babu wani aiki da ya kamata ya
saba wa wani. Littattafai suna gaya mana cewa lokacin da
wani aiki ya saba wa wani, shaida ce cewa ba aikin gaske ba
.ne

* **

Yayin da hasken rana ke yaduwa, zan yada hasken bege
ga zukatan talakawa da wadanda aka yi watsi da su

[wadanda al'umma ta yi watsi da su], kuma zan sanya sabon
.kuduri a zukatan wadanda suke tunanin sun gaza

* **

Malam Paramahansa ya ce wa daya daga cikin
almajiransa: "Kada ka ware kowa daga cikin da'irar
kaunarka. Ka riƙe kowa a cikin zuciyarka, za su kuma riƙe ka
".a cikin nasa

* **

Ya Ubangiji, ka taimake ni in yi amfani da nufina
koyaushe don cimma ayyuka masu amfani da nagari
Ka taimake ni in bi nufinKa domin dukkan tunanina su
amsa manufofinKa kuma su yi daidai da nufinKa
Ya taimake ni na farkar da ikon da ke boye, mai albarka
a cikina domin in shawo kan dukkan matsaloli da gwaji

* **

Ku farka ga wannan halin ruhaniya mai karfin hali da
tawali'u - wanda ya hada karfin zakuna da tawali'un kurciya

* **

Ba zan damu da sukar karya, ko kuma yabo da yabo mai
yawa ba. Burina kawai shi ne in yi nufinka, ya Ubangiji, in
.kuma sami tagomashinka

* **

Ba za ka iya tunanin irin farin cikin da zai cika ka ba idan
ka ji kasancewar Allah. Ranka zai bugu da kaunar Allah
marar iyaka. Soyayya ce da ta fi kowace kaunar dan adam
sau miliyoyi - soyayya ce da ke cika dukkan sha'awarka
.kuma take cika zuciyarka da farin ciki da gamsuwa

* **

Ta hanyar mayar da hankali a cikin zuciyar, za ku iya
fuskantar jin daɗin ruhaniya kai tsaye a cikin kanku da
kewaye da ku. Idan kun haɓaka wannan wayewar, halayenku
zai girma cikin jituwa, kuma za ku sami kyakkyawar magana
.ga mutane da sauran halittu

* **

Ya Mai Kariya Mai Girma, ban damu ba ko na rasa komai
saboda kaddara ta, wadda ta samo asali ne daga kaina,
amma ina rokonka, mafakata ɗaya tilo, da ka kare kyandir
.ɗin kaunata a gare ka daga iskar sakaci da mantuwa
* **

Bari mu sha ruwa mai tsarki mai wartsakewa na salama
da ke fitowa daga maɓuɓɓugan yanayi masu kyau, wanda
kudurinmu na yin tunani mai kyau da kuma samun
.kyakkyawan fata ya kara mana
* **

Lamiri wata ji ce mai fahimta da ke bayyana ainihin
yanayin mutum da manufofinsa. Idan lamirinka ya kasance
mai tsabta, kuma ka san kana yin abin da ke daidai, ba ka da
abin tsoro. Lamiri mai tsabta shaida ce ta kyawawan halaye
daga Allah. Samun 'yanci a kotu na lamiri yana nufin samun
.farin ciki da samun albarkar Allah
* **

Ka yi kokarin yin abubuwa masu karfin hali da faranta
rai waɗanda yawancin mutane ba sa yi, kuma ka ba
waɗanda wasu suka yi watsi da su kauna da zaman lafiya
* **

Malam Paramahansa ya ce wa ɗaya daga cikin
:almajiransa
Idan ba ka batar da lokaci wajen gina tunani ba, babu"
wani abin duniya da zai gamsar da kai. Wannan noma ba
azabtarwa ba ce, a'a, horar da sani ne don ciyar da tunani da
".ayyukan da ke haifar da farin ciki

Farin cikinka shine nasararka, don haka kada ka bari
wani ya sace maka shi Kare kanka daga waɗanda ke kokarin
dame ka Lokacin da nake yaro, nakan rasa hakurina duk
lokacin da wasu mutane ke yaɗa jita-jita game da ni Daga
baya, na fahimci cewa kwanciyar hankalina ya fi
muhimmanci fiye da amincewar mutane ko yabo

* **

Da ace ka san labarin kaunar Allah da wasu masu bauta
ke fuskanta tare da Allah! Babu wata kwarewa a rayuwa da
za ta iya kwatantawa da wannan farin cikin da na san wani
waliyyi wanda koyaushe yake cikin kaunar Allah, kuma
fuskarsa tana haskaka kaunar Allah mai tsarki. Idon Allah
koyaushe yana kan waɗanda suke kaunarsa, kuma ba ya
.taɓa barin su ko da na ɗan lokaci

* **

Kadan ne daga cikin waɗanda ke da sha'awar haɓaka
karfin tunani da ruhaniyarsu

* **

Kada ka bari kanka ya nutse har kasan ɓata lokaci. Ka
tashi daga barcin gaskiya mai ban sha'awa ta yau da kullun
ka nufi inda rayuwa mai kyau take, inda ake samun nasara,
.farin ciki, da kwanciyar hankali

* **

A cikinka akwai babban damar da ke jiran a saka
hannun jari, kuma kai kaɗai ne ke da ikon kunnawa da kuma
.amfana da shi

* **

Yanci daga ka'idodin munanan halaye da sha'awa'
marasa kyau yana kawo farin ciki mafi girma fiye da nasarar
abin duniya

Nasarar adabi tana kawo farin ciki na tunani wanda
yanayi na waje ba zai iya ɗauke maka ba

* **

Za ka iya ɓatar da duk lokacinka wajen tara kuɗi, amma
wannan kuɗin ba zai ba ka kwanciyar hankali da tsaro mai
ɗorewa da kake nema ba. Akasin haka, zai kara kawo maka
baƙin ciki domin farin ciki da zaman lafiya suna cikin tunani,
.ba a cikin abubuwa da kansu ba

* **

Kada ka bari rauni ya shiga zuciyarka, ka yi taka-
tsantsan lokacin da kake hulɗa da mutanen da ke da

mummunan tunani da kuma hangen nesa na rashin bege,
kada raunin tunaninsu ya shiga zuciyarka, sai dai idan
hankalinka ya kai wani mataki na karfi ta yadda tunanin
wasu ba zai iya raunana shi ba, amma akasin haka, yana iya
.karfafa tunanin wasu da kuma kara musu kwarin gwiwa

* **

Allah ne ya fara zuwa, kuma bai kamata mu fara ko mu
kare ranarmu ba tare da tunaninsa ba. Dole ne mu tuna
cewa ba tare da karfi da kuzarin da muke samu daga Allah
ba, da ba za mu iya cika kowace irin aikinmu ba. Wannan
.shine babban aikinmu a gare shi

* **

Akwai hanyar kimantawa da kuma yin hukunci kan
al'adu da al'adu Da farko, kowace al'ada tana da hujja Idan
muka ga cewa hujja har yanzu tana da gaskiya, to al'adar
tana da ma'ana da fa'ida Duk da haka, ba hikima ba ne a bi
al'adu a makance Dole ne mu san abin da ke daidai kuma
mu bi shi, mu fahimci abin da zai iya kawo mana farin ciki
.sannan mu yi amfani da shi

* **

Idan ka ga mutane da yawa ba su da farin ciki ko
nasara, kada ka dauka cewa wannan shine kaddararsu. Za
ka iya mai da kanka duk abin da kake so ya zama. Nasarar
.da kake samu a cikin zuciyarka ita ce ke sa ka yi nasara

* **

Idan ba ka da komai a cikin kanka, ba za ka yi farin ciki
ba. Amma idan ba ka da komai a kusa da kai kuma kana
farin ciki a cikin kanka, babu shakka za ka yi nasara. Don
haka, ba zai yiwu a yi hukunci a kan mutane bisa ga yanayin
.da suke ciki ba

* **

A cikin taron jama'a mai yawa, akwai mutumin da ya kai
matsayin daukaka ta ruhaniya kuma yana jin daɗin
kwanciyar hankali na ciki da farin ciki na ruhaniya mafi girma

* **

Na san tabbas cewa duk abin da nake bukata zai zo
mini, saboda haka ban damu da abin da makomar za ta
kunsa ba. Wannan ba alfahari ko zato ba ne, domin na taba
aiki da ingancin wannan iko mai albarka a rayuwata sau da
.yawa

* **

Ko ina iyo a saman rayuwa ko kuma ina nutsewa cikin
zurfin teku, na san cewa ina tare da Allah kuma yana tare da
ni, kuma babu abin da zai iya cutar da ni. Wannan ilimin ya
.ba ni farin ciki mai zurfi da ba za a iya misaltawa ba

* **

Babu shakka cewa siyan wani sabon abu abin jin dadi
ne. Amma bayan wani lokaci, wannan jin dadin yana raguwa
a hankali, kuma za ka iya rasa sha'awarsa gaba daya, ka
manta da shi kuma ka yi sha'awar wani abu. Duk da haka,
ba za a manta da lissafin wannan kayan ba, musamman idan
!ka saya a kan lokaci

* **

Ya kamata mutum ya mallaki ragamar rayuwarsa ya
kuma saukaka ta gwargwadon iyawarsa. Ya kamata ya
adana kuɗi don abubuwan bukata da gaggawa, ya fi ba da
fifiko ga tanadi fiye da kashe kuɗi kan abubuwan jin dadi,
kuma ya taimaki wasu gwargwadon iyawarsa. Idan ka
taimaki wasu, taimako zai zo maka ta wata hanya, kuma ba
.za ka rasa komai ba kuma za a hana ka komai

* **

A cikin farin cikin dukkan zukata, ina jin karar ni'imarKa,
Ya Ubangiji, kuma a cikin abota ta dukkan masu aminci, Ina
jin kaunarKa Ina farin ciki kuma zuciyata tana farin ciki da
nasarar da wadata ta abokaina, kamar yadda nake farin ciki
da jin dadin kaina da kwanciyar hankalina Yayin da nake
wahayi zuwa ga wasu, Ina ninka taskokin hikimata, kuma a
.cikin farin cikin kowa, ina samun nawa

* **

Babban abokin gaba na farin ciki shine rancen kudfi don siyan kayan jin dadi. Mutane suna kuskuren yarda cewa ba za su iya yin farin ciki ba sai sun sami wani abu na musamman. Amma ko da bayan sun sami wannan abu, ba za su sami farin ciki na gaske ba, duk da farin ciki na dan lokaci da yake kawowa. Menene amfanin bin kawance na farin cikin duniya wanda ke alkawarin karyewa? Ya kamata mutane su rayu cikin sauki, ba tare da bukatar dukiya mai .yawa da ke bukatar kulawa akai-akai ba

* **

Aljannata tana cikina Yayin da nake jin dadin ni'imomin Allah, ina gode masa, kuma farin cikina yana karuwa Ba tare da wannan gamsuwa ta ciki ba, har ma jin dadin duniya da farin cikinta suna zama jahannama na fahimci cewa ba tare da wannan farin cikin ciki ba, nauyin da aka dora mini da zai .hana ni kwanciyar hankalina ya kuma hana ni farin ciki na

* **

Idan dukiya ta haɗu da rashin lafiya da matsaloli, sakamakon zai zama da yawa Tsafta da kiwon lafiya suna daga cikin karfin Yammacin duniya. Ana sarrafa kwari masu cutarwa da kwayoyin cuta masu kisa yadda ya kamata a kasashe masu tasowa, yayin da suke da yawa a wasu. Amma kwar da waɗannan kwari ba shine babban abin da za a cimma ba, saboda akwai wasu nau'ikan matsaloli a kasashe masu tasowa, kamar su kuɗaɗen da ba su da wahalar biya da kuma matsalolin kudfi masu shakatawa saboda tsarin siyan kashi-kashi—wahalolin da ke damun .barci da kuma lalata kwanciyar hankali

* **

Mu muhimmin ɓangare ne na irin wannan fahimta da .wannan babbar duniya ta fito daga gare ta

* **

Shin ka taɓa ganin garken tumaki? Idan ɗaya daga cikinsu ya yi tsalle, sauran garken suna kwaikwayonsa ba

tare da bata lokaci ba Yawancin mutane haka suke, wani zai
iya kawo wani ra'ayi ko ya gabatar da wani sabon salo, wasu
kuma nan take za su hau kan wannan tsari su kwafi shi.
Wannan tsari ya dade tsawon tsararraki. Kowace kasa tana
da al'adu da al'adunta, kuma ba za mu iya iƙirarin cewa duk
sun yi daidai ko kuma sun yi daidai ba. Amma wa ya sani?
Wataƙila wasu daga cikin waɗannan al'adu da al'adu ba su
.da ma'ana kuma ba su da ma'ana

* **

Idan guguwar tunani mai cike da rudani ta lafa, za mu
shiga mulkin zaman lafiya mu kuma taɓa kasancewar
allahntaka

* **

Ka yi tunanin Allah, ko kyakkyawan wuri mai ban
sha'awa wanda ke karfafa zaman lafiya, ko kuma wata
kyakkyawar gogewa mai dadi. Ayyukan tunani masu kyau da
.natsuwa suna karfafawa da wartsakewa

* **

Muna rayuwa ne a cikin duniyar da ke cike da rudani da
rudani. Kuna iya tunanin kuɗi yana nufin farin ciki, amma
idan kun same shi, kuna ganin har yanzu ba ku da farin ciki.
Kuna iya samun arziki kuma - Allah ya kiyaye - rasa
lafiyarku. Ko kuma kuna iya samun lafiya mai kyau ku rasa
kuɗinku. Ko kuma kuna iya samun wadata da lafiya amma
kuna fuskantar matsaloli da yawa tare da wasu, kuna ba da
alheri kawai don a gamu da fushi da kiyayya a madadin. Ba
tare da Allah ba, babu wani abu a wannan rayuwar da zai iya
.gamsar da ku da gaske

* **

Duniya ta zama ɗakin azabtarwa ga waɗanda ke rayuwa
cikin rashin sanin tsarin Allah. Amma idan ka ɗauki
abubuwan da suka faru a rayuwa a matsayin malamanka
kuma ka koya daga gare su ainihin yanayin wannan duniyar
da kuma rawar da aka ba ka a cikin wasan kwaikwayo na
sararin samaniya, waɗannan abubuwan sun zama haske mai

mahimmanci akan hanyar zuwa ga gamsuwa da farin ciki
.mai dorewa

* **

A can, bayan duhun da ba shi da duhu, shiru mara sauti,
da kuma rashin komai da ba a halitta ba, akwai ainihin
madawwami, wanda shine asalin wanzuwa kuma tushen
dukkan iko da halittu, waɗanda ake iya gani da waɗanda ba
.a iya gani ba

* **

Allah bai halicci wannan duniya don mu ci abinci, mu yi
barci, mu mutu kawai ba, amma don mu san nufinsa mu
kuma fahimci manufar wanzuwarmu. Wasu mutane masu
hikima sun fahimci ma'anar shirin sararin samaniya, amma
yawancin mutane makafi ne kuma ba su san wannan
.manufar ba

* **

Kudi bai taɓa zama burina a rayuwa ba; burina shine in
yi wa 'yan'uwana hidima a cikin ɗan adam. Saboda haka,
Allah ya buɗe mini kofofi da damammaki da yawa don in
.tallafa wa kaina da kuma cika aikina

* **

Allah ya halicci wannan duniya don ta yi aiki bisa ga
doka mai kayyadadden tsari kuma marar canzawa. Idan
muka karya ɗaya daga cikin waɗannan dokokin duniya,
muna hukunta kanmu. Wani wanda ya yi tsalle daga rufin
wani dogon gini zai karya kasusuwansa. Saboda haka, ba za
.mu iya yin watsi da dokar nauyi ba tare da shan wahala ba

* **

Idan muka yi zurfin nazari kan wayewar duniya kuma
muka binciko sirrin boyayyun wayewar zamanin da, babban
hoto zai bayyana, tare da layuka masu haɗe-haɗe, surori
daban-daban, da cikakkun bayanai, kuma za mu ga cewa
mutum yana da ɗabi'a ta mutum ɗaya da ta zamantakewa a
.lokaci guda

* **

Da Allah yana son mu rayu cikin sanin abin duniya
kawai, da mun gamsu da abubuwan duniya kuma mun
.gamsu da hanyoyin duniya

* **

Hasken tsarki, zaman lafiya, da farin ciki fiye da mafarki
suna wal'iki suna rawa a cikin zurfinmu mai mahimmanci

* **

Da kowace irin gogewa da ta bayyana a sararin
rayuwarmu a lokacin wannan tafiya ta duniya tamu, dole ne
mu koyi yadda za mu faɗaɗa wayewarmu da kuma yadda za
mu kara fahimtar yanayin da ke kewaye da mu ko kuma
waɗanda muke fuskanta, sannan za mu iya rayuwa cikin
kwanciyar hankali da kuma mu'amala da mutane da rayuwa
.cikin sau'iki da aminci

* **

Yawancin mutane suna kwaikwayon wasu. Ya kamata
mutum ya zama na asali kuma mai kirkiira, kuma ya kware a
.duk abin da yake yi

A Gabas, babban abin da aka fi mayar da hankali a kai
shi ne gina farin ciki na ruhaniya, yayin da galibi ba a yin
watsi da abubuwan rayuwa na zahiri ba. A Yamma, akwai
wasu abubuwan jin daɗi na zahiri amma kaɗan ne farin ciki
na ruhaniya. Abin da ake buƙata shi ne daidaito tsakanin su
biyun, domin mai da hankali kan wani fanni ɗaya kawai na
rayuwa yana haifar da rashin daidaito da rashin iya magance
.bukatun rayuwa cikin hankali

* **

Babban farin ciki - bayan farin cikin Allah - shine mutum
ya kasance cikin kwanciyar hankali da danginsa na kusa
waɗanda dole ne ya zauna da su kowace rana ta shekara

* * *

Mutane suna batar da lokaci mai yawa suna gaggawa da yin

abubuwa ba tare da sun yi wani abu ba. Sai kawai su yi
.tunani su yi kokarin fahimtar abin da rayuwa za ta bayar

* **

Dole ne mu yi aiki don gina gine-ginen hikima na ciki a
cikin lambunan zaman lafiya waɗanda ke bunkasa kuma
suna haskakawa da furanni marasa adadi na kyawawan
.halaye na ruhaniya

* **

Yarjejeniyar ciki tushen karfi ne mai yawa kuma yana
samar da makamashi mai sabuntawa

* **

Idan aka duba rayuwa, mutum zai ga cewa nasara ba
abu ne mai sauƙi ba. Rayuwa sau da yawa tana da tsauri
kuma ba ta da gafara, kuma dole ne mu yi gwagwarmaya
don samun abin rayuwa. Ka yi tunanin kokarin da ake buƙata
don kiyaye jikinka da kuma kiyaye shi lafiya kuma ba shi da
wata rashin lafiya! Ko da ka yi nasara a wannan, wannan
nasarar na ɗan lokaci ce. Jiki—za ka rayu tsawon rai—a
ƙarshe za a kwantar da shi. Dole ne a yi yaƙi da ƙarfi da
yawa, na ciki da na waje, don cimma nasarar da ake so.
Waɗannan rundunonin suna aiki ba tare da gajiya ba don
.hana ka duk wani muhimmin ci gaba

* **

Ka yi kokarin kwantar da hankalinka a kowane yanayi,
kuma ka bar irin zaman lafiyarka ya yi fure da farin ciki da
murmushin gamsuwa

* **

Ko da manyan tsarkaka ba sa samun cikakken ceto sai
sun raba nasararsu da wasu, wato, abubuwan da suka
fuskanta na ruhaniya da kuma iliminsu mafi girma, ta hanyar
.taimaka musu su sami ilimi mai tsarki

* **

Saboda wannan dalili, waɗanda suka kai waɗannan
matakai kuma suka kai waɗannan jihohin suna da sha'awar
ba da fahimta ga waɗanda ke buƙatar hakan. Idan kana son

cimma nasara ta gaske, ba kawai za ka tabbatar da farin
.cikinka na kanka ba, har ma da farin cikin wasu

* **

Duk wanda ke da hankali zai iya samun kuɗi Amma idan
yana da kauna a zuciyarsa, ba za su taɓa amfani da wannan
kuɗin don dalilai na son kai ba; maimakon haka, za su raba
shi da wasu Kuɗi la'ana ce da rashin daɗi a hannun masu
son kai da masu kwazo, kuma albarka da kyauta a hannun
.masu kirki da rayuka masu karimci

* **

Wani zai iya zaɓar yin shiru na tsawon lokaci, yana kin
yin magana da 'yan uwansa a wannan lokacin. Duk da cewa
wannan mutumin zai iya samun kwanciyar hankali a cikin
zuciyarsa sakamakon haka, halayensa na son kai ne kuma
yana cutar da farin cikin iyalinsa. Ba za a iya ɗaukarsa a
matsayin wanda ya yi nasara da gaske ba sai dai idan
waɗanda suke kauna suma sun amfana daga nasarar da
.suka samu

* **

Hakazalika, cimma nasarar abin duniya ba wai kawai
hakkinmu ne na jin daɗin rayuwa da kanmu ba, har ma da
alhakin ɗabi'unmu ga wasu dangane da taimaka musu su
.inganta yanayin abin duniya da yanayin rayuwarsu

* **

Ina cikin kariya a bayan bangon lamirina mai tsabta. Na
kone duhun da ya gabata kuma ina damuwa da shi ne kawai
.a yau

* **

A yau na fahimci cewa ni ɗaya ce da hasken mafi
kyawun alheri kuma ni fitila ce ga waɗanda ke
.gwagwarmaya da rakuman ruwan teku na baƙin ciki

* **

Mutane suna da ra'ayoyi daban-daban da ra'ayoyi game
da nasara, ya danganta da burinsu a rayuwa. Ba sabon abu
ba ne a ji wasu mutane suna kwatanta nasara da sata, suna

fadin abubuwa kamar, "Ya yi nasara barawo!" Wannan yana
nuna cewa nasara a kowane fanni da nau'ikanta abin so ne
kuma ana nema. Duk da haka, nasararmu bai kamata ta
.cutar da wasu ba

* **

Akwai kuma wani ma'auni na nasara: idan muka sami
damar kawo sakamako mai jituwa da amfani ga kanmu, ya
kamata mu hada da wasu a cikin nasararmu mu kuma raba
.musu 'ya'yan itacen da ke cikinta

* **

Nasara na nufin gamsuwa da gamsuwar mutum a cikin
muhallinsa Nasara ta gaskiya sakamakon ayyuka ne da aka
gina bisa ka'idodin adalci, kuma ta kunshi farin ciki da
walwalar wasu a matsayin muhimmin bangare na farin cikin
mutum. Idan muka yi amfani da wannan ka'ida a rayuwarmu
ta zahiri, ta hankali, ta dabi'a, da ta ruhaniya, za mu sami
.cikakkiyar ma'anar nasara

* **

A nan a cikin wannan duniya mai iyaka, muna fahimtar
tsayi, fadi, da yawa, amma akwai wani matakin inda girma
ba ya wanzu; komai a bayyane yake kuma a bayyane yake—
komai sani ne da fahimta Jin dandano shine fahimta, kamar
yadda jin kamshi yake Jikinmu, tunaninmu, da jikinmu yanayi
ne na sani Kamar yadda muke iya gani, ji, kamshi, dandana,
da tabawa a cikin mafarki, haka nan ma, a wannan matakin
mafi girma, shin muna fuskantar duk wadannan abubuwan
?ta hanyar sani mai tsarki

* **

Ya Ubangiji, ka faranta mana rai ta hanyar jin
kusancinka, ka 'yantar da mu daga sarkakiyar sha'awa,
kuma ka ba mu farin ciki na ciki wanda abubuwan da suka
faru a rayuwa da abubuwan da ke faruwa a cikinta ba su
.shafe shi ba

* **

Idan hankalinmu ya daidaita da fahimta mai zurfi, sanin
ruhaniya yana farkawa a cikinmu kuma muna fuskantar
abubuwan al'ajabi na hikima da kauna ta Allah
* **

Idan muka kaunaci Allah gaba daya muka kuma juyo
gare Shi da dukkan tunaninmu da zukatanmu, za mu ji muna
kusa da Shi kuma za mu ga cewa Shi ne babban mafarin
tsaro a rayuwa
* **

A cikin sararin samaniya da babu komai a ciki, akwai
alakar sararin samaniya da rayuwa ta har abada wadda ta
hada mu da dukkan abubuwa masu rai da marasa rai a cikin
sararin samaniya, rakuman rayuwa masu girma suna gudana
.ta cikin duk abin da ke wanzuwa
* **

Har abada ita ce ainihin gidanmu kuma wurin zama na
dindindin, kuma wanzuwarmu a cikin wadannan jikin rayuwa
ce ta dan lokaci, kamar dan hutu ga ayari da ke tafiya a
cikin hamada
* **

Idan muka daidaita kanmu da karfin kirkira na ruhi, za
mu haɗu da tunani na duniya da mara iyaka wanda zai iya
shirya da mu da kuma magance matsalolinmu Ikon kirkira
zai gudana zuwa gare mu ba tare da katsewa ba daga
babban tushen halittarmu, wanda zai ba mu damar cimma
.nasarar kirkira a kowane fanni na ayyukanmu
* **

Soyayya tana girma da bunkasa a cikin yanayi na
aminci, hakuri, da girmama juna
* **

Ya Ubangiji, ka albarkace mu da hasken tunani mai
tsarki da kyawawan halaye, domin idan duhun munanan
halaye da tunani marasa tushe ya zo mana, nan take za a
kwar da shi. Ka taimake mu mu kaunace ka da kauna mai

zurfi wadda ba za ta iya kama mu ko kama zukatanmu da
.zukatanmu ba

* **

Abubuwan da ake samu cikin sauƙi ba su da matuƙar
muhimmanci. Mun san wannan daga nazarin rayuwar
manyar maza da mata da kuma yadda suka zama manya ta
hanyar haɓaka baiwarsu, cika ayyukansu, gina dabi'un
dabi'unsu, shiga cikin zurfafa bincike, da kuma guje wa son
kai. Amma sakamakon da suka samu da nasarorin da suka
.samu sun fi karfin kokarin da suka yi

* **

Yanci na gaskiya yana cikin 'yancin zaɓi wanda hikima'
ke jagoranta kuma wanda fahimta, daidaito, da kuma kuduri
.mai karfi ke tallafawa

* **

Idan ka farkar da nufinka, kudurinka, da kuma
fahimtarka, za a fitar da wasu ikoki da ba a gani daga mafi
girman sani - ta hanyar fahimtar rai - don taimaka maka da
kuma haskaka hanyoyin da ke kaiwa ga jin daɗin tunani da
.farin ciki, tare da taimakon Allah

* **

Dole ne mutum ya buɗe hanyoyin rai ta hanyar
kokarinsa. Babu wanda ya zaɓi wahala da baƙin ciki da son
rai fiye da zaman lafiya da farin ciki. Jahilci shine tushen
wahala kuma cikas dɗin da dole ne a kawar da shi. Jahilci
wata cuta ce mai cutarwa, mai tushe mai zurfi, wadda ke
tsiro a cikin lambun dɗan adam kuma tana taruwa daga tsire-
.tsire masu kyau da amfani

* **

Dole ne a shawo kan jahilci ta hanyar niyya mara
misaltuwa da kuduri mai karfi Dole ne a noma kasan tunani
tare da mai da hankali sosai [a kan kyawawan halaye], kuma
a shayar da iri masu kyau da ruwan imani Lokacin da hasken
kauna mai karfi da dumi suka haskaka, irin alheri zai girma

ya shawo kan ciyayi da tsire-tsire masu cutarwa, domin duhu
.ba zai iya wanzuwa a gaban haske ba

* **

Jin dadin abubuwan duniya yana shudewa ya bace,
amma farin cikin allahntaka ba ya raguwa. Farin ciki ne na
allahntaka wanda ba shi da iyaka kuma ba za a iya kwatanta
.shi ba

* **

Bai kamata mu taɓa amfani da hanyoyin da ba su dace
ba don cimma farin ciki, kuma bai kamata mu yi watsi da
zaman lafiya da dukiya ruhaniya da muke da ita a cikinmu
don neman jin dadin ruɗani da rayuwa mai walƙiya wadda
za ta iya rataye a gabanmu ta hanyar ayyuka da halaye
.masu b̄arna ba

* **

Natsuwa ita ce mafi kyawun kyamarar d̄aukar
kasancewar Allah Ta hanyar ruwan tabarau na natsuwa mai
tsarki da daidaito, hoton mai albarka zai bayyana da
cikakken haske

* **

A zahiri, dukkan hikima tana cikin kanka kuma abin da
kawai kake buƙata shine ka san ta sosai

* **

Gamsuwa ta gaskiya tana cikin inganta kai, ta yadda
wasu za su neme ka maimakon ka neme su. Ya kamata a ba
da soyayya da abota kyauta, ba tare da tsammani ko buƙata
ba. Fata kawai tana haifar da baƙin ciki da rashin jin dadi. Ko
da a lokacin da ake ƙoƙarin inganta kai, ya kamata mutum
ya tsaya shi kaɗai, cikin kwanciyar hankali da kwanciyar
.hankali a cikin ƙarfin kyawawan halaye da darajar kansa

* **

Bari ruwan farin ciki da kyakkyawan fata su riƙa kwarara
daga zuciyata, kuma feshinsu mai wartsakewa ya taɓa duk
waɗanda na haɗu da su

* **

Farin ciki na ruhaniya yana haifar da sha'awar taimaka
wa wasu ta kowace hanya, kuma yana haɓaka ikon godiya
ga jin daɗin ɗabi'a mai kyau wanda ke haifar da farin ciki, ta
haka yana rage sha'awar jin daɗin da ba shi da kyau

* **

Komai kankantar rawar da kake takawa, tana da
muhimmanci kamar manyan rawar da take takawa wajen
bayar da gudummawa ga nasarar wasan kwaikwayo na
.sararin samaniya da rayuka ke yi a kan mataki na rayuwa

* **

Cikakken sani sani ne cikakke, marar iyaka, yana
sabunta kansa koyausha kuma kerawarsa ba ta karewa,
kuma ta hanyarka yana kofarin bayyana wani ɓangare na
musamman na kansa

* **

Idan ka dandani soyayyar Allah koda sau ɗaya ne, ba za
ka taɓa daina ta ba domin babu wani abu makamancin haka
.a cikin dukkan sararin samaniya

* **

Waɗanda suka san Allah sun kai mata kai na ruhaniya
masu zurfi, har ba sa gamsuwa da kawai ba wa masu zunubi
shawara ta ruhaniya, amma za su iya - ta wurin alheri da
taimakon Allah - su ɗora musu ikon ruhaniya wanda ke
'yantar da su daga sakamakon ayyukansu na zunubi

* **

Duk ayyukan alheri da mugunta suna ɓoye a cikin
kwayoyin kwakwalwa kuma suna bayyana a matsayin halaye
nagari ko mugunta ko halaye a cikin tunani

* **

Mutumin da ke fama da halaye marasa kyau saboda
kwayoyin kwakwalwarsa da aka ɗora masa karfin waɗannan

halaye zai iya 'yantar da kansa ta hanyar karfin niyya,
tunani, addu'a ta gaskiya, da kuma ci gaba da tabbatarwa
mai kyau har sai duk halayensa marasa kyau sun canza
zuwa kyawawan halaye na zaman lafiya da natsuwa.
Wannan yana faruwa ne lokacin da karfin rai mai kyau ya yi
aiki don canza yanayin kwayoyin kwakwalwa mara kyau, ta
yadda waɗannan kwayoyin za su cika da duk abin da ke da
.kyau, nagarta, da kyau

* **

Fahimta ita ce ido na ciki, hangen nesa na rai, da kuma
na'urar hangen nesa ta zuciya. Shi ne daidaito tsakanin
.kwanciyar hankali da tsarkin lamiri

* **

Kowace rana muna ganin yanayi daban-daban, kuma
kowace rana tana kawo sabon darasi da za a koya. Ana sa
ran mutum zai koyi darasin ta hanyar mai da hankali kan
babban manufar wanzuwarsa: don gane tushen wanzuwarsa
.da kuma tushen rayuwarsa

* **

Bari mu yi aiki don manta da bakin cikin da ya gabata
kuma mu kudura kada mu yi ta tunani a kansu da kuduri mai
karfi da himma, bari mu sabunta rayuwarmu, mu inganta
nasarorinmu, mu kuma gina kyawawan halaye da halaye
.masu kyau a cikinmu

* **

Duk wanda ya fallasa raunin wasu kuma ya jawo musu
kunya da kiyayya, bai yi kama da hikima da hukunci mai
.kyau ba

* **

Kalmomi ga dukkan lokaci da wurare

Waɗanda suka yi jituwa da Allah suna ganin kyau mai
ban sha'awa kuma suna dandano mafi kyawun zaki wanda
ba za a iya dandanawa ta kowace hanya ba
Lokacin da raina ya kira gare ka, gajimaren shirunka ya
fashe, Ya Allah, ruwan sama na rahamarka kuma ya zuba a

cikin ruwa har sai ya zama ambaliyar alherinka mai yawa
Kogin ka mai albarka ya mamaye gabar rayuwata, kuma
raina ya nutse cikin ruwan har abada, kuma kumfa na
karamin raina ya narke a cikin teku na wanzuwarka mai cike
.da komai

Malamina ya koya mini yadda zan yi amfani da kusa na
hikima don in gina kaina haikali wanda ya cancanci
kasancewar allahntaka

Idan kana son cimma wani babban buri, fara da kirƙirar
samfurin tunani a gare shi. Yanzu zaka iya kafa kowace
alkibla a cikin tunaninka idan ka dasa wani tunani mai ƙarfi a
cikin zuciyarka; to dukkan rayuwarka za ta bi wannan
.ra'ayin, kuma ayyukanka za su yi daidai da shi

Idan ka taɓa zuciyar Allah, matsalolinka za su shuɗe,
ƙauna za ta cika zuciyarka, kuma abubuwan ban mamaki na
ruhaniya za su yi rawa kamar maɓuɓɓugan ruwa masu
.tsabta a cikin lambunan tunaninka

Gajimare da yawa suna ƙoƙarin ɓoye ka su ɓoye ka
daga gare ni, amma ta hanyar raɓar hawayen sha'awa,
sunanka mai albarka ya bayyana a gare ni yana walƙiya da
haruffan zinariya masu haske daga bayan duk labule da
mayafai

Tsarkakakkiyar lamiri tana nufin mu'amala da gaskiya
cikin gaskiya

Akwai buƙatu masu mahimmanci kuma abin da wasu ke
ɗauka a matsayin "bukatu" waɗanda a zahiri ba su da
mahimmanci kuma ba su da amfani ya kamata a sauƙaƙa
rayuwa ta hanyar mai da hankali kan buƙatu na asali da
.kuma kawar da jin daɗin da ba dole ba

Yaya girmanka, ya abota, kuma yadda ƙasarka take da
albarka da tsarki! Soyayya ita ce abincinka da amincinka
.abin shanka ne

Idan mutane biyu suna tafiya cikin jituwa da jituwa duk
da bambancin ra'ayi, suna haɗuwa da manufa ɗaya: don
samun kwanciyar hankali da natsuwa ta rai cikin tsantsar
soyayya da aminci ga juna, kuma inda mai kauna ba ya
neman jin daɗi a kan abin da yake so, to, a cikin lambun
alheri, furanni masu kamshi na abota suna fure kuma suna
.yada kamshinsu mai daɗi

Duniya tana horar da hankalinmu ta wata hanya daban,
tana sa mu saba da abubuwa da yawa har mu fara tunanin
cewa farin ciki ba zai yiwu ba tare da su ba. Amma rayuwa,
musamman rayuwar yara, dole ne a saukaka ta; in ba haka
.ba, rayuwa za ta koya musu ta hanyar takaici mai ɗaci
Gaskiya ta fi daidai kuma ta fi gaskiya fiye da tunani ko
tunanin kawai, amma abin da muke tunani ko tunaninsa
.wani lokacin yana iya zama gaskiya

Tunani muhimmin abu ne a cikin tsarin tunani mai
kirkira. Duk da haka, tunani dole ne ya girma ya rikide ya
zama tabbataccen imani, kuma wannan ba zai yiwu ba tare
.da karfin zuciya mai karfi ba

Idan ka yi tunanin wani abu da dukkan karfinka,
tunaninka zai canza zuwa ga imani na kanka, kuma lokacin
da za ka iya rike wannan yakinin
Duk da duk ra'ayoyin da suka saba wa juna, yakinin ku
zai bayyana a zahiri

Dole ne mutum ya koyi tsayawa kan kansa, tare da
samun goyon baya daga kyawawan halaye da kuma darajar
.kansa

Farin ciki na ruhaniya sabon farin ciki ne kuma yana
bayyana da yawa a cikin waɗanda ke tunani sosai game da
Allah. Farin ciki ne da ke taimakawa wajen yanke shawara
mai kyau da kuma yin abubuwa masu kyau, kuma idan aka
same shi, sha'awa da sha'awa marasa kyau suna shudewa
saboda suna rasa sha'awarsu idan aka kwatanta da farin ciki
.na ruhaniya

Mahaliccinmu Maɗaukaki ya ba mu rai, karfi, da hikima,
kuma wajibi ne mu ba shi kulawarmu da kuma ɗaga
zukanmu gare Shi cikin kauna, godiya, da kuma fahimtar
.falalarSa da alherinsa

Ka taimake ni, Ya Allah, kada in kunna wutar fushi, kada
in kone da harshen fushi, zaman lafiya a cikin kaina da wasu,
Ka taimake ni in kashe wutar fushi da ruwan sama mai
.gudana na kaunata

Bari tafkin tawali'u na da salamata su kasance cikin
natsuwa da kwanciyar hankali, ba tare da guguwar rashin
gamsuwa da ke kawo matsala ba sai wahala
Yin ayyuka da aka yi bisa ga jin nauyin da ke kanka, ko
kuma sadaukar da sha'awarka ta sirri wajen hidima da
.kaunar wani mutum, ya fi yin hakan da tsoro
Ko da mutum ya daina karya dokokin Allah, ya kamata
ya yi hakan ne saboda kaunar Allah, ba don tsoron azabarSa
.ba

Duk abin da kake tsoro, ka kawar da tunaninka daga
gare shi ka bar shi ga Allah ka karfafa amincewarka da Shi
Tsoro yana tare da mutum koyaushe, kuma kawar da
shi yana yiwuwa ta hanyar tunani game da Allah da jin
kasancewarsa

Da farko yana iya zama da wahala a bi hanyoyin
nagarta, amma su hanyoyi ne masu albarka waɗanda ke kai
.ga kwanciyar hankali da farin ciki na gaske
Allah ya haskaka dukkan rayuwarmu, ya kuma sa
kaunarsa ta zauna a cikin zukanmu, kuma haskensa ya
cika mana saninmu

Ya kaunataccena na allahntaka, furanni suna fure kuma
yanayi yana canzawa, kuma duk suna magana game da kai
Cikakken wata yana bayyana siffofin murmushinka, kuma
rana tana ɗauke da fitilar sama Ina iyo a cikin teku na
hawaye, ina cike da sha'awarka A cikin ganyen bishiyoyi da
jijiyoyin ɗan adam suna gudana rayuwarka da kuzarinka,

kuma ina jin bugun zuciyarka ta sararin samaniya tana
bugawa a cikin kaina

Idan na ji kasancewarka, sai in ji kamar ina farkawa a
wata duniya, kuma lokaci zuwa lokaci ina mafarkin wannan
duniya da wannan karamar jiki—nawa na farka cikin jin daɗi
marar iyaka, kuma mafarkina na rayuwa ta yau da kullun
yana kamshi da tunanin farin ciki na lokutan farkawa tare da
kai Na cire ciyayin mafarkin mafarki daga lambun mafarkina
kuma na dasa a madadinsu furannin wahayi na, inda
kamshin sha'awata zai jawo ka ciki, kuma za ka zo ka ɗauke
.ni zuwa sararin samaniyar jin daɗi na har abada

Ya Allah, Ka sanya ni mai haske da tsarki da tsabta
domin in fitar da hasken warkarwa a cikina
Ka kwanter da hankalina daga madubin da ke girgiza
domin ya nuna fuskarka mara iyaka
Buɗe tagogi na bangaskiya sosai domin in shaƙa
kamshin salamarki

Ya kai wanda kake haskakawa a cikin kanka, Ya Mai
girma wanda ke kin bayyanawa, ka kalli idanuna da ke
sha'awarka, don kada in ga komai a cikin rayuwa sai Kai
Bayan dukkan abubuwan da suka faru da bayyanar
rayuwa akwai muryar Allah mai shiru, wanda koyaushe yake
kiranmu ta hanyar furanni, littattafai masu tsarki, lamirinmu,
da duk kyawawan abubuwan da ke sa rayuwa ta zama mai
.daraja

Duk wani ƙoƙari da mai neman ya yi don isa ga
kololuwar ruhaniya Allah yana ƙidaya shi kuma yana da lada
mai kyau saboda hakan

Muna roƙonka, Ya Ubangiji, ka haskaka zukatanmu da
hasken gaskiyarka, ka sa zukatanmu su buga da ƙaunarka,
ka kuma cika rayukanmu da farin cikinka da yalwar alherinka
Daga wannan sararin samaniya mai haske wanda
hankali ba zai iya shiga ba, Allah yana fitar da haskensa na
har abada. Kuma daga tunanin sararin samaniya akwai
wahayi mai girma da iko masu albarka, kuma ayyukan

kirkira suna gudana zuwa cikin tunani masu budewa da
.jituwa

Lokacin da ka ga cewa ranka, zuciyarka, kowace walkiya
ta wahayi, sararin sama mai shuɗi, taurari masu haske,
duwatsu, duniya, tsuntsaye, da furanni duk an haɗa su da
zare ɗaya na salon sararin samaniya, farin ciki na ruhaniya,
da haɗin kai na duniya, to za ka fahimci cewa duk rakuman
ruwa ne a kirjin teku mai tsarki wanda ba shi da bakin teku

Idan muka manta da Mahaliccinmu, mun cancanci

wahala. Dole ne mu fahimci cewa Allah shine

kaunataccenmu kuma yana kaunarmu, kuma wannan ilimin

.zai 'yantar da mu daga matsalolinmu da wahalhalunmu

Mai son Allah na gaskiya ba ya daina nemanSa, ko da ya

kasa samunSa bayan yunkuri da yawa. Kamar yadda
rakuman ruwa dole ne su koma zuciyar teku bayan guguwa
ta lafa, haka nan ma mai neman gaskiya; yana da imani a
boye cewa cikas ɗin za su ruguje kuma ba makawa zai haɗu
da tekun sararin samaniya nan ba da jimawa ba—wannan
teku mara iyaka da ya fito daga inda yake dawowa kuma
.yake dawowa

Idan hankali ya ci gaba da tunanin kaunataccen

allahntaka, zuciya tana rera waƙoƙin farin ciki da farin ciki
Fitowar mutum daga abin da yake a yanzu zuwa abin da
zai kasance a nan gaba shine fitowarsa daga abin da yake a
yanzu zuwa abin da zai kasance a nan gaba

Mutum ba zai iya boye ainihin halinsa daga wasu ba,
rawar da tunaninsa zai bayyana a cikin halayensa kuma zai
.bayyana ta hanyar ayyukansu

Akwai mutane da yawa da ba su da ra'ayin da ya dace
game da 'yanci; suna ɗaukar 'yanci a matsayin yin duk abin
da mutum yake so ya yi, kuma ina kiran wannan 'yancin
'yancin sha'awa

Saboda rashin fahimtar ainihin yanayin 'yanci, wasu

iyaye suna bautar da 'ya'yansu ga al'ada ta hanyar cika

burinsu nan take. Yaron ya girma yana gaskata cewa

matukar an biya musu bukatunsu, suna farin ciki, kuma
manufar rayuwa ita ce a cika kowace sha'awa. Amma daga
baya sai su gano cewa sun yi kuskure, domin duniyar waje
ta bambanta da rayuwar gida gaba daya, kuma sun koyi
cewa biyan kowace sha'awa ba abu ne mai sauƙi ba! Wasu
na iya tura su gefe su yi watsi da su don bin sha'awarsu.
Saboda haka, yaron ya zama mai tauri da rashin nutsuwa a
zuciya saboda tsananin sha'awar biyan bukatunsu. Saboda
haka, dole ne iyaye su taimaki 'ya'yansu su haɓaka nufinsu
da fahimtarsu don su rayu a duniya ba tare da faɗawa cikin
.tarko da tarkonta ba

Uwar ta ce, "Ku koya masa da kauna" Tabbas, yi wa
yara da kauna gabaɗaya abu ne mai kyau, amma yawan
zaki yana bata haƙora, haka nan, yawan kulawa yana bata
wa yara. Akwai buƙatar karfin hali da jajircewa, amma idan
aka yi wa yaro da kuma hukunta shi da mummunan laifi,
sakamakon zai yi muni. Ya kamata a sami daidaito a yadda
ake mu'amala da yara; kowane uba ya kamata ya daidaita
halinsa da kauna da tausayi, kuma kowace uwa ya kamata
.ta kara wa kaunarta hikima da hankali

Dole ne mutum ya kasance mai son Allah da kuma
sha'awarsa a zuciyarsa. Na gwada ayyuka da yawa, amma
.komai yanayin aikina, tunanina koyaushe yana tare da Allah
Ya kamata mu ji daɗin wannan halitta, amma ba tare da
barin ta ta bautar da mu ba. Kuma gogewa ta koya mini
.cewa farin cikin samun Allah ba shi da misaltuwa

Kafin a fara manyan ayyuka, ya kamata mutum ya
zauna a hankali, ya kwantar da hankalinsa da tunani, ya yi
bimbini sosai, sannan ya nemi taimakon Allah domin samun
.jagora na ruhaniya da kuma jagora mai kyau
Bari in fahimci cewa murmushin da ke kan fuskar alfijir,
a kan lebunan furanni, da kuma a kan fuskokin maza da
.mata masu daraja shine murmushinka
Ba zan fuskanci hotuna masu ban mamaki, rashin sa'a,
rashin lafiya, ko duk wani cikas da ba a zata ba saboda na

fahimci cewa sanin yakamata wanda ke da alaƙa da sanin
sararin samaniya ba ya fuskantar gazawa da damuwa a
.zahiri

Yanci yana nufin ikon yin aiki bisa ga hikima, ba bisa ga'
umarnin sha'awa, halaye, da sha'awa ba. Yin biyayya ga
girman kai yana haifar da bauta, yayin da mika wuya ga
.motsin ruhu yana haifar da 'yanci daga kuntatawa
Ko ina zaune a cikin gidan alfarma ko kuma karamin
gida mai tawali'u, babu wani bambanci a gare ni, matuƙar
.Allah yana tare da ni

Zan yi amfani da kuɗin da na samu na gaskiya don
rayuwa cikin sauki, kafin in fara rayuwa mai cike da
almubazzaranci

Ta hanyar imani da Allah da kuma amfani da karfin hali,
mutum zai iya shawo kan rashin lafiya, gazawa, da jahilci,
matuƙar girgizar nufin ta fi karfin girgizar cututtukan jiki ko
na tunani. Yayin da rashin lafiyar ke ci gaba da karuwa, dole
ne nufin ya kasance mai karfi da kuma kayyadadden karfi,
kuma imani ya zurfafa da kuma karfi, domin cimma
.sakamakon da ake so

Ka yi mini wahayi, Ya Ubangiji, in dogara gare Ka kaɗai,
ba ga hanyar kariya ta ɗan adam ba. Kada in bari tsoro da
damuwa su gurgunta karfina mara iyaka don fuskantar
kowace jarabawa ta rayuwa. Kada in yi tunanin haɗurra,
masifu, da bala'o'i saboda tsoron bayyanarsu ta zahiri ta
hanyar tunani da tunani. Kuma ka bari in gane, Ya Ubangiji,
cewa ko ina farkawa ko barci, ina farkawa ko na bace a cikin
mafarkin rana, ina raye ko ina mutuwa, kasancewarka ta
.kariya har yanzu tana kewaye da ni kuma tana kiyaye ni
Masu hikima suna cewa: 'Ya'yan kyawawan ayyuka da
kaunar Allah da nagarta suka haifar su ne jituwa da tsarki
'Ya'yan ayyukan da sha'awa da buri suka haifar su ne zafi da
.wahala 'Ya'yan munanan ayyuka jahilci da wauta ne
Ayyukan alheri suna kawo farin ciki, yayin da ayyukan
duniya waɗanda son kai ke jagoranta ke haifar da wahala da

ciwo. Duk da haka, ci gaba da ayyukan mugunta, suna lalata
.ikon mutum na fahimta da fahimta

Idan kana son rayuwa cikin kwanciyar hankali da jituwa,
dole ne manufofinka su kasance nagari, kuma dole ne ka
yadda tunanin alheri da jin dadin soyayya. Idan kana rayuwa
mai kyau, za ka taimaki wasu ta hanyar misalinka da
.dabi'arka mai kyau

Da zarar na ji damuwa da ruɗani a raina, zan koma
natsuwa da tunani har sai na sami nutsuwa, kuma zan fara
kowace rana da tunani game da Allah da neman taimakonsa
.da shiriyarsa

Ku kudura kada ku bari ciyayin kiyayya masu shakewa
su girma su shiga gonar rayuwarku, lambu mai cike da
kyawawan halaye na ruhi mai daraja. Kuma gwargwadon
yadda kuka haɓaka waɗannan halaye masu kamshi, kamar
furanni, haka nan Allah zai bayyana muku babban sirrin
.rayuwa a cikinku

Manufar rayuwa ita ce samun kwanciyar hankali,
gamsuwa, rashin mutuwa, aminci, da kuma sanin gaskiya,
kuma a cikin zuciyar waɗannan sha'awar da ke motsa mu
.akwai ainihin allahntaka a cikinmu

Bari in sami 'yanci na a wurinka, Ya Ubangiji, in kuma
gane cewa ainihin gidana shine cikakken wanzuwarka kuma
ni muhimmin bangare ne na sanin sararin samaniyarka
Ya babban teku mai tsarki, bari kogunan sha'awata,
waɗanda ke gudana ta cikin hamadar cikas da cikas, a
karshe su haɗu a cikin zurfinka mai girma⁹

Sai a cikin sansanin Allah muke samun kariya da tsaro,
kuma babu mafaka mafi aminci fiye da jin kusanci da Allah
da kuma taɓa kasancewarsa

Tunda mutane suna karkashin halaye waɗanda ke tsara
sha'awarsu, halaye, halaye, da sha'awarsu, idan waɗannan
halaye ba su da kyau, hali zai zama mai cutarwa kuma
ayyuka za su zama mummuna. Saboda haka, yana da kyau a
fifita kyawawan halaye, kamar yadda suke jagorantar

ayyukanmu da tunaninmu zuwa ga kyawawan manufofi
.kuma suna kawo mana lafiya da farin ciki

Duk inda akwai rayuka masu bakin ciki da wahala, ina
samun ta'aziyata wajen yi musu hidima da kuma ta'aziyya.

Zan yi iya kokarina don faranta wa wasu rai kuma zan
.tausaya musu kamar su nawa ne

Akwai iyawar tunani a cikin mutane, amma ba su da ci
gaba sosai a cikin yawancin mutane, kuma rashin haɓaka
wadannan iyawar yana haifar da mummunan sakamako.
Kamar jiki, hankali yana buƙatar ingantaccen abinci mai gina
.jiki da motsa jiki don lafiya da kuzari

Lu'u-lu'u yana karɓar haske kuma yana nuna shi, haka
nan kuma rayuka masu tsarki, masu gaskiya waɗanda suka
.san Allah kuma suna haskakawa da kasancewarsa

Ya Ubangiji, Kai ne ainihin dukiya a rayuwa, kuma ta
hanyar nemo Ka da farko zan sami duk abin da nake buƙata
a cikin Ka

Mutane yawanci suna mai da hankali ne kawai kan
abinci, iska, da hasken rana don kiyaye lafiya mai kyau,
amma akwai lokacin da lafiya za ta lalace duk da yawan
wadannan hanyoyin rayuwa na waje. A lokacin ne ake
.bukatar sake cika ajiyar kuzarin jiki daga ciki

Idan jirgin ruwan hankalina ya kusanci duwatsun
sha'awa masu kwadayi waɗanda suka haɗa da haɗari da
haɗari, waɗanda guguwar jahilci mai karfi ke jagoranta, to,
Ya Allahna, ka zama fitilata kuma ka shirya da ni koyaushe
.zuwa ga gabar adalcinka da alherinka

Tunani kamar harshen wuta ne wanda ya kamata a yi
amfani da karfinsa mai karfi don kona shingayen da ke hana
cimma nasara

Ana iya samun Allah ta hanyar kaunar Allah mai dorewa
Idan muka kaunaci Allah fiye da baiwarSa, zai zo gare mu Ya
ba mu 'yancin zaɓe da ikon zaɓi domin mu iya bambance
tsakanin baiwar duniya mai wucewa da marar muhimmanci

da baiwar kusanci gare Shi da kuma farin cikin
.kasancewarsa mai albarka

An ba mu kwakwalwa domin mu iya yin aikin tunawa da
abubuwa masu kyau har sai mun iya tunawa da mafi kyawun
alheri: Allah

Iskar kaunarka tana ratsa ni, Ya Ubangiji! Ganyena
kuma suna rawa da farin ciki da zuwanka, kararsu mai dadi
tana yawo a sararin sama, suna gayyatar gajiyyayu su huta
.a cikin inuwar salamata ta ruhaniya

Matsalolin rayuwa ba a yi su ne don cutar da mu ba;

maimakon haka, matsaloli da rashin lafiya suna ba mu
darussa abubuwan da suka shafe mu masu raddadi ba a yi su
ne don su lalata mu ba, amma don tsarkake mu da kuma
hanzarta komawa ga tushenmu mai tsarki - Allah - wanda ke
aiki ta kowace hanya don taimaka mana da kuma dawo da
.mu gidanmu na sama

Har abada ita ce gidanmu na gaskiya, kuma tafiyarmu

zuwa wannan duniyar da kuma cikin wadannan jikin na
zahiri kamar tafiya ta biza ta dan gajeren lokaci ce

Ya Ubangiji, na san cewa yabo ba ya daukaka ni, kuma

suka ba ya rage mini ni. Ina kamar yadda nake a gaban
lamirina kuma a gabanka zan ci gaba a kan wannan hanya,
ina yin iya kokarina don bauta wa kowa da kowa kuma ina
kokarin samun tagomashinKa—a cikin wannan ne farin cikina
.yake—a nan ne farin cikina yake

Kai halitta ce ta musamman kuma asalinka abin birgewa

ne, don haka ka san ainihin kanka

Da wayewar garin zuwanka, furannin sha'awata za su yi

.fure su zama furanni masu kamshi da haske

Ya Ubangiji, ka gaggauta zuwan wannan rana da zan

saka sarkar wadannan furanni masu raba in sanya ta a bakin
.kofarka mai albarka

Maimakon ci gaba da kokarin faranta wa kansa rai shi

kaɗai, ya kamata ya kuma yi kokarin kawo farin ciki ga
wasu. Idan ya yi kokarin bayar da tallafi na ruhaniya, na

ilimi, ko na zahiri ga wasu, zai ga cewa an biya masa
.bukatunsa kuma kofin rayuwarsa ya cika da farin ciki

Wadanda suka yi nasara mai kyau a kan duhu a duniya
za su sami hasken daukaka a matsayin rabonsu kuma za su
ji daɗin kwanciyar hankali da farin ciki na ciki

Ya Ubangiji, ka ci gaba da watsa irin albarkarKa a cikin
kasa ta zuciyata, an noma ta da addu'a, domin su girma su
zama bishiyoyi masu inuwa wadanda rassansu ke dauke da
'ya'yan itatuwa mafi daɗi da daɗi na ilimin kai

Sau da yawa muna cikin azaba ba tare da yin kokarin
canzawa ba, kuma shi ya sa ba ma samun kwanciyar hankali
da gamsuwa mai dorewa. Idan muka dage muka yi kokari,
tabbas za mu iya shawo kan dukkan matsaloli. Dole ne mu yi
kokari mu matsa daga bakin ciki zuwa farin ciki, kuma daga
.bakin ciki zuwa jarumtaka

Ya Allah, Ka haɗa soyayyata da kaunarka, Ka haɗa
rayuwata da farin cikinka, tunani na da sanin sararin
samaniyarka, Ka kuma kashe kishirwata daga maɓuɓɓugar
farin cikinka na har abada

Zuciyar mai neman gaskiya koyaushe tana radawa: "Ya
Allahna kuma Masoyina, ba na son in nutse cikin rudanin
wannan duniyar ruɗani, kuma abin da nake so shi ne in
farkar da kaunarka a cikin zukatan mutane Zuciyata, raina,
jikina, hankalina, da duk abin da nake da shi naka ne, Ya
Ubangiji" Wannan mai neman ya isa ga Allah ya kuma san
Shi

Ya Ubangiji, ka ba mu sabuwar fahimta ta gaskiya game
da 'yan'uwantaka. Bari mu yi watsi da yake-yake mu warkar
da raunukan al'ummai da balm na kauna da kuma ta'aziyya
mai dorewa ta fahimtar tausayi

Allah ya albarkace mu domin mu 'yantu daga tasirin
kwadayi, rinjayen yaudara, da kuma ikon ruɗani, kuma ya
taimake mu mu gina sabuwar duniya wadda rashin lafiya,
jahilci, da yunwa ba komai ba ne illa mafarkin wani abu mai
ban tsoro da ban tsoro na baya

Bari mu magance dukkan matsaloli ba da tunanin daji
ba, amma da fahimta, gaskiya, da kuma imani mara
.misaltuwa a gare ku da kuma adalcin ku na Allahntaka
Rayuwa ta hada mu a nan na dan lokaci, bayan haka za
mu bi hanyoyinmu daban. Amma idan kaunar Allah tana
cikinmu, ba kome inda muka je, domin komai nisan da muka
bata, za mu ci gaba da kasancewa cikin da'irar kaunar Allah
.kuma ba za mu taɓa rabuwa da gaske ba
Ya Ubangiji, ka sanya ni gaggafa ta ci gaba ta ruhaniya
da ke tashi sama da hanyoyin kunkuntar tunani da
tsattsauran ra'ayi
Kira ni zuwa ga sararin sama mafi girma da kuma mafi
girma, bayan girgizar kasa mai tsanani da gajimare da ke
toshe hasken rana
Bari in dauki fikafikan daidaito don in rayu daidai, in
kuma bar ni in yi tafiya zuwa ga wadannan sararin sama
masu tsayi sama da dukkan guguwa da guguwa, inda akwai
.sararin samaniya mai faɗi da kuma fahimta mai girma
Salama tana zuwa ne lokacin da muka buɗe zukanmu
ga kauna da kirki. Waɗanda ke da zuciya mai kauna da aiki
tukuru a cikin ayyukan alheri suna fuskantar salama domin
tana zaune a cikinsu. Salama ita ce mafakar sama kuma
.tushen rayuwa mai daɗi
Ya kamata mu riƙa tunawa da kyawun allahntaka da ke
bayan furanni, hasken sararin samaniya da ke bayan rana,
.da kuma babban rayuwa da ke walƙiya a cikin kowane ido
Idan mutum yana da kirki da gaske kuma yana girmama
wasu, kuma yana mayar da yabo iri ɗaya, koyaushe za a yi
masa godiya da girmamawa
Zan yaɗa kaunata ga wasu domin in buɗe kofa don
kaunar Allah ta zo gare ni ta zauna a cikin zuciyata
Ya Ubangiji, ka bar ni in zama fitila ga waɗanda ke
nutsewa cikin zurfin bakin ciki. Ka taimake ni in kawo farin
ciki ga wasu cikin godiya saboda farin cikin ruhaniya da ka
.ba ni

Zan narke kiyayya a cikin wutar kaunata, kuma zan yafe
wa wasu kuma in ba da kauna ga dukkan zukata masu
kishirwa

Soyayya ta gaskiya ita ce soyayyar da ke farin ciki da jin
dadɓin kaunataccen

Bari haskenka ya haskaka mana, Ya Ubangiji, kuma
kaunarka ta cika zukatanmu har abada
Samun ruhun himma yana nufin samun ikon tunani mai
kirkira wanda ke ba mutum damar kirkira wani abu da babu
wanda ya taɓa yi kafin Kowa ya haifi wannan baiwar da Allah
.ya ba shi

Babban soyayya ita ce kaunar Allah, wadda ke sa
rayuwa ta zama kyakkyawa fiye da kalmomi. Lokacin da ka ji
Allah yana tare da kai, yana zuwa gare ka duk inda kake
.kuma yana shirya da matakan, kaunar Allah ta fara

Ikon gaskiya yana adawa da iska
Ya Ubangiji, idan na fuskanci matsaloli na ɗan lokaci, ka
bar ni in tuna da ni'imominka masu yawa a kaina a baya, da
sanin cewa taimakonka ba ya barina kuma kulawarka
koyaushe tana tare da ni a gare ka Ina mika godiyata ga
.kowace albarka da ta zo mini daga hannunka mai karimci
Digon soyayya yana haskakawa a cikin kyawawan
rayuka, kuma Allah ne kawai ake iya samunsa a cikin teku
na soyayya

Fahimta ita ce fitilar da ke haskaka hanyar mutum kuma
take kawo masa nasara
A lokacin bazara, Allah yana kawata yanayi da mafi
kyawun furanni da furanni tare da tufafi masu kyau da
launuka masu haske

Salama ita ce shelar farko da ke sanar da kusancin
Allahntaka Bayan haka, zaman lafiya ya rikide zuwa haske
fiye da farin ciki mara iyaka

Idan na zurfafa cikin teku na tunani, sai in ji wani irin
sauti mai albarka a cikin raina, sai in ji wata murya mai raɗa
"tana cewa, "Ina kusa

Dole ne mutum ya juya zuwa ciki, inda rai ke bayyana
kansa Daga zurfin rai yana bunkasa duk abubuwan da suka
.faru na rayuwa ta ciki
Lokacin da rai ya fahimci kansa da sanin Allah, sai ya ji
babban farin ciki da faɗaɗawa cikin sararin samaniya mara
.iyaka

Idan ka yi amfani da dukkan hanyoyin waje da
albarkatun da ke hannunka, ban da iyawarka ta halitta,
domin ka shawo kan dukkan cikas da ka iya kawo cikas ga
hanyarka, za ka bunkasa ikon da Allah ya ba ka: waɗannan
.iko marasa iyaka da ke fitowa daga zurfin rayuwarka
Soyayya tana tafiya a kan hanyar zinare da ke kaiwa ga
Allah

Zan yaɗa hasken fatan alheri da kyawawan manufofi
duk inda duhun rashin fahimta ya shigo
Idan matsaloli suka auka maka, amma ka ki daina kofari
da yin kofari, duk da dukkan cikas da cikas, to Allah zai
.amsa maka kuma ya yi maka nasara
Ya Ubangiji, zan cire furen bege daga lambun zuciyata
in sanya shi a matsayin sadakar kauna a bakin kofarka mai
tsarki

Tunda tunaninmu da kalmominmu su ne irin da zai kawo
mana girbin nan gaba, zan fara yau don cika sanina da
.tunani mai kyau da kyau

Ina tashi da tashi a cikin sararin sanina sama da kasa,
arewa da dama, ciki da waje da ko'ina don in ga cewa a
kowane kusurwar sararin samaniya ina nan kuma har yanzu
.ina nan a gaban Allah

Rayuwa a kowane lokaci cikin sanin dangantakarka da
Maɗaukaki mara iyaka Babu karshen saninka, kuma komai
yana walkeya da walkeya kamar taurari a sararin samaniyar
halittarka

Rabuwa, ko rashin haɗewa, ita ce hanya mai hikima da
mai nema ke bi, yana tashi sama da abubuwa marasa
muhimanci don manyan mutane. Bai ɗaure kansa ga jin

dadɪn sha'awa na ɗan lokaci don neman sabon farin ciki na
ciki Rabuwa ba karshen kanta ba ne, amma yana share
.hanyar bayyanar kyawawan halaye da ikon ruhaniya na rai
Mai nasara a ruhaniya yana ci gaba da matakai masu

karfi a kan hanyoyin rayuwa

Ya kamata mutum ya yi amfani da rayuwarsa ta yanzu
sosai, ya kuma buɗe tagogi na zuciyarsa ya farka ya kuma
farfaɗo da hankalin ruhinsa da ke barci

A bayan abin rufe fuska na canji da sauyi akwai
kasancewar allahntaka. Kuma duk wanda zai iya daidaita
madubin tunaninsa ya hana shi girgiza, zai ga fuskar
kaunataccen sararin samaniya a cikin wannan madubin

Soyayya ta fi mutuwa karfi da kuma barnar lokaci

Binciken kai shine mabuɗin nasara, kuma tunani madubi
ne wanda muke ganin kusurwoyin ciki waɗanda idan ba
haka ba za su kasance a boye daga ra'ayinmu. Dole ne mu
gano gazawarmu, mu bambance tsakanin halaye masu kyau
da marasa kyau, sannan mu gano abubuwan da ke kawo
.cikas ga ci gaba da nasara

Kai abin mamaki ne, ya abota! Kai wanda ke ɗebo ruwa
daga cikin ruwan tausayi na gaskiya, na abokantaka, kuma
wanda ganyensa ke jika da rabar zaki na ciki da na waje da
.ke fitowa daga zurfin zukata masu gaskiya da aminci

Na taɓa ganin wata karamar tururuwa tana kofarin

hawa tarin yashi, sai na yi tunani a raina: dole tururuwar
tana tunanin tana hawan tsaunukan Himalayas! Tarin yashi
ya yi kama da babba ga tururuwa, amma ba ga idanuna ba.
Hakazalika, miliyoyin shekarunmu na rana na iya zama kasa
.da minti ɗaya a cikin tunanin Allah

Dole ne mu horar da kanmu don yin tunani game da

manyar abubuwa kamar har abada da rashin iyaka

Na yi yawo a cikin duniyar rashin iyaka kuma na ga hazo

mai haske a cikin kasar haske, kuma a cikin wannan haske
mai rai na karanta ma'anonin sirrin da aka rubuta a shafukan

lokaci

Lokacin da kake barci, kana tunani da ji na shiru ba tare da wani tunani ba. Amma lokacin da kake tunani da ji na shiru ta hanyar tunani, abu na farko da kake fuskanta shine yanayin kwanciyar hankali, kuma tsokoki na fuskarka suna samar da murmushi wanda ke nuna kwanciyar hankali na ciki. Amma dole ne ka duba bayan wannan yanayin kwanciyar hankali don fahimtar tsarkin ranka - tsarkin da ba shi da lahani ta hanyar motsin rai ko amsawa ta atomatik ga tunani da ke da alaƙa da ji. Yanayin da kake fuskanta a lokacin yana ɗaya daga cikin farin ciki mai sabuntawa na .dindindin

Idan ka sanya kwano na ruwa a karkashin hasken wata sannan ka motsa shi, za ka kirƙiri wani mummunan hoto na wata. Lokacin da ruwan ya zauna a cikin kwano, hasken zai bayyana. Lokacin da ruwan da ke cikin kwano ya yi tsit kuma yana nuna fuskar wata da cikakken haske za a iya kwatanta shi da yanayin zaman lafiya mai tunani da kuma yanayin kwanciyar hankali mai zurfi. A cikin kwanciyar hankali na tunani, dukkan rakuman ji da tunani suna daina gudana daga tunani. Kuma a cikin wannan yanayi mai zurfi na kwanciyar hankali, mutumin da ke tunani, a cikin wannan kwanciyar hankali, yana ganin cikakken wata na kasancewar .allahntaka da ke nunawa a cikin tafkin rai

Akwai yanayi huɗu da matsakaicin mutum ya saba da su: farin ciki bayan cika sha'awa, rashin farin ciki idan aka hana shi, gundura lokacin da ba farin ciki ko baƙin ciki ba, da kwanciyar hankali lokacin shawo kan waɗannan motsin rai ko yanayin tunani na jin daɗi, zafi, da gundura Zaman lafiya yanayi ne mai matuƙar so, wanda ke tasowa daga rashin baƙin ciki da jin daɗi, da kuma rashin gundura Waɗannan yanayi suna canzawa da kuma ratsawa a saman rai Bayan hawa rakuman ruwa masu cike da zafi da jin daɗi, gami da nutsewa cikin zurfin gajiya, akwai farin ciki a cikin shawagi a kan tekun kwanciyar hankali mai natsuwa. Amma farin ciki na ruhaniya ya fi zaman lafiya - jin daɗin rai

- babban farin ciki ne na har abada wanda ba ya bacewa
amma yana tare da rai har abada. Wannan babban farin ciki
.za a iya samu ne kawai ta hanyar sanin kasancewar Allah
Murmushin gaskiya murmushi ne na farin ciki na
ruhaniya wanda aka samu daga tunani da tunani game da
Allah da kuma jin kasancewarsa
Murmushina yana fitowa ne daga wani babban farin ciki
a cikina - farin ciki da kowa zai iya samu. Kamar kamshin da
ke fitowa daga zuciyar fure mai fure Wannan babban farin
ciki yana gayyatar wasu su nutse cikin ruwa mai tsarki na
.ni'ima

A cikin hasken gafara mai albarka, duhun kiyayya da
aka tara tsawon shekaru da yawa ya shufe
Allah yana biyan duk wata bukata ga masu bauta masa
da sauri domin sun 'yantar da kansu daga son kai da ke bata
kokari da kuma bata bege

Wanda Allah ya kare, babu abin da zai iya halaka shi
Ba mu kadai ba ne a wannan duniyar, domin Allah yana
tare da mu, kuma akwai dangantaka mai dorewa, ta kud da
kud, da kuma ta abokantaka wadda muke samun goyon
.baya da farin ciki daga gare ta

Ya tauraro mai haske mai jagora a cikin sararin
samaniyar hikima, haskenki mai haske yana gayyatar in
binciki sararin samaniyarki mai albarka, kuma tsuntsun da
nake sha'awa yana gudu da sauri, yana ratsa yanayi mai
duhu, mai duhu, wanda ke motsa shi ta hanyar sha'awarki
.da kuma jin dadin haskenki mafi tsarki

Halin mutum yana fara girma da fure lokacin da mutum
zai iya jin - ta hanyar jin dadi na ciki da na fahimta - cewa ba
jiki ne mai karfi na zahiri ba amma har abada na ruhaniya a
cikin jiki

Idan zuciyar almajiri ta cika da kaunar Allah, fuskarsa za
ta haskaka da murmushin kwanciyar hankali da hikima,
kuma jahilcin da ke lullube ransa zai ruguje ya bace gaba
daya

Idan ka kalli fure ko bishiya, za ka san cewa waɗannan
kyawawan halittu ba su wanzu da kansu ba Allah ne ya
.siffanta su kuma ya ba su kamshi da kyau mai kyau
Kullum ka yi ayyukanka, kanana da manya, da kulawa
mai zurfi, kana tuna cewa Allah ne ke shirya da matakan
kuma yana karfafa kokarinka don cimma burinka mai kyau
Idan mutum ya haɗu da asalin ruhaniyarsa, zamanin da
aka manta da shi, da kuma ikon rai mara mutuwa yana
komawa ga saninsa. A cikin bimbini, mutum yana tuna cewa
.su rai ne marar mutuwa, ba jiki mai mutuwa ba
A ko'ina muke samun mutane, nagari da marasa kyau,
suna neman farin ciki ta hanyarsu. Babu wanda yake son
cutar da kansa. Don haka me yasa wasu mutane ke yin
abubuwa ta hanyoyin da ba makawa za su haifar musu da
zafi da baƙin ciki? Domin waɗannan ayyukan jahilci da ruɗi
?ne ke haifar da su
Muna roƙonka, Ya Ubangiji, ka haskaka mana da hasken
hikimarka, ka kuma kawar mana da duhun jahilci da ruɗi
.daga gare mu
Mutum mai hankali ya kamata ya yi taka tsantsan
maimakon tsoro, kuma ya kamata ya gina karfin hali ba tare
da sakaci da gaggawa ba don kada ya fallasa kansa ga
.yanayin da zai iya haifar da tsoro da damuwa
Hikima ba ta dogara ne akan shigar da bayanai daga
waje ba, amma akan ikon yarda na ciki, wanda ke kayyade
adadin ilimin gaskiya da za a iya samu da kuma saurin da za
.a iya cimma wannan ilimin
Wannan duniyar kawai mataki ne da muke aiwatar da
ayyukanmu a farkashin jagorancin Daraktan Allah. Dole ne
mu yi aiki mai kyau ba tare da la'akari da yanayin ayyukan
da aka ba mu ba, koyaushe muna tunawa cewa ainihin
.yanayinmu shine jin daɗi na har abada
Mafi hikima cikin masu hikima shine wanda ke neman
sanin Allah, kuma mafi nasara cikin masu nasara shine
wanda ya sami Allah

Ya Allah Masoyi, Allah ka sanya mu a matsayi na farko a rayuwarmu, Allah ka sa kaunarka ta warkarwa ta cika zukatanmu, kuma Allah ka haskaka mana haskenka mai .albarka ya kawar da duhun damuwa daga rayukanmu Yanci yana nufin yin aiki bisa ga lamiri, ba bisa ga' umarnin dabi'a da sha'awa ba. Yin biyayya ga girman kai da sha'awarsa yana haifar da kuntatawa, yayin da bin umarnin .hikima yana ba da 'yanci daga wadannan kuntatawa Ana iya samun kwanciyar hankali ta hanyar haɓaka kyawawan halaye da gangan, waɗanda, idan suka girma gaba ɗaya, ba za a iya kwace musu su ba sai dai idan ya .zabi ya bar su da son ransa

Yawancin mutane suna neman farin ciki ta hanyar amfani da hanyoyin da ba daidai ba. Wasu suna ganin za su iya ninka farin cikinsu ta hanyar ɗaukar halaye marasa kyau da ayyuka marasa kyau waɗanda suke ba da alkawuran farin ciki mai ɗorewa da wadata, kuma waɗannan alkawuran karya ne suka ruɗe su, kamar yadda ba za a iya jin daɗin ɗanɗanon farin ciki na gaske a cikin jahannama na ruɗani na .karya da ayyuka marasa kyau ba

Kowace minti har abada ce domin ana iya fuskantar har abada a cikin wannan minti Kwanaki, mintuna, da sa'o'i tagogi ne da za mu iya hango har abada Rayuwa gajeriya ce, amma a lokaci guda ba ta da iyaka kuma ba ta da iyaka. Rai ba ta da mutuwa, kuma a cikin wannan ɗan gajeren babi na rayuwar ɗan adam, dole ne mu yi amfani da duk wata dama .da ake da ita da kuma damar da ake da ita

Kalmomin ruhaniya suna kama da iri da ke buƙatar ƙasa mai kyau domin su yi girma, su yi fure, su yi 'ya'ya Ci gaban ruhaniya yana buƙatar tunani kai, sake tsara abubuwan da suka fi muhimmanci a rayuwa, gano da kawar da halaye masu cutarwa, da kuma kiyaye ƙa'idodi da dokoki na lafiya daidai da fahimtar ruhaniya da ƙaruwar ƙarfin .tunani

Idan almajiri ya dandani farin ciki na allahntaka, zai ga
cewa Allah ya zama gaskiya a gare shi fiye da komai, kuma
zai fahimci cewa taɓa kasancewar allahntaka ni'ima ce da
babu wani jin dadin da zai iya kamanta ta da jin dadin da ke
.tattare da shi

Allah yana aiki don farkar da hankalin mutum na
ruhaniya kuma ya shirya da nufinsa zuwa ga hanya
madaidaiciya ta hanyar kyawun kyawawan halaye, girman
hakuri, girman hikima, da kuma kyawun farin ciki na
.ruhaniya

Ba zan dauki wasu a matsayin baki ba domin ina jin
cewa kowa dan'uwana ne ko 'yar'uwata. Zan sa rayuwata ta
yi nasara da gamsuwa domin in taimaki wasu su yi nasara su
cima. Zan tausaya wa wasu kuma in nuna musu tausayi
yayin da nake nuna musu kaina. Zan kaunaci Allah kamar
yadda annabawa da waliyyai suka kaunace shi, kuma zan
.jefa son kai cikin rijiyar kaunar da nake yi wa wasu
Bayan wannan rayuwa ta duniya mai wucewa, wadda
take karkashin mutuwa, akwai rayuwa ta har abada, wadda
ba ta canzawa. Jiki yana kunshe da sinadarai wadanda ke
rubewa kuma suna lalacewa, amma bayan wannan rayuwa
ta wucin gadi akwai rayuwa ta har abada, ta sama a gaban
Allah. Saboda haka, bai kamata mu iyakance dukkan
hankalinmu ga wannan jiki marar mutuwa ba, kuma
wadanda suke son ta dole ne su jure wa gwaje-gwajenta su
.zama shugabanninta

A yau zan yi kokarin taimaka wa wadanda ke cikin
bukata da kuma ba wa masu jin yunwa abin da zan iya
Ina cikin aminci da kwanciyar hankali cikin kariyar Allah
kuma a bayan bangon lamirina mai tsabta Ina cikin daya
daga cikin hasken alheri wanda ke jagorantar jiragen ruwa
na rayuka wadanda rakuman bakin ciki ke jujjuyawa a cikin
teku na rudani da damuwa
A yau ina jin Allah cikin girgizar kwanciyar hankali da ke
girgiza ni kuma tana motsa igiyoyin zuciyata

Zan yi duk abin da zan iya don faranta wa wasu rai,
kamar yadda nake kokarin faranta wa kaina rai, kuma ta
hanyar farin cikina na ruhaniya zan yi wa kowa hidima a
gidan kaunar Allah kuma ba zan ji tsoron komai ba sai kaina
idan na yi kokarin yaudarar lamirina

Daga lambunan rai

Kana da niyyar zuwa wani wuri, kuma ka yi gaggawar
isa can da sauri. Lokacin da ka isa, ka ga ba ka jin dadin
wurin ba saboda sha'awa, damuwa, da kuma watakila har
ma da tashin hankali da kake ji. Madadin haka, yi kokarin
kwantar da hankali, kwanciyar hankali, da kuma daidaito.
Idan tunaninka ya karkata ga damuwa da tashin hankali, ka
.danne su da karfi har sai sun sake samun nutsuwa
Jin dadi yana da mummunan tasiri ga daidaiton tsarin
jijiyoyi saboda yana aika kuzari mai yawa zuwa wasu sassan
jiki yayin da yake hana wasu rabon su na halitta Wannan
rashin daidaito a rarraba kuzari shine sanadin tsoro Jiki mai
natsuwa da annashuwa yana kwantar da jijiyoyin jiki kuma
yana haɓaka jin dadin tunani

Cikin jituwa da Allah, hangen nesa na ciki yana fara
bayyana a hankali Dole ne mutum ya kasance da cikakken
imani cewa Allah zai amsa kowace addu'a ta zuciya Duk
wanda ya juya gare shi yana neman haske zai sami ganinsa
a buɗe kuma hankalinsa da zuciyarsa su haskaka
Idan aka buɗe fahimta, tana bayyana a matsayin wani ji
da ke fitowa daga zuciya, jin cikakken haske da daidaito Ta
wannan ji, mai nema yana samun tabbaci mara misaltuwa
da jagora mai kyau don bin hanya madaidaiciya, kuma a
.hankali yana gane kuma ya amince da wannan ji
Wannan ba yana nufin barin tunani gaba ɗaya ba;
tunani mai natsuwa, mara son kai kuma yana haifar da
fahimta Tunanin motsin rai, wanda girman kai da girman kai
ke jagoranta, yana haifar da rashin fahimta da kuma yanke
.shawara mara kyau

Ka ki shakku masu barna da imani na karya da zuciya
ɗaya, ka kuma juya zuciyarka da ranka zuwa ga fannin imani
da cikakken aminci ga Allah. A cikin natsuwar tunani,
hankalinka zai iya mai da hankali kan gaskiya da fahimta
daidai. A cikin wannan gogewa, bangaskiya tana bunkasa
kuma tana bayyana, kuma ta hanyar fahimta, za ka fuskanci
abin da ido bai taɓa gani ba, kunne bai taɓa ji ba, kuma
.zuciyar ɗan adam ba ta taɓa tunaninsa ba
Kowace numfashin sha'awa da addu'ata tana buɗe
kofofi da tagogi a cikin raina waɗanda ta cikinsu nake
wucewa zuwa ga ni'imar Allah
Kamar yadda rana ke haskakawa a kan titunan da suka
fi cunkoso, haka nan zan ga hasken kaunar Allah a duk
wuraren da ke cike da cunkoso a cikin ayyukana na yau da
.kullun

Ya Ubangiji, ka albarkace ni, domin in tashe raina da
.wayewar gari, in kai shi ga bakin kofarka mai albarka
Ya Ubangiji, ka ba ni ruhu mai karimci don in raba wa
wasu abin da nake da shi, ka kuma taimake ni in ga a cikin
tafkin tunani na hasken wata na raina yana haskakawa da
hasken kasancewarka
A yau zan zurfafa cikin teku na tunani da tunani game
da Allah har sai na sami lu'u-lu'u na hikima da farin ciki na
allahntaka

Zan so ka, ya Ubangiji, fiye da komai, domin ba tare da
,kai ba ba zan iya kaunar kowane ɗan adam ko wani abu ba
A cikin zurfin duwatsu da sararin sama mai natsuwa, da
kuma cikin zurfin raina da kuma kogon shiru, ina jin
kasancewar Allah kuma ina jin farin cikinsa koyaushe, kuma
ina shan ruwa daga maɓuɓɓugansa masu tsarki waɗanda ba
.sa karewa ko bushewa har abada

Ina kaunarka kuma ina bauta maka, Ya Ubangiji, wanda
kaunarsa take mulki mafi girma a cikin kowace irin zuciya da
kauna

Wani ya roki malami Paramahansa ya nuna masa

hanyar da zai bi don ya zama mutum mai jan hankali da
kuma jan hankali, sai ya ce: Dole ne ka kasance cikin tunani
yayin da kake mu'amala da wasu domin rashin hankali yana
cutar da halin mutum fiye da komai. Hakika, ba ina nufin
rashin hankali na manyan mutane ba, waɗanda tunaninsu
.galibi yana cikin manyan al'amura
Kullum ka kasance mai lura da kuma sanin yakamata,
kuma za ka zama mai jan hankali
Babu wanda yake son a yi watsi da shi. Duk muna son a
yi la'akari da yadda muke ji kuma a yi la'akari da shi, haka
nan kuma, dole ne mu yi la'akari da yadda wasu ke ji mu
kuma mu nuna musu kulawa domin cimma jituwa da
fahimta. Domin yin haka, dole ne ka kasance mai lura, mai
.fahimta, kuma mai kula da duk wanda ke kewaye da kai
Matattu ba su da ikon cin zarafin wasu, amma wanda

.bai kula da su ba yana yi
Idan kana tare da wasu, ka yi mu'amala da su da kyau,
cikin kuzari, da kuma sha'awa, amma ka guji yin magana
.game da kanka

Kowa yana son yin magana game da kansa, amma
hanya ce mai rauni Bari wasu su yi magana game da kansu
idan suna so; saurari abin da za su faɗa Bari su yi magana
game da matsalolinsu, nasarorin da suka samu, da kuma
ra'ayoyinsu, amma bari maganadisu ta yi magana a
madadinka Hasken fitilar yana magana a sarari; bari rawar
.jinkanta ta yi magana a madadinka daidai gwargwado
Allah ya nuna mini a cikin wahayi cewa waɗanda suka
mutu a yaki suna da mummunan mafarkin mutuwa, amma
da zarar nagargarun sun tashi daga jiki, sai su farka kamar
daga mafarki mai ban tsoro kuma suna farin cikin 'yantar da
.su daga gare shi

Duk abubuwan da muka fuskanta a rayuwarmu wani
ɓangare ne na mafarkin sararin samaniya. Dan Adam ya
kirkiri mafarkin yaki, amma bayan waɗanda abin ya shafa
sun bar gawarwakinsu, sai suka fahimci cewa mafarki ne mai

ban tsoro wanda suka farka daga ciki, kuma suka fahimci
cewa ba su mutu ba. Wannan gaskiya ce mai zurfi ta
.metaphysics

Da mutum ya san mafarkinsa yake yi, ba zai sha wahala
daga abubuwan da suka faru na mafarki masu tayar da
hankali ba. Amma idan ya cimma burinsa a cikin mafarkin
kuma wani ya yi masa mummunan rauni, wannan mafarkin
mutuwa yana kama da jaraba ta gaske da ban tsoro har sai
.ya farka ya gane cewa ba gaskiya ba ne

Wannan kuma ya shafi yanayin bayan mutuwa. Da zarar
mun bar jikinmu, za mu fahimci cewa hankalinmu bai mutu
ba, sai dai cewa an 'yantar da mu daga jiki da kuntatawa da
iyakokinsa na zahiri, kuma a cikin wannan 'yanci akwai
.babban 'yanci

Bai kamata mu taɓa neman mutuwa ba, sai dai mu
shirya hankalinmu ta hanyar kasancewa cikin jituwa da Allah
da kuma yin bimbini a kansa, ta yadda idan mutuwa ta zo a
.lokacinta za mu iya kallonta a matsayin mafarki kawai
Ina iya ganin yanayin mafarkin rayuwa da mutuwa duk
lokacin da na so Saboda haka, ban ba wa wannan jiki
muhimmanci sosai ba

Akwai ilimin halittar jiki na ruhaniya wanda ke karkashin
tsarin jijiyoyi wanda ke ba wa mutane damar isa ga mafi
girman mata kai na ci gaban sani

Kwakwalwar ɗan adam, wadda ta fi kwakwalwar
yawancin dabbobi girma, ban da manyan kifaye da giwaye,
ta fi rikitarwa kuma tana da karfin tunani. Wannan ya sa
kwakwalwar ɗan adam ta zama kayan aiki da ya dace da
mutane, waɗanda ke da wayewa mai zurfi fiye da sauran
halittu. Haɗakar kwakwalwa mai rikitarwa da rikitarwa tana
ba wa mutane damar yin tunani mai zurfi da zurfi. Saboda
haka, ɗan adam ne kawai zai iya kaiwa ga matakan fahimta
na gaba, kuma saboda haka, sanin Mahaliccinsa. Mutum mai
hikima shine wanda ke amfani da kwarewarsa ta ilimi don

Shekarun da aka manta sun nemi in aika wa 'yan'uwana
.sakon kauna da kauna a cikin kowane minti da dakika
Kuma kowace tunani ta gaya min in nemi ki a cikin
zuciyarta

Soyayyata ta zaburar da ni na so duk abin da ke
wanzuwa ta wurinka
Kuma kaunata ta yi mini rada, "Ka kaunace ni da dukkan
"karfin da nake da shi, Ya Allahna

Wata rana na kwanta a kan gadon ciyawa da furanni
kuma na yi mafarkin cewa duk abin da ke cikin rayuwa yana
da kyau da farin ciki

Kaina yana kan dogayen ciyawa masu kore, da kauri,
.wadanda ke ratsa ni da iska mai d'auke da kamshi mai dadi
Sai aka tilasta min in taɓa hannuna da jikina, kuma
girman Mahaliccinsa ya bani mamaki. Haka ne, na yi
mamakin cewa ni, wanda na tabbata da gaskiyar jikina, wata
rana zan bar shi ya huta a duniya wannan jikin da zai yi
sanyi, ya yi fari, kuma ba ya motsi a lokacin mutuwa, yayin
da yanzu yake kama da rai kuma yana d'auke da daruruwan
.ji, miliyoyin tunani, da biliyoyin mafarki da fahimta

Wannan jiki shine matakin da surori na rayuwa suka
bayyana a kai, inda furannin murmushi ke furewa, sai kawai
mutuwa ta biyo baya, nan, a tsakiyar nama, kashi, da jini,
kuma a bayan kyawawan abin rufe fuska na fata, kerkeci na
cuta da dabbobin sha'awa suna boye. Kuma a nan ma, a
karfashin jiki, akwai wata hanyar sirri zuwa ga mulkin haske.
Wannan jiki zai bushe ya face lokacin da ubangijinsa—rai—
ya rabu da shi ba tare da wata matsala ba. Kuma me zai
hana? Domin lokacin da mai haske na wurin zama na zahiri
ya gaji da rayuwa a cikin rumfa mai laka, mai rugujewa ta
abu, wanda igiyoyin jijiyoyi ke d'auke da ke buƙatar kulawa
akai-akai, yana samun kwanciyar hankali a wani gida a wani
kusurwar duniyar Allah—a wani yanki na rayuwa gaba d'aya
inda kamshin farin ciki ke ratsa ko'ina kuma ba tare da wata
.matsala ba

Rai marar mutuwa yana taka rawar rayuwa da mutuwa
tare da murmushi na dindindin, sannan ya tafi gidansa na
har abada

Shin masu kallon fina-finai dole ne su ci gaba da zama a
sinima har abada bayan an gama wasan kwaikwayo? Hakika
ba dole ba ne mutane su koma gida Haka nan, rayuka suna
zuwa nan don jin daɗin wasan kwaikwayo na fim, sannan su
tafi su sake dawowa. Suna son kallon fina-finai da wasannin
kwaikwayo, kuma idan suka gaji da wasannin da suka yi
mafarkin yi, kuma suka kware darussan da Allah yake so su
.koya, suna komawa gidan jin daɗi na har abada

Idan dabi'u ba a gina su bisa adalci ba, gihin da ke
budewa wanda wahala da wahala ke ratsawa. Idan dabi'u
sun dogara ne akan son kai, rikici mai kisa, da gasa mai zafi,
sakamakon zai gurbata saboda dalilai ba su da tsarki, kuma
.ba za a albarkaci kuɗi a irin wannan yanayin ba

Dole ne mutum ya tsarkake lamirinsa daga son kai
kuma kada ya yi koƙarin wadatar da kansa ta hanyar cin
zarafin wasu. Gaske gamsuwa ta ruhaniya ce, ba ta kayan
duniya ba, kuma ribar gaske a rayuwa ita ce mallakar
.taskokin hikima, ilimi, da kaunar Allah

Ya kamata mu rayu cikin sauƙi kuma koyaushe mu yi
koƙari mu taimaki wasu da kuma inganta yanayinsu
gwargwadon iyawa. Amma wannan kyakkyawan manufa ba
ta dace da son kai da kwadayi ba tare da la'akari da wasu
.ba

Wadanda suke duniya ba su da daidaito, don haka ba a
ɗaukar su a matsayin masu nasara ba. Rayuwa mai sauƙi da
daidaito fasaha ce mai ban mamaki da kuma alamar nasara.
Wadanda manufarsu kawai ita ce neman kuɗi ba za su sami
.tagomashi a wurin Allah ba

Gaskiya ne cewa Allah ya sanya mana jin yunwa domin
mu yi aiki mu kuma ciyar da jikinmu, amma ciyar da jiki ba
shine kawai manufar rayuwa ba. Manufar ta fi duk wani abu

na zahiri ko na ɗan lokaci, komai kyawunsa, ɗaukakarsa, da
.kuma kyawunsa

Daya daga cikin almajiran ya tambayi Jagora

Paramahansa yadda ake fuskantar kasancewar Allah. Ya
amsa, "Kowace dare, kafin ka yi barci, ka yi tunani har sai ka
ji hankalinka ya ratsa duniyar tunani kuma ya shiga wani
fanni. Amma, ba duka ba ne. Bayan ya juya hankali, dole ne
sha'awa ta tashi, kuma sha'awa za ta yi ta gudu kamar
ambaliyar ruwa zuwa ga Allah. Lokacin da almajiri ya mika
kansa gaba ɗaya ga Allah, ba zato ba tsammani sai ya ji
cewa ya taɓa kasancewarsa mai albarka kuma ya gane shi.
Zai ga babban haske mai haske, kuma zai iya ganin mala'iku
da rayuka masu kirki. Ko kuma zai iya jin kamshi mai guba
na sama, sannan zai san cewa Allah ya amsa masa, kuma
fahimtarsa za ta buɗe, kuma Allah zai bayyana masa sirrin
rayuwa. Ko kuma zai iya lulluɓe shi cikin babban kwanciyar
hankali yayin tunani. Idan ya ci gaba da yin bimbini kuma
Allah ya ba shi babban kaunarsa, zai ji farin ciki mai ban
mamaki fiye da yadda aka bayyana. Albarka ta tabbata ga
".wanda aka ba shi wannan kwarewar mai daɗi

Kaunar Allah tana buɗe kofar sama, ta inda mai nema

zai shiga gaban Allah

Idan mutum ya roki Allah, mai alheri da hikima, don ya
ba shi abincin rai madawwami, ba zai ba shi dutsen jahilci na
zahiri ba. Idan mai bauta ya nemi abincin hikima, Allah ba
zai ba shi macijin yaudara ba. Idan mai bauta ya roki Allah
ainihin ni'imar Allah wadda ke kashe dukkan kishirwa, ba zai
ba shi kunamar damuwa da damuwa ta tunani ba. Idan
mutane da aka yaudare sun san yadda ake ba wa 'ya'yansu
kyawawan kyautai, to, balle Ubangiji—wanda shi ne tushen
dukkann alheri da farin ciki—zai ba da ilimi da haske na

!ruhaniya ga waɗanda suke kaunarsa

Allah yana ba da mafi girman hikima da mafi girman

ilimi ga waɗanda suke neman su, kuma yana ba da kansa ga
mai neman gaskiya wanda ba ya karɓar madadinsa. Wanda

yake neman Allah da dukkan zuciyarsa da ransa shi ne mafi hikima a cikin masu hikima, kuma mafi soyuwa ga mutane ga Allah. Kuma lokacin da sha'awar mai bauta ta karu, yana samun amsa mai ban mamaki da kauna daga Allah kuma yana jin dadin kauna ta musamman da waɗanda suke .kaunar Masoyi ke fuskanta

Mutum mai hikima wanda ke taka rawar gani a cikin wannan mafarkin sararin samaniya tare da sanin ruhi da kuma sha'awar Allah mai girma yana kusa da Allah kuma yana kauna a gare Shi. Yana da tsantsar kauna kuma yana kaunar Allah ba tare da wani dalili na son kai ba kuma ba tare da wani sharadi ba, kamar faɗin, misali, "Ya Ubangiji, zan bauta maka bisa ga sharadin da ka ba ni lafiya, kuɗi, da ".rayuwa mai daɗi

Tsakanin masu hikima da Allah akwai soyayya mai zurfi, wacce ba ta da iyaka kuma ba ta da iyaka. Idan wani ya roki Allah wani abu na musamman, Allah ya san cewa mutumin .ya fi sha'awar baiwarSa fiye da Shi

Ba laifi ba ne mutum ya yi addu'a don a biya masa buƙatunsa, amma idan ya yi addu'a don sanin Allah ya kuma ga hasken fuskarsa mai ɗaukaka, bai kamata ya nemi wani amfani na kansa daga gare ta ba, kuma bai kamata tunaninsa ya takaita ga kyaututtukan da kansu ba, sai dai ga Mai bayarwa da kansa. Lokacin da mai nema ya sami damar yin haka da gaske, zai karɓi duk wasu kyaututtuka ta .atomatik daga tushen karimci da kuma tekun na ni'ima Daya daga cikin almajiran ya nemi shawara daga malami Paramahansa kan yadda za a yi hali a wasu yanayi :da kuma mu'amala da wasu, sai ya ce

Bi gaskiya kuma kada ka kauce mata, kuma ka guji faɗin duk wani abu da zai iya cutar da kai ko wasu, ko da gaskiya ne, matuƙar ba ka kauce wa ruhin gaskiya ba. A lokaci guda kuma, bai kamata ka yi amfani da akasin haka .ba wajen yin karya don guje wa faɗin gaskiya mai raɗaɗi

Ka yi gaskiya ga kanka da wasu ba tare da yin la'akari
da abubuwan da ba dole ba Ka faɗi gaskiya kuma ka guji
faɗin abubuwan da za su cutar da kowa ko su cutar da shi.
Kada ka bayyana duk sirrinka da sunan gaskiya da gaskiya,
domin idan ka fallasa rauninka, za su yi kokarin cutar da kai
ko yi maka ba'a duk lokacin da suka ji haka. Me ya sa za ka
?ba su makamin da za su iya amfani da shi a kanka
Yi magana da aiki ta hanyar da za ta kawo farin ciki da
zaman lafiya ga kanka da wasu

Yana da muhimmanci a samar da fahimtar ruhaniya
domin sanin bambanci tsakanin gaskiyar da ke kawo alheri
da kuma ba da labarin gaskiya ba tare da la'akari da
sakamakon da ka iya biyo baya ba, domin ana yin hukunci
ne bisa ga karshensu. Ba a ba da shawarar a faɗi duk abin
da ka sani ba, kuma ba a ba da shawarar a guji abubuwan
.da ya kamata wasu su sani don amfanin kansu ba
Idan ba ka da cikakken fahimta, ya fi kyau ka kasance
cikin nutsuwa a magana har sai ka fahimci gaskiya kai tsaye
.tare da samun sakamako mai kyau ga kowa
Ci gaba da tunani game da Allah kuma ka nemi
taimakonsa da shiriyarsa, kuma fahimtarka za ta buɗe ta
yadda za ka ga abubuwa a sarari kuma za ka iya bambanta
su da kyau

Yin caji ga kwayoyin jiki da kuzarin kuruciya

Karfin sararin samaniya yana gudana cikin jiki akai-akai
ba tare da katsewa ba, amma yawancin mutane ba su san
wannan karfin kuzarin da ke cikinsa ba. Waɗanda ke jin yana
fuskantar karuwar kuzari a cikin kwayoyin halittarsu da
kuma kwararar iska mai wartsakewa wadda ke ba su karfi
.mai sabuntawa

Duk yanayi yana girmama Ubangijin Duniya, kuma
ikonsa yana gudana ta cikin bil'adama. Matsalar tana cikin
rashin gina dangantaka mai karfi tsakanin bil'adama da
tushen dukkan iko. Muna rayuwa kai tsaye ta ikon

allahntaka, kuma duk sauran iko ba su da amfani ba tare da
.ikon Allah mai dorewa ba
Abinci, iskar oxygen, da hasken rana—wadannan
abubuwan na iya samar mana da wani matakin lafiya, amma
muna buƙatar fahimtar yadda za mu sami cikakkiyar lafiya
daga Tushen Mara iyaka Tushen kayan suna kama da
ƙananan batura waɗanda daga ƙarshe ba sa aiki, yayin da
Tushen Mara iyaka babban janareta ne wanda ƙarfinsa ba ya
raguwa, yana ci gaba da samar wa rai kuzari, farin ciki, da
ƙarfi. Saboda haka, yana da matuƙar muhimmanci a dogara
.ga Tushen Mara iyaka gwargwadon iko
Mutumin da yake so dole ne ya koyi hanyar da ta dace
don amfana daga wannan muhimmin abu kai tsaye daga
tushensa, kuma dole ne ya fahimci cewa tunani gaskiya ne,
domin duk abubuwan da suka faru na halitta misali ne na
tunanin Allah domin Allah ya yi tunani game da wannan
duniya kafin ya haliƙce ta
Mutane da yawa sun yi imani da cewa tunani samfurin
jiki ne, amma tsari mai kyau na jiki, da kuma kyakkyawan
haɗin kai tsakanin sassansa da gabobinsa, a bayyane yake
cewa jiki shine ƙirƙirar tunani mai girma na sararin
.samaniya
Hankali shine babban abin da ke sarrafa jiki, kuma yana
da matuƙar muhimmanci mutum ya guji tunanin rashi na
ɗan adam kamar rashin lafiya, rauni, tsufa, da takaici,
sannan ya tabbatar wa kansa cewa wani aiki mara iyaka
yana gudana ta cikinsa, kuma wannan aikin yana da baiwar
hankali kuma yana iya cajin kwayoyin jiki da lafiya da
.kuzarin ƙuruciya
Tunani shine kwakwalwa, motsin rai, da kuma jin daɗin
kowace kwayar halitta mai rai; yana da ikon kiyaye jiki ko dai
yana aiki da kuma faɗaƙe ko kuma yana kasala da kuma
jinkirin tunani Tunani shine shugaba, kuma kwayoyin jiki
sune waɗanda ke ƙarƙashinsa, suna bin umarni da hani na
babban ubangijinsu: tunani

Muna ba da kulawa sosai ga ingancin abincin da muke ci
kowace rana, haka nan ya kamata mu kula da ingancin
abincin tunani da na tunani da muke bai wa kwakwalwarmu
.kowace rana

Masanin kimiyyar metaphysical ya ce jiki ba wani nau'in
lantarki bane amma wani nau'in sani ne da ke shawagi a
cikin teku na sanin Allah

Kowace rana dole ne mu karfafa karfin jikinmu, mu kara
karfin tunaninmu, mu kuma san ainihin kanmu ta hanyar yin
bimbini, tunani mai kyau, da aiki mai kyau, mai amfani
wanda ke amfanar jiki, hankali, da ruhi tare

Allah ya albarkace ni da farin ciki a tsawon wadannan
shekaru masu tsawo na rayuwata Ko mutane suna ganin
murmushin gamsuwa a fuskata ko a'a, farin ciki na
allahntaka yana tare da ni koyaushe kuma ba ya barin ni.
Babban kogin ni'ima yana gudana koyaushe a karkashin
yashi na sanina kuma yana fashewa kamar mabubbugan
.albarka wadanda ke shayar da lambuna na rayuwata

Ba wani tashin hankalin da ke faruwa a rayuwa da zai
iya kawo cikas ga zaman lafiyata ba, haka nan kuma ba za a
iya kawar da farin cikin ruhaniya da nake ji ba
Ya yi wuya a sanya wannan yanayi na dindindin kuma
ba zai canza ba, amma 'ya'yan ruhun da nake jin dadinsa
yanzu kuma nake rabawa da wasu sun cancanci duk kokarin
.da na yi a ciki

Ina tsammanin kuma ina aiki da ruhun Allah wanda ke
jagoranta kuma yana aiki da shi, kuɗi ba ta taɓa zama
burina a rayuwa ba, sai dai na yi wa 'yan'uwana hidima a
cikin ɗan adam. Saboda haka, Allah ya buɗe mini kofofi da
yawa na alheri don in ci gaba da rayuwata da kuma cika
aikina. Kuma duk lokacin da na buƙaci taimako, Allah yana
.ba ni nan take

Burina kawai shine in yi maka hidima, kuma shi ya sa
nake nan

Ikon Allah yana aiki a rayuwarku kuma za ku fuskanci wannan gaskiyar da kanku lokacin da aka karfafa imaninku kuma kuka fahimci cewa dukiya ta gaske ba ta samo asali ne .daga nasarar abin duniya ba amma daga Mai Iko Dukka

Ko da yake rayuwa tana kama da wacce ba a iya tsammani ba, mai son zuciya, kuma mai ban mamaki, cike da shakku da matsaloli iri-iri da rikice-rikice, muna ci gaba da kasancewa karkashin kariyar Allah koyaushe. Bai kamata mu kara gishiri a kan al'amura ko mu rasa natsuwarmu a gaban abubuwan da suka faru ba, domin idan muka bar firgici ya mamaye mu, muna ba mugunta iko da zurfafa tushenta, wanda ke girma da bunkasa a cikin kasa ta tsoro .da damuwa

Bai kamata mu yi tsammanin samun farin ciki da kwanciyar hankali mai dorewa a cikin jarabawar rayuwa ba; maimakon haka, dole ne mu neme su mu gano su a cikin kanmu. Sannan, duk wata gogewa da muka fuskanta, za mu magance su kamar yadda muke kallon abubuwan da wani ya .fuskanta a fim, ko da dadi ne ko mai radadi

Mutum zai iya mayar da duk abubuwan da ya fuskanta zuwa jarabawa masu zafi da rashin dadi idan ya bar hankalinsa ya yi haka. Suna iya jin dadin lafiya mai kyau amma duk da haka ba su fahimci darajarta ba. Amma idan suka yi rashin lafiya, za su kaskantar da kansu su kuma yaba da albarkar jin dadi. Ya kamata mu yarda da ni'imar Allah kuma mu gode masa saboda ni'imomin da Ya ba mu ba tare da jiran yanayi mai wahala ba don ya sa mu gode da kuma .godiya ga alherinsa

Ya kamata rayuwa ta kasance cakuda tunani da aiki.

Idan mutum ya rasa daidaiton tunaninsa, zai zama mai saukin shiga cikin damuwa, gajimaren bakin ciki, da azabar zafi. Kuma idan ya yi kokarin karya dokokin lafiya, wadata, da hikima, ba makawa zai sha wahala daga rashin lafiya, .talauci, da jahilci

Dole ne mu kiyaye manufarmu ta tsarki, mu kiyaye manufarmu ta tsabta, kuma mu yi aiki ta hanyar da za ta kawo mana kwanciyar hankali, kuma kada mu bari yanayin .rayuwa ya dame mu ya kuma lalata mana farin cikinmu haka nan kuma karfafa hankalinmu da kuma kin nauyin raunin tunani da dabi'a da aka gada daga shekaru da tsararraki Dole ne a kone waɗannan kazanta a cikin wutar sabbín kuduri da aiki mai amfani Ta wannan hanyar ginawa, mutumin da ya himmatu da gaske zai iya isa ga 'yanci da 'yanci

Dokokin farin ciki na har abada

An ce a lokacin da ɗaya daga cikin sarakunan Indiya masu adalci ya yi mulki, babu wani abin da ya faru, ko mutuwa kafin lokaci, ko bala'o'i na halitta da suka faru da suka kawo cikas ga zaman lafiya da cikakken jituwa a .masarautarsa

Idan 'yan uwa suka rayu da aminci mafi girma, kowane gida zai ji daɗin zaman lafiya, lafiya, da kauna. Amma idan 'yan uwa suka yi wa junansu muguwar son kai, gidan zai cika da rashin jituwa da kiyayya. Wannan kuma ya shafi al'ummai. Idan mutane suka rayu da gaskiya da riƙon .amana, za su shaida Mulkin Allah a Duniya

Lokaci ya yi gajere Yau muna nan, gobe za mu tafi

Neman Allah shine babban gata na ɗan adam Dole ne mu yi amfani da 'yancin da Allah ya ba mu a wannan rayuwar mu kuma mu yi amfani da shi da kyau domin mu iya fuskantar .gaskiya ta ruhaniya ta har abada da kanmu

Zunubi shine duk abin da ke haifar da ciwo da wahala ga mutum. Kyakkyawan abu shine abin da ke sa shi farin ciki har abada. Idan mutum bai mallaki jituwa ta ruhaniya a cikin tunaninsa da kwanciyar hankali a cikin kansa ba, sabon gida, sabuwar mota, ko wani sabon abu ba zai iya kawo farin ciki da kwanciyar hankali ga ransa ba; maimakon haka, azabar da ke cikinsa za ta ci gaba da kasancewa koda kuwa an sami .waɗannan sabbín abubuwa da ƙari

Jin dadi na gaske yana cikin ikon yin tsayayya da yanayi
da kuma jure duk wani gwaji na waje. Ana samunsa ne
lokacin da za ka iya jure wa azaba mai radadi da wahalhalu
masu tsanani da son zuciya da yunkurin wasu na cutar da
kai suka haifar, kuma ka amsa laifukansu da kauna da
gafara. Lokacin da ka sami damar kiyaye kwanciyar
hankalinka duk da radadin yanayi na waje, to za ka dandana
.farin ciki

Littattafai Masu Tsarki sun bayyana cewa wadanda suka
yi watsi da dokokin Allah kuma suka bi sha'awarsu da
sha'awarsu ta wauta ba za su sami farin ciki ba ko kuma su
cimma burinsu na karshe. Suna karfafa mai neman gaskiya
ya sanya Littattafai Masu Tsarki su zama hasken jagora
kuma ya yi hukunci wajen tantance abin da ya kamata a yi
da abin da ya kamata a guje masa, da kuma fahimtar
.al'amura da kuma yin aiki bisa ga hikima

Wadanda ke da karfin gwiwa su ne wadanda ke aiki da
gaskiya Farin ciki yana zuwa ne kawai daga tunani mai tsarki
da ayyuka masu adalci Idan kana farin ciki yanzu, za ka yi
farin ciki a nan gaba, duka a nan da kuma a duniya mai
.zuwa

Dole ne mu tara girbin sa'a ta hanyar tattara 'ya'yan
hikima yayin da rana ta damarmaki ke haskakawa. A wata
ma'anar, dole ne mu yi amfani da damammaki kafin lokaci
.ya kure

idan ba ka yi Ka yi amfani da wannan damar, domin)
(amfani da wannan damar ba, za ta zama abin nadama
Allah ya bamu dokokin ruhaniya da ake kira umarni
Amma wadannan dokoki ana yin watsi da su kuma ana karya
su kowace rana da ko'ina Sai dai idan mutane sun fahimci
ma'anar ruhaniyarsu, koyausha za su yi gunaguni game da
su kuma su juya baya ga su. Wadannan dokokin ka'idodi ne
na dabi'a marasa lokaci wadanda dukkan addinan Ibrahim
suka amince da su. Duk da haka, nassoshi sau da yawa ba
sa bayyana bangarorin tunani na wadannan dokoki da

fa'idodin da ke tattare da bin su. Mutane suna karɓar
wadannan dokoki a wuraren ibada amma ba sa bin su a waje
da su, suna ba da hujjar hakan ta hanyar iƙirarin cewa
wadannan dokoki ba su da amfani, ba su da ma'ana, kuma
ba su dace da zamani ba. Duk da haka, keta wadannan
.dokoki shine tushen duk wata wahala a duniya
Amma menene fa'idar wadannan umarni kuma ina
?fa'idodinsu suke

Littattafai masu tsarki suna ba da shawara ga mutum ya
yi tunani game da Allah, ya nutsar da hankalinsa a cikinsa,
ya mika dukkan al'amura gare Shi, kuma ya bauta Masa da
ibada ta gaskiya, ba tare da gauraye da munafunci ba kuma
.ba tare da kazanta ta hanyar zato ba
Sanin Allah ya kamata ya zama babban burin rayuwa Ba
za a iya cika ayyukan duniya ba tare da ikon da Allah ya bai
wa ɗan adam ba. Yin ayyuka na yau da kullun yayin
.mantawa da Allah kuskure ne kuma zunubi ne
Zunubi yana nufin jahilci: yin aiki ta hanyar da ta saba
wa mafi kyawun alherin mutum
Me yasa mutane ke jin baƙin ciki da nadama? Domin ba
su yi abin da ya dace ba domin ba Allah ne ya fara
zukatansu ba

Babu wani abu a rayuwar mutum da ya kamata a ɗauka
a matsayin mafi muhimmanci fiye da Allah. Idan mutum da
gaske yana kula da Allah kuma yana cika aikinsa na
ruhaniya a gare shi, yanayinsa zai inganta ta kowace hanya,
kuma zai ji aminci da kwanciyar hankali duk da duk wani
.yanayi da ya kewaye shi

Da zarar mutum ya fara bauta wa dukiya, kuɗi, shahara,
ko wani abu banda Allah, rashin farin ciki ya zama nasa.
Wadanda suka mai da hankalinsu kan wadannan abubuwa a
zahiri suna bauta musu, don haka ba sa kusantar Allah sai
dai su nisanta kansu daga gare Shi. Amma wadanda suka yi
tunani game da Allah, suka yi tunani a kansa, suka kuma yi

magana da Shi a cikin zukatansu suna kusantar Shi kuma
.suna jin dadin rayuwa a cikin zumuncinsu na shiru da Shi
Allah kadai ne ke da ikon cika mafarkin dan adam da
fatan samun farin ciki mai dorewa. Saboda haka, bai kamata
.a bar komai ya dauki matsayin Allah a cikin zuciya ba
Akwai alamomin tsarki da za su iya taimaka wa mai
nema ya tuna Allah ya kuma kusance shi. Duk da haka, idan
mutum ya fara bauta wa wadannan alamomin, cutarwarsu
za ta fi karfin fa'idarsu. Ya kamata a yi bauta ga Allah kadai,
.domin babu wani abu da ya cancanci bauta
Ko menene yanayin ibadar al'ada, Allah ya yarda da ita
matuƙar mai bauta yana yin ta da sanin ruhi da kuma
sha'awarsa. Duk da haka, mutane da yawa ba sa fahimtar
ainihin ibada, kuma tunaninsu da zukatansu suna karkata
daga Allah zuwa ga al'adun, don haka ba sa amfana sosai
.daga bautarsu
Masu bauta ta gaskiya ba sa barin saninsu ya takaita ga
kowace siffa ko siffa, amma suna mai da hankali da kauna
mai zurfi da cikakken kulawa ga ruhun allahntaka da ke
.bayan dukkan siffofi da siffofi
Allah cikakke ne kuma babu iyaka, kuma babu wani
hoto ko mutum-mutumi da zai iya dauke shi
Ana iya cewa Allah yana bayyana kansa a cikin duk
wanda yake kaunarsa da gaske kuma yana cikin jituwa da
Shi, domin yana nan a ko'ina don haka yana nan a cikin
kowa Duk da haka, ba kowa ne ke da ikon bayyana
kasancewar Allah ba. Rana tana haskakawa daidai
gwargwado a kan kwal da lu'u-lu'u, amma lu'u-lu'u yana
karba kuma yana nuna hasken rana, yayin da kwal ba zai iya
ba. Haka nan, dukkan mutane suna nutsewa cikin hasken
Allah, amma kafan ne kawai za su iya karɓar wannan
hasken kuma su nuna shi a cikin tunaninsu da ayyukansu.
Don yin haka, dole ne su tsarkake kansu ta hanyar bimbini
.da bin koyarwar Allah da umarni

Idan muka ambaci sunan Allah, dole ne mu san abin da
muke faɗa sosai. Idan za ka iya fahimtar tunanin mutane
yayin addu'a, za ka ga cewa yawancinsu suna tunanin komai
sai Allah, duk da cewa suna faɗin sunansa! Irin wannan
.addu'ar ba ta da amfani kuma ba ta da amfani
Idan muka yi addu'a, ya kamata mu yi kofari mu mai da
hankalinmu ga Allah, maimakon kawai mu maimaita sunansa
mai albarka yayin da muke barin tunaninmu ya yaɗu. Wata
goggo ta kan yi addu'o'inta a kan duwatsun addu'a,
waɗanda ba kasafai suke fita daga hannunta ba. Amma ta
shaida mini wata rana cewa duk da yin wannan ibada
tsawon shekaru arba'in, Allah bai amsa addu'o'inta ba. Ba
abin mamaki ba ne! "Addu'o'inta" ba komai ba ne illa halin
.tsoro

Idan muka yi addu'a, bai kamata mu yi tunanin komai
ba sai Allah. Ya kamata mu yi kofari mu kasance masu
gaskiya a cikin bautarmu da kuma sadaukar da kanmu a
cikin addu'o'inmu. Yin amfani da duwatsun addu'a da kuma
kiran sunan Allah akai-akai abin karɓa ne idan aikin ya samo
asali daga zuciya kuma yana da goyon bayan gaskiya da
tunani mai zurfi. Duk da haka, wannan aikin na iya zama
.atomatik akan lokaci

Dole ne mu yi wa Allah rada a zukanmu, a kan rosary
na bege da kaunar Allah; wannan bauta ta gaskiya ce da ke
taɓa zuciyar Allah. Yin furuci da sunan Allah cikin sanyi da
tunani mai yawo sabo ne da rashin girmamawa. Lokacin da
mutum ya yi addu'a, dole ne zuciyarsa da tunaninsa su cika
da kaunar Allah. Yin tunani a hankali ta hanyar motsa jiki na
yoga yana taimaka mana mu kusanci Allah, babban tushen
ɗaukaka da ɗaukaka, kuma yana taimaka mana mu yi
.tunani da kuma tattaunawa da Shi

Yana da mahimmanci a keɓe rana ɗaya a mako don yin
bimbini a ruhaniya (idan zai yiwu) don yin bimbini a kan
Allah da kuma samun natsuwa, kwanciyar hankali, da
kwanciyar hankali na ciki Lokacin da aka kashe ta wannan

hanyar zai zama maganin kwantar da hankali ga matsaloli
.da damuwa da kuke fuskanta a sauran mako

Kowa yana buƙatar yin kwana ɗaya a kowane mako a
kebe ko kuma "janyewa ta ruhaniya" don warkar da raunuka
da radadin motsin zuciyarsa. Lokacin da wannan rana ta
zama ta zaman lafiya, farin ciki, da gamsuwa, za ku yi
.tsammanin sa'a bayan mako

Kadaici shine farashin girma Za ku yi mamakin
kyawawan sakamakon da za a samu ga hankalinku, jikinku,
da ruhinku ta hanyar wannan ja da baya ta ruhaniya da
alaka da ruhinku da kuma Allah. Idan kuna burin samun farin
ciki na gaske, dole ne ku nutsar da kanku cikin teku na
salama ta Allah da sassafe bayan kun farka, da kuma kafin
.ku yi barci da dare

Masanan Indiya sun ba da shawarar ba wai kawai a keƙe
kwana ɗaya ba, har ma a jaddada buƙatar yin bimbini a cikin
takamaiman lokuta huɗu kowace rana Da safe, kafin a tashi
a ga kowa, ya kamata a ji daɗin natsuwa da kwanciyar
hankali Da tsakar rana, ya kamata a kwantar da hankali
kafin cin abincin rana, sannan a sake jin daɗin lokacin
kwanciyar hankali kafin cin abincin dare A karshe, kafin a
kwanta da dare, ya kamata a sake shiga yanayin kwanciyar
.hankali

Waɗanda suka yi shiru sosai a lokacin kaɗaici da kuma
a cikin waɗannan lokuttan huɗu na yau da kullun, tabbas za
su ji daɗin jituwa da Allah. Waɗanda ba za su iya kiyaye duk
waɗannan lokuttan ba, ya kamata su keƙe aƙalla sa'o'in safe
da yamma. Ta yin haka, rayuwarsu za ta canza zuwa mafi
kyau, kuma za su ji daɗin farin ciki; gogewa ita ce mafi
.kyawun shaida

Idan ka ci gaba da rubutawa da sanya hannu a cikin ba
tare da ajiye isassun kuɗi don rufe asusun bankinka ba, za
ka kare da kuɗi. Haka kuma ya shafi rayuwarka Ba tare da
ajiyar kwanciyar hankali a asusun rayuwarka ba, kuzarinka
zai kare, kwanciyar hankalinka zai bace, kuma farin cikinka

zai bace. A takaice, daga karshe za ka sha wahala a fatara ta
motsin rai, ta hankali, ta jiki, da ta ruhaniya. Amma zurfafa
tunani a kan Allah a kullum zai rama maka raunin da ke cikin
.ranka

Mai neman Allah yana yin bimbini kowace rana, yana
tattaunawa da Allah da dukkan kauna da sha'awa a cikin
zuciyarsa, yana rokonsa ya bayyana kansa Idan kai mai son
Allah ne kuma kana sha'awar ganin kasancewarsa, dole ne
ka nutsar da hankalinka da jikinka cikin salamarsa, kuma
rayuwa za ta yi maka murmushi, kuma al'amuranka za su
inganta ta hanyoyi da yawa Mutum mai natsuwa ba kasafai
yake yin kuskure ba kuma yana cin nasara inda dubbai suka
gaza

Wadanda ba sa tunanin Allah ko kuma ba sa kula da shi
suna shiga cikin bakin ciki da bakin ciki. Suna zama masu
.fushi kuma suna rikidewa su zama injinan tafiya
Rana ta hikima da kwanciyar hankali za ta fito a sararin
natsuwa kuma za ta lullube wanzuwarka da haskenta mai
warkarwa matuƙar ka yi kokarin ruhaniya ka kuma ba wa
Allah matsayi na farko a zuciyarka

Ranar tunani yakamata ta kasance rana ta hutawa ta
hankali da ta jiki da kuma gina zaman lafiya ta ciki. Duk wani
aiki da zai samar da hikima da zaman lafiya aiki ne mai
.albarka a wannan rana

Dangane da girmama iyaye, littattafai masu tsarki sun
ba da shawarar a yi musu mu'amala mai kyau: "Ka girmama
mahaifinka da mahaifiyarka" da kuma "Ka kyautata wa
"iyaye

Ya kamata a girmama uba da uwaye na ɗan adam a
matsayin wakilan Allah, wanda ya ba su baiwar kirƙirar ɗan
adam. Uwa ita ce misalin ƙaunar Allah tsantsa, domin uwa
mai ƙauna tana gafartawa inda babu wanda zai yi. Uba shine
.bayyanar hikimar Allah da kariyarsa ga 'ya'yansa
Bai kamata mutum ya ƙaunaci ubansa da mahaifiyarsa
ba banda Allah, amma a matsayin bayyanar wannan ƙaunar

Mai karewa da mai hikima Ruhun Allah mafi girma ya zama
uba da uwa don taimaka wa yaro, don haka dole ne a
girmama shi a cikin iyaye

Littattafai kuma suna ba mu shawara game da kisa don
neman kisa, domin a lokacin mutum zai zama mai kisan kai
Bai kamata mutum ya dauki ran wani a cikin wani lokaci mai
tsanani ba. Duk da haka, idan aka yi wa kaunatatun mutane
barazana, dole ne mutum ya yi yaki don kare wadanda Allah
ya ba su amana, domin aiki ne mai tsarki a kare iyalinsa da
.kasarsa

Dangane da haramcin zina, manufar da ta dace ta hadin
kai tsakanin mata da maza ya kamata ta zama haihuwar
'ya'ya da aka halicce su cikin siffar Allah da kuma bayyanar
tsantsar soyayya da ma'auratan da ke ganin Allah a cikin
junansu ke ji. Wadanda ke rayuwa kawai a matakin jiki, ba
tare da la'akari da soyayya ta gaskiya ko kuma babbar
manufar da aka kirkiri sha'awar jima'i ba, suna yin zina bisa
ga wannan umarni. A wannan yanayin, ba su da bambanci
da dabbobi da ke biyan bukatun jima'i sannan su ci gaba da
.tafiya

Allah ya halicci wannan sha'awar kirkire-kirkire a cikin
maza da mata don haihuwa da kuma bayyana soyayya ta
gaskiya a rayuwar aure, kuma bai kamata a yi amfani da ita
ba ta hanyar da ba ta dace ba, sai dai a mayar da ita zuwa
.aiki mai tsarki da ilimi

Idan za ka iya sarrafa da kuma rarraba ikon jima'i a cikin
rayuwarka, za ka iya haɓaka manyan kwarewar tunani don
rubutu, zane, ko kuma bayyana baiwar da ba a iya gani ba ta
.hanyoyi da yawa

Kuma idan a karshe ka sami damar sarrafawa da canza
ayyukan kirkira a ruhaniya, za ka fuskanci babban zaman
lafiya, kauna mai girma, da kuma karuwar farin ciki na
ruhaniya

Waliyyan Allah da shugabannin ruhaniya wadanda suka
canza ayyukansu na jima'i a ruhaniya, manyan mutane ne

da za su iya yin abubuwan ban mamaki da ban mamaki a
.duniya da kuma a cikin binciken gaskiya na asiri
Saboda haka, mafi girman amfani da sha'awar jima'i
shine daukaka karfinsa, wato, tura kuzarinsa zuwa ga wani
babban manufa domin ya bayyana hikima, manyan ra'ayoyi,
da kuma manufofin ruhaniya. Bai kamata mutum ya sami jin
dadi daga tunanin jima'i ko sha'awar abin da aka haramta
ba. Lokacin da aka cimma wannan nau'in kamun kai, mutum
zai sami kyakkyawan hangen nesa game da jima'i da kuma
.babban manufarsa

Yin bauta ga al'amuran jima'i yana nufin rasa lafiya,
kame kai, da kwanciyar hankali na hankali, kuma a takaice,
duk abubuwan farin ciki da mutum ke bukata
Littattafai masu tsarki kuma suna karfafa mu kada mu yi
sata Idan kungiyar mutane dubu za su yi sata daga junansu,
kowannensu zai sami makiya 999. Saboda haka, bai kamata
mutum ya keta hakkin wasu ba, ko kuma ya kwace musu
kasarsu, zaman lafiya, kauna, mutunci, ko duk wani abu na
kayansu ko na ruhaniya. Idan ba ka ji sha'awar daukar abin
da ba naka ba, abin da kake bukata ko sha'awa zai zo maka.

Sata tana farawa ne da farko a cikin tunani lokacin da
mutum ya fara hassada ga wasu. Dole ne a cire irin sha'awar
mugunta daga tunani. Kyauta ta ruhaniya ita ce hanya.
Sannan, mutum zai jawo wadata ta halitta, kuma albarka za
ta kwarara zuwa gare su daga tushen da ya sani da kuma
tushen da ba su sani ba. Dokar Allah ce marar kuskure.
Game da barayi da mutane masu son kai, suna batar da
rayuwarsu suna neman abin duniya, idanunsu koyaushe
suna kan abin da wasu ke da shi, koda kuwa asusunsu yana
.cike da zinariya

Sai dai idan an yi watsi da son kai na duniya, duniya ba
za ta iya sanin farin ciki ba
Farin ciki yana zuwa ne kawai ta hanyar haɗin gwiwa ta
ruhaniya. Yana zuwa ne lokacin da mutum ya ji bukatun

wasu kamar nasu ne kuma ya yi wa wasu aiki yayin da yake
.yi wa kansa aiki

Wata muhimmiyar doka ita ce a guji bayar da shaidar
ƙarya. Cin zarafin kowa ta hanyar karkatar da gaskiya wata
hanya ce ta lalata jituwar zamantakewa. Idan mutum yana
son a yi masa alheri, ya kamata ya yi wa wasu mu'amala
.yadda ya kamata

Ya kamata a rika faɗin gaskiya koyaushe, amma dole ne
a bambanta tsakanin faɗin gaskiya da kuma faɗin gaskiya
kawai. Ambaton wani a matsayin gurgu ko makaho yana da
illa kuma ba shi da amfani; ya kamata mutum ya yi la'akari
da yadda wasu ke ji kuma ya guji kunyatar da su.
Hakazalika, bayyana gaskiya da za ta iya cin amanar wani
ba tare da wata manufa mai kyau ba kuskure ne. A gefe
guda kuma, bai kamata mutum ya yi ƙarya don guje wa
faɗin gaskiya ba; maimakon haka, mutum zai iya yin shiru a
.wasu yanayi don guje wa kunya ko cutar da wasu
Dole ne mutum ya yi hattara da hassada, wata cuta mai
halakarwa da ke cin zarafin kwanciyar hankali na rai. Yawan
kwadayin abin da ke na wasu, haka nan rashin jin daɗi da
bakin cikin mutum ke ƙaruwa. Mai kishi yana rayuwa cikin
wahala, ba ya taɓa sanin dandanon natsuwa. Ya fi kyau a
gare su su girmama kansu, su dogara da kansu, su nemi
.wadatar ruhaniya ta ciki

Mutuncin mutum da darajarsa ta zahiri sun fi duk abin
da zai so ko ya yi marmarin mallaka. Allah yana bayyana a
cikin kowane mutum ta hanyar da ba ta bayyana a cikin
wani mutum ba. Fuskarsu ba ta bambanta da ta wani mutum
ba, kuma ransu ba ta bambanta da ta wani mutum ba,
domin a cikinsu akwai babbar taska ta dukkan halitta—kuma
wannan babbar taska ita ce Allah

Ba a ɗaure mu da abubuwan da suka gabata ba
Idan mutum yana da imani mai kyau kuma yana yin aiki
yadda ya kamata, zai fi farin ciki fiye da waɗanda ba su da
imani kuma ba sa yin ayyukansu a yaƙin rayuwa

Imani mai kyau da aiki na adalci (wanda aka tallafa da kyawawan manufofi da kyawawan manufofi) suna nan a duk inda farin ciki ya kasance, kuma ana rasa su duk inda farin ciki ya kasance. Daga wannan, za mu iya kammala da cewa su muhimman yanayi guda biyu ne na farin ciki, waɗanda ba za a iya cimma su ba tare da su ba. Waɗanda ke son farin ciki suna buƙatar kawai su mallaki waɗannan muhimman abubuwa guda biyu, waɗanda su ne ginshikansa da .ginshikansa

Mutane ba za su iya sarrafa—a yadda suke so— abubuwan da ba su da iyaka na sararin samaniya, kuma ba za su iya gyara ko goge su ba. Waɗannan abubuwan suna da alaƙa da juna sosai da tsarin rayuwar ɗan adam, kuma mutane ba za su iya aiki a ware daga gare su ba. Duk da haka, za su iya sarrafa tunaninsu don daidaitawa da .waɗannan abubuwan

Kada ku cutar da shi

Kakanninmu sun fi mu farin ciki ba wai don suna da abubuwan duniya da jin daɗi fiye da mu a yanzu ba, ko kuma saboda ba su da sauƙin fuskantar matsalolin rayuwa, amma saboda suna da daidaiton tunani wanda ya ba su kwanciyar hankali, kwanciyar hankali, gamsuwa, da kuma .farin ciki a takaice

Ba su dogara ga yanayi na waje don farin cikinsu ba, kuma ba su mika wuya ga yanayi na waje wanda zai hana su ba. Jin daɗinsu, kwanciyar hankali, farin ciki, da gamsuwa sun kasance na halitta, na al'ada, lafiya, kuma mai ɗorewa.

Mu ma, ya kamata mu gina waɗannan ji idan muna son ?samun farin ciki. Kuma wanene a cikinmu ba ya yin hakan

Kaddara sakamakon aikin da muka yi na baya na 'yancin zaɓe ko 'yancin zaɓe Ta hanyar ayyukanmu na baya na 'yancin zaɓe, mun kawo kuma mun ci gaba da kawo wa kanmu kaddara da kaddara. Duk da haka, ba a ɗaure mu da abin da ya gabata ba, kuma ba a ɗaure mu da sakamakon ayyukanmu har abada ba. Za mu iya gyara abin da muka

shuka kuma mu goge abin da muka rubuta idan muna so mu
yi kokari mu gyara tafarkinmu da inganta ingancin girbinmu.

Idan muka kawar da irin ayyuka masu radadi kuma muka
shuka iri mafi dacewa da yanayin rai, tabbas za mu girbe
'ya'yan farin ciki daga waɗannan kyawawan iri da aka shuka
a cikin kasa ta rai. Dole ne mu yi amfani da 'yancin zaɓe
yanzu, yanzu ba gobe ba, idan muna son samun karin farin
.ciki ko rage wahala da zafi

Saboda haka, sharuɗɗan farin ciki suna cikin ɗan adam,

kuma abin da kawai zai yi shi ne ya magance wannan
daidaiton da ba ya kuskure, kuma sakamakon zai kasance a
gare shi idan ya yi mafi kyawun kimantawa kuma ya
magance shi Amma mutumin da ke da karfin nufi yana cikin
jituwa da Allah

Karfin tunani mai zurfi

Idan ka mayar da hankali kan hasken rana Ta hanyar
mayar da hankali kan karamin wuri, yana samar da zafi,
kuma wannan zafi na iya kunna itace. Yadi, takarda, da
sauransu. Haka nan, idan ka mayar da hankali kan
hankalinka sosai. Karfinsa mai karfi. Don kona mugunta da
tushen shakku, dalilin duk wani gazawa, da kuma sa hasken
.hikima ya haskaka da haske da haske

Idan tunani ya yi daidai da Allah, tushen dukkan alheri
da kuma asalin dukkan ikoki masu albarka, zai fahimci
kasancewar Allah kuma ya mallaki dukkan abubuwan da ke
haifar da nasara. Waɗannan abubuwan suna da alaƙa da
babban ikon Allah, wanda ke iya kirƙirar sabbin dalilai na
.nasara a kowane fanni

Allah ya saka da alkhairi da kuma kyakkyawan aiki da

kuma kyakkyawan aiki

Matsaloli da matsaloli suna tasowa ne daga rashin sanin
ayyukan da suka gabata, waɗanda suka aikata a wani lokaci
da wuri. Wahalar da suke sha a yanzu ta samo asali ne daga
tunani da ayyukan da suka furta, waɗanda suka yi tushe a

cikin kasan saninsu, suka tsiro suka zama shuka kuma suka
ba da 'ya'ya wadanda ke nuna halayen wadannan tunani da
.ayyukan

Idan ka kalli rana mai nisan mil mil a sararin samaniya,
wannan babban tauraro yana bayyana kasa da Duniyarmu.

Duk da haka, diamita ta Duniya tana da kusan mil 7,900,
yayin da diamita ta rana ta fi sau dari. Idan za ka iya sanya
duniyarmu ta Duniya kai tsaye a gaban rana, zai bayyana a
matsayin karamin digo idan aka kwatanta da ita. Ka yi
tunanin fadin rana yana fadafa har sai girmanta ya mamaye
sararin samaniya mai shudi. Saman da muke gani karamin
guntu ne, dan tabo kawai, na sararin samaniya mara iyaka
wanda ke ratsa sararin samaniya. Ko da rana ta ci gaba da
fadafawa zuwa rashin iyaka, har yanzu ba za ta iya kewaye
da rashin iyaka ba. Wannan mafarkin sararin samaniya na
kankanta da iyaka yana iyakance ikon tunani na fahimtar
.faɗin sararin samaniya, asalinsa, da iyakokinsa

Wanda ba ya karkashin girma da ma'auni, wanda ba shi
da iyaka ko asali, shi ne Allah, wanda yake ko'ina kuma yana
wanzuwa a mafi nisan sararin samaniya. Yana cikin taurari
masu nisa, kamar yadda yake a cikin ku da kuma a cikina ,
kuma yana sane da kowane sarari da yake ciki Komai
"kankanta ko babba. Daga littafin "Man's Ultimate Man' Buri

Addu'o'i

,Ya Ubangiji

Dauki hannuna daga duhu zuwa haske

O natsuwar sararin samaniya

Ina jin muryarka a cikin radadin rafuka da kuma radadin

tsuntsayen dare

A cikin kukan iska, hayaniyar rakuman ruwa, da kuma

tsawar girgizar kasa

Ya Ubangijin da ake kauna

Ba da kalmomi nake bauta maka ba, sai dai da sha'awar

zuciya mai konewa da kewarka

Bari in ga fadinka mai girma

Kasancewarka a bayan komai koyausha
Watakila zan gane cewa ni bangare ne na halittarka
wadda ba ta canzawa har abada
Teku mai ambaliya

Da ace kogunan sha'awata masu lankwasa za su iya
gudana ta cikin hamadar cikas da cikas
A karshe, babban rikicinku ya haɗu
Ka taimake ni in saurari muryarka, ya Ubangiji
Sautin sararin samaniya wanda girgizar duniya ta fito
daga gare shi
Bari in fahimci kasancewarka ta hanyar sautin albarka
(Om - Amin)

wakar Tsarki ga dukkan muryoyin masu albarka
Fadada wayar da kan jama'a yayin da nake sauraron
wakokin rayuwa

Bari in ji kamar teku mai sararin samaniya
Kuma motsin jikin yana rawa a kirjinsa
Bari muryar mafi tsarki ta yi ta ratsa zuciyata
Fadada wayewar da nake da ita daga jiki zuwa sararin
samaniya

Zan iya jin daɗin dawwamammen farin ciki, mai cike da
komai

Fashewa daga teku mai cike da haske

O iko mara iyaka

Ya hikima ta har abada

Ka cika raina da motsin zuciyarka na ruhaniya

Ya muryar kalmar sararin samaniya mai albarka

Gyara kurakuraina

Ina bukata

Dauki hannuna daga duhu zuwa haske

Duk lokacin da na tuna da Kai, Ya Ubangiji, ambaliyar

sha'awa mai zafi tana tasowa a cikina, tana girgiza ji na

kuma tana gudana daga zuciyata zuwa kowace kwayar

halitta a jikina, tana cika ta da kaunar Allah

Babban burina shine in isa ga ainihin rayuwarka kuma in
yi farin ciki a gabanka
Kuma ba zato ba tsammani kofar rai ta buɗe, kuma na
!yi matukar farin ciki da ganin haskenka mai haske
Abin da ya gabata ba a san shi ga yawancin bil'adama
ba, ban da wasu mutane kaɗan da aka zaɓa waɗanda suka
waye, duk da haka, rashin sanin abin da ya gabata shi ma
yana da amfani a gare mu. Domin da mun san duk abin da
muka yi a wannan rayuwa da kuma a rayuwarmu ta baya, da
yawan ayyukanmu ya mamaye mu kuma ya ruɗe mu gaba
ɗaya. Hakika, nufinmu ma yana iya gurgunta ta hanyar
girgiza, wanda zai sa mu kasa ci gaba da ayyukanmu kuma
ya bar mu cikin damuwa. Ko da a cikin wannan rayuwar
duniya, mantawa albarka ce daga Allah, yana hana tunanin
abin da ya gabata, musamman waɗanda suka yi ɗaci da
.raɗaɗi, su mamaye tunaninmu da ji
Amma abin godiya, hasken allahntaka a cikinmu
koyaushe yana haskakawa da bege da sha'awar ci gaba da
tafiya mai karewa ta rayuwa. Dole ne mu gode wa Allah
saboda waɗannan ni'imomi guda biyu: mantawa da abin da
.ya gabata da fatan nan gaba
Bai kamata mu yanke hukuncin cewa kaddara tana
kawo cikas ga 'yancin zaɓe ba. Duk da haka, dole ne mu yi
iya koƙarinmu don tsayayya da mummunan tasirin da
yawancin mutane ke dangantawa da kaddara da kaddara,
kuma mu yi amfani da 'yancin zabinmu bisa ga imaninmu na
ciki, muddin waɗannan imani sun dogara ne akan imani mai
kyau kuma an gina su ne bisa dokokin Allah, waɗanda ba
tare da su ba mutum ba zai iya ɗaɗɗana farin ciki na gaske
.ba

Idan muka fara wani aiki, bai kamata mu tsorata da
yanayi mara kyau ba, sai dai mu kasance masu kyakkyawan
fata, tare da cikakken imani cewa babu abin da zai iya hana
mu aiwatar da nufinmu da kuma aiwatar da 'yancinmu na
.zabi

Idan muka kasa cimma burinmu, abin yarda ne mu
yarda da cewa akwai cikas na cimma burinmu wanda ya
hana mu cimma shi. Dole ne mu dage mu kuma ninka
kokarinmu don cimma burinmu. Dole ne kuma mu tabbatar
wa kanmu cewa komai karfi da karfin cikas da kalubalen da
za su iya kasancewa, har yanzu muna da isasshen karfi don
kawar da su da kuma shawo kansu. Ko da mun gaza duk da
duk kokarinmu, babu bukatar yanke kauna da takaici,
muddin mun fahimci cewa nufin dan adam ya fi karfi fiye da
kaddara, wanda namu ne. Saboda haka, bai kamata mu
daina kokarinmu ba, komai yawan lokacin da muka gaza,
domin akwai kofofi a bude koyaushe. Kawai muna bukatar
mu ci gaba da kokari da maimaita kokarin har sai an bamu
nasara. Allah zai bamu taimako muddin muka dogara gare
Shi kuma muka yi kokarinmu. Wanda ya bi hanyar zai isa
inda ya nufa, kuma wanda ya dogara ga Allah ba zai yi
.takaici ba

Idan mutum yana son wani abu, kuma wannan sha'awar
tana da karfi da gaggawa, wannan sha'awar ba ta taɓa barin
saninsa ba, duk inda ya je da duk inda ya juya, kuma duk
abin da damuwarsa da damuwarsa za su kasance Ta hanyar
aikinsa na yau da kullun da nacewa, wannan sha'awar tana
da babban kuduri da kuzari. Wannan raɗawar hankali ta fi
karfi da tasiri fiye da addu'ar da aka yi da na'ura, wadda ba
ta wuce motsa lebe ba. Wannan shine abin da masoyan
Allah ke yi; suna raɗawar kaunarsu ga Allah ba tare da
gushewa ba, kuma raɗawarsu tana da zuciya da kuma
rashin jin magana, a cikin dukkan ayyukansu na yau da
kullun. Wannan raɗawar zuciya ba ta ɗauke musu hankali
ba, kuma ba ta saba wa sauran ayyukansu ba. Yayin da
sha'awarsu ga Allah ke karuwa, kaunarsu ga Shi tana karuwa
da zurfafawa, har sai sun taɓa kasancewarsa kuma sun ga
haskensa da idon rai, suna ɗanɗano farin ciki mai yawa da
.kuma jin kwanciyar hankali fiye da yadda aka kwatanta

Allah yana aiko mana da darussan da muke bukata a rayuwa domin mu amfana da su mu kuma sami fahimta da gogewa Duk wanda ya guji wadannan darussan za a tilasta masa ya koyi su Komai tsawon lokacin da zai dauka Kowace jarrabawa aboki ne idan muka koya daga gare ta, kuma azzalumi ne idan muka batar da damar muka yi amfani da ita ta hanyar gunaguni, fushi, da rashin yanke .hukunci mai kyau

Idan muka sami fahimta mai kyau da kuma ra'ayin da ya dace game da rayuwa, za ta yi kyau Kuma babu rikitarwa

lamuran tunani

Mutum ba zai iya ci gaba da rayuwa cikin farin ciki har abada ba, ko kuma ya nutse a farkashin ruwan bakin ciki mai karfi, ko kuma ya nutse cikin zurfin gajiya. A cikin wannan duniyar da ke cike da bambance-bambancen abubuwa biyu, matsakaicin mutum yana fuskantar hawa da sauka. Yana tashi cikin farin ciki kuma yana nutsewa cikin zurfin rashin kulawa, kuma rakuman bakin ciki suna jujjuya shi. Kuma ba kasafai yake sanin wani yanayi na sani ba. Ba da damar yanayi ya jefa tunani a kai ta wannan hanyar Yana nufin mika wa mutum nufinsa ga kaddara mai ban sha'awa .da canzawa

Abin da mutum yake bukata don rayuwa mai nasara da gamsuwa ita ce daidaiton tunani Ana iya cemma wannan ne kawai ta hanyar mai da hankali kan .tunani. Kula da ikon tunani

Ko da bakin cikin da ya fi zurfi yana warkarwa da lokaci, don haka babu amfanin yin tunani a kan bakin ciki Kowace rana ta rayuwarmu Bakin ciki mai tsawo game da wanda aka kaunace shi da ya rasu ba ya taimaka masa ko mu, kuma ba ya canza komai a zahiri Kwarewar rashin karfin hali ko kuma hukunta kai Tunani kan kurakuran da suka gabata ko gazawar da suka gabata ba shi da amfani. Yana sa rayuwa ta .zama abin bakin ciki kuma yana hana iyawar tunani

Bai kamata mu bari kanmu mu faɗa cikin ramin aiki mai
ban sha'awa ba, domin wannan yanayi ne na tunani wanda
ba shi da daɗi, domin yana damun hankali kuma yana kone
.iyawar boye a cikin wutar rashin kulawa
Dole ne a kawar da gazawa daga tushenta, kuma dole
ne a noma gonakin rayuwa da himma da jajircewa sannan a
shuka iri na alheri domin a girbe girbi mai yawa da taimakon
.Allah

Iron a cikin Azurfa Jubilee

An taɓa gayyace ni zuwa bikin cika shekara ta azurfa ga
wasu ma'aurata waɗanda suka yi kama da ɗaya daga cikin
ma'auratan da suka fi farin ciki, amma da na shiga gidansu
sai na ji wani abu ba daidai ba, sai na tambayi ɗalibai biyu
na su lura da yadda suke mu'amala da juna a lokacin da
yamma, kuma daga baya suka gaya mini. Mijin da mata sun
yi murmushi a gaban wasu suka yi wa juna magana da
kalmomi masu daɗi kamar "Eh, masoyiyata" da "Tabbas,
masoyiyata," da sauran irin waɗannan kalmomi masu daɗi.
Amma da zarar sun yi tunanin suna kaɗai, sai su yi ta faɗa
.da kalaman batanci ga junansu

Na yi magana da su na ce: Kun gayyace ni zuwa bikinku,
amma yanayin yana cikin tashin hankali kuma ina jin akwai
rashin jituwa sosai a wannan gidan, kuma a gare ni da alama
akwai karfe da yawa a cikin wannan bikin cika shekara ta
.azurfa

Da farko, sun yi fushi, amma daga baya suka yarda
cewa na yi gaskiya suka nemi afuwa. Ta ci gaba da cewa: Me
?kuke samu daga jayayya da jayayya a kowane lokaci
Da alama kuna zaune tare don kiyaye suna a matsayin
cikakkiyar ma'aurata, amma kuna buƙatar yin haka da
junanku kuma ku rayu cikin kwanciyar hankali da jituwa don
.jin daɗinku da kwanciyar hankali

Abincin maganadis

Idan mutane suna magana game da abinci ko abinci mai
gina jiki, yawanci suna nufin abincin jiki da ake ci don ci

gaba da rayuwa. Duk da haka, akwai wasu nau'ikan abinci masu gina jiki waɗanda ba su da kasa da abinci na zahiri, kuma galibi sun fi haka, kamar abinci mai gina jiki na hankali ko na ruhaniya. Ayyukan tunani ko tattara hankali, hikima da .fahimtar ruhaniya

Abincin jiki yana karfafa kwayoyin jiki, yayin da abincin hankali ke cika hankali da ra'ayoyi masu kyau, kuma abincin .hikima yana farfado da rai da haɓaka iyawarsa Ciyar da hankali yawanci ya kunshi ra'ayoyin da mutum ke tunani da waɗanda yake karɓa daga wasu ta hanyar .hulɗa da su

Mutane masu natsuwa da kyawawan halaye suna taimakawa wajen sanya tunaninmu ya zama mai jan hankali da lafiya

Ba abu ne mai wahala a tantance ko mutum yana samun isasshen iliminsa daga yanayi mai natsuwa ko kuma mai cike da rudani ba. Damuwa, damuwa, da rudani duk suna fitowa ne daga hulɗa da mutanen da ba su dace ba, ko abokai ko dangi. Wannan yana haifar da tunani mai ban tsoro da kuma mummunan yanayi

Jiki yana samun kuzari da kuzari daga abinci na zahiri, yayin da abinci mai maganadisun ke ba wa jiki da tunani kuzarin kuzari waɗanda suka fi sauƙin narkewa fiye da abinci mai karfi da ruwa, waɗanda ba za a iya canza su zuwa .makamashin rai cikin sauƙi ba

Lokacin da za ka iya canza jahilci zuwa hikima, rauni da rauni zuwa lafiya da kuzari, kuma ka yi tafiya cikin aminci da jarumtaka - ko da kai kaɗai - a kan hanyoyin rayuwa, kuma ka fuskanci farin ciki na ciki wajen samun lamiri mai rai da tsaro, da imani mara misaltuwa ga adalcin Allah da nasarar adalci akan kuskure da gaskiya akan rufi

Kuma idan ka yi kokarin bayyana tunaninka kowace rana zuwa ga manyan mataƙai masu kyau, kuma kana da zuciya mai ƙauna da godiya, da kuma kyakkyawar niyya ga wasu, abincinka na tunani zai zama mai ban sha'awa,

sannan za ka jawo hankalin kanka duk abin da ke da kyau da
amfani, daga abubuwa, mutane da yanayi, waɗanda ake
.bukata don ci gaba da tafiya zuwa ga gabar tsaro da aminci
Idan ka yi kokari don samun abin da kake bukata, kuma
ka gamsu da abin da Allah ya tanadar maka, za ka fi wadata
a cikin ruhi da gamsuwa fiye da waɗanda suka shagaltu da
.abin duniya da kuma sha'awar jin daɗinsa na ɗan lokaci
Idan mutum ya nemi Allah, wanda shi kaɗai ne aboki na
gaskiya, fiye da dukkan abokai, zai yiwu a kafa abota ta
gaskiya a cikin dukkan dangantaka ta ɗan adam: ta iyali, ta
. 'yan'uwa, ta aure, da ta ruhaniya

Abota muhimmin abu ne a cikin dangantakar aure,
kuma ya kamata a ba da fifiko ga kusancin hankali da motsin
.rai, jin daɗin ɗabi'a, da kuma kauna da abota ta gaske
Waɗanda ba za su iya bambancewa tsakanin soyayya ta
gaskiya da sha'awar sha'awa ba suna samun takaici sau da
.yawa

Idan aure ya ginu bisa manyan manufofi da girmama
juna, zai zama haɗin kai mai farin ciki da nasara tsakanin
rayuka biyu masu kauna. Kuma suna haɗin kai don rage wa
juna nauyin rayuwa, da kuma kawar da damuwar rayuwa ta
.hanyar tausayi da fahimtar juna da abokantaka

Babu wanda zai iya iko da ni ko ya kwace mini
wasiyyata, sai dai idan na bar tunani da ayyukan wasu su yi
tasiri a kaina

Ya Ubangiji, na fahimci cewa ina da dama marar iyaka a
gabana Don bincika iyawata da kuma gano karfin
ruhaniyata, zan maye gurbin abubuwan da suka shafi
rayuwa da manyan buri Kuma zan fahimci cewa ruhun
aminci yana tare da ni koyaushe

A yau zan cika tunanina da kyakkyawan fata, zan
nisanta kaina daga abubuwan da ba su da daɗi, kuma zan yi
aiki da abin da zai kula da jiki, hankali, da ruhi cikin daidaito
.da daidaito

Rawar rai da mutuwa tana nan a koyausha, amma zan
'yantar da kaina har abada ta hanyar kare asalin ruhaniyata.
Kuma lokacin da guguwar gwaji da wahala suka fuskance ni,
zan tashi a cikin jirgin ruwa na raina a ketaren teku na rai
.zuwa gabar teku mai aminci da allahntaka
Idan na yi aiki kuma na kirƙira zan tuna cewa Allah yana
aiki ta wurina; Shi ne Ubangijin halittu kuma zan iya haɗuwa
da shi ta hanyar yin bimbini sosai a kansa
Ya Allahna, na fahimci cewa tunanina zai kawo min ko
dai gazawa ko nasara, ya danganta da wanne tunani ne ya fi
karfi a rayuwata. Don haka, zan yi ƙoƙarin tunawa cewa
kana miƙa mini taimako kuma yana shirya ni don dalilan
.nasara

Idan bala'o'i da rashin sa'a suka same ni, zan daga
hankalina in kuma karfafa kudurina na shawo kansu. Zan
rungumi gaskiya da gaskiya a cikin mu'amalata da
mu'amalata da kowa, kuma zan saki tunanin ƙauna da fatan
.alheri. Sannan Allah zai tallafa mini da ikonsa da hikimarsa
Ya Ubangiji, zan yi amfani da karfina da basirata don
cimma ƙananan abubuwa da farko, sannan in ci gaba zuwa
manyar nasarori
Ko da an cika dukkan burin abin duniya, har yanzu suna
kawo farin ciki mara cikawa ne kawai, kuma samun Allah
shine kawai farin ciki na gaskiya da zan gano tafkunan farin
ciki marasa iyaka Kuma ba ya daina gudana da gudu, a cikin
.lambunan rai da ciyayinta masu koren kore

Karin maganar zinare

Farin ciki hakkina ne, gadona ne, kuma boyayyun
taskokina na Allah ne Ka shirya da ni, Ya Ubangiji, domin in
.sami taskokin da suka fi mafarkin sarakuna a cikin raina

* **

Mazaunin zukata mai tsarki yana haskakawa cikin
almajiransa - daga rahamarsa da tausayinsa - fitilu masu
haske na hikima waɗanda ke kawar da duhun jahilci

* **

Rayuwa motsi ne mai hankali tare da tsari na yau da
kullun. Tana siffanta kanta a cikin abubuwa marasa rai, ko
kuma tana daukar siffa mai rai da motsi. Rayuwa tana da
.komai kuma tana ratsa komai

* **

Ya Babban Masoyina, Kai ne rayuwa kanta Kai ne burina
da burina Ka sanya ni fure mai fure a cikin lambunka na
sama, ko kuma wani lu'u-lu'u mai sheki a cikin sarkar
kaunarka mai haske, ko kuma Ka ba ni babban girmamawa:
mafi kankanta wuri a cikin zuciya

* **

Duk inda wasu suka yaba da kokarinsa na yin nagarta, to
a nan ne zan iya bayar da mafi kyawun sabis

* **

Bari mu saka kafet din zinare na mafarki tare da zare
mai laushi na tunawa mai dadi da tunani mai kyau

* **

Zuciya mara komai [ba tare da tunani mai kyau da
ginawa ba] masana'anta ce ta matsala, damuwa, yanke
kauna, da rashin bege

Idan soyayyar duniya ta zauna a cikin zuciya, za ta
kawo maka farin ciki mai dorewa da sabuntawa wanda babu
wani abu da zai iya ba ka

Furannin rayuwa da ke fure a cikin lambun duniya suna
da kyau sosai kuma suna da dadi a gani. Amma mafi girma
da ban sha'awa shine tushen kyau da hikima da ke wanzuwa
a wani wuri, daga inda muka fito kuma inda za mu sake
.komawa mu haɗu

Da almajirin ya farka da safe, sai ya tabbatar wa kansa:

“Ba ni da jiki, ni ruhu ne da ba a gani... Ni farin ciki ne... Ni
haske ne... Ni hikima ce... Ni kauna ce Kuma ko da yake ina

zaune a cikin wannan jiki, ruhuna ba ya mutuwa kuma ba ya
"taɓa lalacewa

Kamar yadda ɗigon raba ke taimaka wa furanni su yi
fure da girma, haka nan alheri ke ciyar da abota da kuma
haɓaka girmanta

* **

Akwai rakuman ruwa da ke bayyana a saman teku da
rakuman ruwa da ke ɓacewa cikin zurfinsa; a duka biyun,
suna cikin teku kuma ɗaya ne tare da shi. Hakazalika,
mutanen da ke iyo a lokacin "rayuwa" a saman tekun sararin
samaniya ko waɗanda suka ɓace a cikinsa a lokacin
."mutuwa" suna cikin tekun har abada

* **

Hangen wata ba a iya ganinsa a fili a cikin ruwan da ke
cike da ruwa, amma da zarar saman ruwan ya natsu, hasken
wata zai bayyana sarai. Haka yake ga tunani: idan ya natsu,
.za ka iya ganin fuskar ranka da cikakken haske da daidaito

Ya Ubangiji, ka aiko min da hasken rana na hikimarka
domin ta jagorance ni a cikin kwanakin farin cikina na cimma
nasara, da kuma hasken cikakken wata na rahamarka
lokacin da nake tafiya cikin duhun dare na bakin ciki

Bimbini shine hanyar da kake haɗuwa da tunanin duniya
baki ɗaya, kuma idan ka daidaita da wannan sanin da ba shi
da iyaka za ka iya sanin duk sirrin halitta

Sha'awar kusantar Allah da kuma saninsa ba ta zuwa da
kanta ba, sai dai dole ne a gina ta, kuma rayuwa ba ta da
.wani amfani idan babu wannan sha'awar

Rayuwar duniya tasha ce ta ɗan lokaci, kuma babban
aikin ɗan adam shine fahimtar manufa da manufar wannan

tafiya. Manufar ita ce sanin Allah, kuma ba za ta iya zama
.wani abu ba

Amincinka shine taskarka mai daraja, don haka kada ka
bari wani ya kwace maka wannan taska daga gare ka

* **

Koyi tsayawa kai kadai, aminci da kwanciyar hankali a
cikin katangar kyawawan halaye da darajar kai

* **

Komai yana wanzuwa saboda Allah yana wanzuwa Kuma
domin yana wanzuwa, kai ma yana wanzuwa Godiya ga
wanzuwarsa, kana jin dadin jin dadin rayuwa. Saboda haka,
.godiyarka ga Allah ya kamata ta kasance mai zurfi

Littattafai masu kyau na iya zama abokai marasa
magana, masu ladabi, da kuma masu girmamawa. Kada ku
yi watsi da waɗannan littattafan a lokutan wahala, domin ba
za su taɓa barinku ba, ba kamar abokai na zahiri waɗanda
.za su iya barinku ba

Duk wanda ke da lafiya mai kyau, rayuwa mai dadi, da
kuma karfin tunani mai kyau, amma ba shi da farin ciki, bai
yi nasara a rayuwa ba tukuna. Idan da gaske za ka iya cewa,
"Ina farin ciki, kuma babu wanda zai iya d'auke mini farin
.ciki," ka sami siffar Allah a cikin kanka

Ka jaddada natsuwa da kwanciyar hankali, kuma ka aika
da tunani mai kyau da kyawawan niyya kawai idan kana son
rayuwa cikin kwanciyar hankali da jituwa. Ka rayu rayuwa da
aka gina bisa adalci da takawa, kuma duk waɗanda
rayuwarsu ta shafi naka za su amfana kawai daga
.kasancewa tare da kai

Idan ba ku da abokai, ko kuma idan abokanka suna bata
lokacinku, ko kuma idan ba ku yi mu'amala da su ba, to ku

bar littattafai [da kayan aiki] waɗanda ke da hikima su zama
abokanka, domin za ku iya shiga ta kofofin shafukansu zuwa
.duniyar ra'ayoyi masu ban mamaki da ban sha'awa

Neman Allah yana nufin samun duk abin da zuciya ke
so, kuma zama na ruhaniya yana nufin buɗe kofofin lafiya,
farin ciki, da nasara

A cikinmu akwai wani haske na ikon allahntaka wanda
ke kirƙira kuma yana riƙe da dukkan rayuwa kuma yana jiran
a kunna shi

Karatu aiki ne mai matuƙar amfani ga tunani; yana
motsa kwakwalwa kuma yana sa ta sassauka. Awa ɗaya ko
biyu na karatu a kowace rana zai ba kowa tushen ilimi
daban-daban cikin 'yan shekaru, muddin ya zaɓi littattafai
masu amfani. Kada ku bata lokaci ko ku cutar da kwarewar
hankalinku ta hanyar karanta littattafai masu arha ko
.littattafai marasa ma'ana

Waɗanda ke da sha'awar zamantakewa za su sami
sabon kuzari a cikin littattafai masu mahimmanci don
taimakawa ɗan adam ta hanyar darussan da ke cikin
.littattafan da maza da mata masu hazaka suka rubuta

* **

Karatu aiki ne mai matuƙar amfani ga tunani; yana
motsa kwakwalwa kuma yana sa ta sassauka. Awa ɗaya ko
biyu na karatu a kowace rana zai ba kowa tushen ilimi
daban-daban cikin 'yan shekaru, muddin ya zaɓi littattafai
masu amfani. Kada ku bata lokaci ko ku cutar da kwarewar
hankalinku ta hanyar karanta littattafai masu arha ko
.littattafai marasa ma'ana

* **

Dole ne a kawar da son kai da girman kai domin su ne
manyar cikas ga ilimin ruhaniya

* **

Ba tare da jin Allah ba, wannan duniyar tana kama da
cike da rikici, tashin hankali, da bakin ciki mai zafi. Farin ciki
.yana cikin jin kusanci da Allah

* **

Wadanda suka san Allah suna da farin ciki da farin ciki a
zukatansu. Domin suna jin tsaro mai albarka da natsuwa,
guguwar fushi ba za ta iya girgiza su ba, kuma tsoro ba zai
.iya shiga zukatansu ba

* **

Littattafai masu kyau abokanka ne na ku; ta hanyar su,
za ka iya jin manyan mutane suna magana a hankali a gare
ka, suna ta'azantar da kai da kuma ba ka shawara mafi
kyau. Rashin gina sha'awar karanta littattafai masu kyau
.yana nufin rasa gadon tsararraki

* **

Ba tare da taimakon Allah ba, mutane za su gaza, domin
karfi da hikimar da ake bukata don cin nasara a yakin
rayuwa suna fitowa ne daga tushe mara iyaka. Idan mutum
ya yi watsi da Allah, sai ya yanke layin ceton da ke ba shi
.taimako da tallafi da ake bukata don nasara
Masu neman wadanda ke kwankwasa kofar damar
ruhaniya za su ga cewa kofa a buɗe take a gare su domin
Allah yana taimakon wadanda ke taimakon kansu
Idan kana cikin jituwa da Allah, dukkan yanayi yana
cikin jituwa da kai

* **

Soyayya kamar takarda ce da ke goge hankali kuma
tana kawar da rashin kunya daga hali

* **

Idan kwatsam ka sami Allah a ko'ina, kuma idan ya zo
gare ka, ya yi maka wahayi, kuma ya shirya da kai, labarin
kaunar Allah ya fara

* **

Kauna na iya haskakawa a cikin zukata kuma ta aika
hasken warkarwa ga wasu
* **

Ku nemi sanin Allah tun kuna karami da karfi, domin a
tsufa da rashin lafiya ba za ku iya sake nemansa ba A
zamanin da mutane suka fara fahimtar ainihin ma'anar
rayuwa, jiki yana raguwa, kuma suna ciyar da sauran
rayuwarsu suna kula da karfinsu na zahiri maimakon neman
.gaskiya
* **

Zan dauki mafi kyawun abu daga kowace al'umma,
kuma zan yaba da kyawawan halaye na dukkan kasashe ba
tare da mai da hankali kan kurakuran su ba
* **

Kamar yadda muke damuwa da muhimmancin abinci
mai gina jiki na yau da kullum, ya kamata mu kuma kula da
sinadaran gina jiki na tunani da muke samarwa a zukatanmu
.kowace rana
* **

Kalmomi masu daɗi magani ne mai ban mamaki ga
cututtuka da yawa, suna da karfin maganadisu mai karfi,
kusan sihiri, wanda ke kawo albarka da wadata ga mai
magana da su. Waɗanda ke amfani da kalmomi masu
kwantar da hankali da taushi suna jin wani karamin kwararar
ruwa yana gudana ta cikinsu ba tare da katsewa ba, cike
suke da nutsuwa mai zurfi. Wannan saboda wannan
kwararar ruwa tana da alaƙa da tushenta mafi girma,
kwararar ruwa mai ɗorewa wanda ke isa ga rayuka cikin
jituwa da wannan tushen, yana ba su damar isar da farin ciki
.ga waɗanda ke sha'awar zaman lafiya
* **

Kalmomi nawa masu daɗi daga zuciya suka kawar da
baƙin ciki da yawa kuma muryoyi masu hikima nawa ne suka
!haskaka hanyoyi masu duhu da fitilun farin ciki da natsuwa
* **

Muna girma ta kowace irin gogewa da muka fuskanta,
matuƙar mun fahimci cewa za mu iya koyon darussa masu
amfani daga gare su. Kowace wahala da wahala da muke
fuskanta tana da ma'ana da manufa Duk da tsananin
wadannan abubuwan, suna kama da wuta da ke narkar da
karfe, tana mayar da ita karfe mai kyau, mai karfi, kuma mai
.amfani

* **

Duk nasarorin da na samu a rayuwata an cimma su ne
ta hanyar ikon tunani cikin jituwa da Allah. Lokacin da injin
samar da wutar lantarki na Allah ke aiki, duk abin da nake so
yana faruwa ba tare da togiya ba, da farko yana dawakar
siffar kira mara ganuwa, sannan ya bayyana da karfi mai
.karfi a zahiri

* **

Idan hankali ya yi wa Allah rada mai radawa daga zurfin
rai mai sha'awa, kiran ruhu zai taɓa zuciya duniya, kuma
amsar za ta zo, ta kawo farin ciki mai yawa. Wannan
radawar hankali tana haɓaka nufin har sai ya sami karfin da
.ake buƙata don cimma burin da ake so

* **

Idan tunanin mutum da nufinsa suka yi daidai da Allah,
ana ba shi iko marar iyaka, don haka kawai tunanin wani abu
ya isa ya cimma hakan, domin dokar Allah tana aiki ne don
.amfanin wadanda suka yi daidai da nufin mafi girma

* **

Ko menene damuwarmu, Allah ne ya kamata ya zama
abu na farko a rayuwarmu Daya daga cikin muhimman
abubuwan ci gaban ruhaniya shine ci gaba da yin rada ga
Allah da zuciya daya, inda kai da kanka za ka fuskanci canji
mai kyau mai ban mamaki wanda zai burge ka sosai

* **

Bai kamata mutum ya sadaukar da dukkan damar
tunani da Allah ya ba shi don neman abubuwa masu sauri
ba, in ba haka ba zai rasa kansa a cikin labyrinths na son

abin duniya kuma ya kirkiri wa kansa kuntatawa da
kuntatawa waɗanda ba ya buƙata. Madadin haka, ya kamata
ya yi amfani da ikon tunaninsa don samun buƙatun rayuwa
kuma ya yi ƙoƙari ya haɓaka ikon ruhaniyarsa don
bambance tsakanin nagarta da mugunta, da kuma tsakanin
.cutarwa da amfani

* **

Gaskiyar ta wuce ra'ayoyi da ka'idoji, kuma da yawa
waɗanda suka rungumi wannan hanyar suna ɗaure kansu da
.sakamakon da suka cimma

* **

Ya Ubangiji, ka buɗe ƙofofin natsuwa ka kuma tsare
wurin ibadar tunanina na ruhaniya daga hare-haren radadin
mugunta. Ka kuma bar furannin sha'awata su yi fure a cikin
.lambun zuciyata yayin da nake jiran fitowarka

* **

Ilimin ka'ida ba shi da ikon samun ilimin allahntaka, *
kuma yana da kyau kada a bata lokacin mutum mai tamani
akan ka'idojin da ba za a iya amfani da su a zahiri ba, in ba
haka ba mutum zai sami kansa a tsakiyar dazuzzukan ilimi
.masu yawa kuma ba zai iya wuce fagen ka'idoji ba

* **

Farin ciki shine sakamakon nasarar tunani akan yanayi
mai canzawa na rayuwa

* **

Wanda Allah ya gane zai iya zama wanda duniya ba ta
sani ba

* **

Idan mutum ya tsara kansa da ilimin ka'idoji [ba tare da
gwaji na gaske ba], zai zama kamar na'urar rikodi mai
ɗaukuwa wadda ke maimaita karin magana da kuma
maimaita manyan jimlioli, wasu kuma za su ɗauke shi a
matsayin kwararren masani, amma irin wannan ilimin ba a
karfafa shi ta hanyar fahimtar gaskiya kai tsaye ba, kuma ba
.a daidaita shi da cimma burin ruhaniya ba

* **

Matsaloli za su ci gaba a duniya, to ina mutum zai iya
komawa don neman jagora da alkibla? Tunanin mutum,
wanda halaye, son zuciya, son zuciya, da tsattsauran ra'ayi
suka rinjayi, ba shi da wani amfani, kuma tasirin muhallin
mutum, iyali, kasa, ko duniya ba zai iya samar da jagora na
gaskiya ba. Saboda haka, dole ne mutum ya koma ga Allah
ya saurari muryar natsuwa da nutsuwa da ke fitowa daga
.zurfin rai, murya mai jituwa da gaskiya

* **

Buɗe zukatanku ga fitowar allahntaka domin ta gudana
ta cikinku ta kuma cika rayuwarku da albarkar ruhaniya da
alheri

* **

Ko da kuwa aikin da za ka yi da kuma duk wani nasarori
da za ka iya cimmawa, ka tuna cewa Allah ne tushen da ke
ba ka dukkan karfin da kake bukata don yin aiki da
.cimmawa

* **

Ya Ubangiji, bari in tuna da kai a cikin talauci da*
wadata, cikin rashin lafiya da lafiya, cikin jahilci da hikima,
kuma ka bar ni in ga haskenka mai albarka wanda ke ba da
lafiya da waraka a wannan lokacin

* **

A cikin kafaici na tunani, ina sha'awar jin muryarka mai
albarka Ka kore min muryoyin duniya masu tsauri da ke
boye a cikin tunanina Ina so in saurari muryarka mai
.natsuwa da daɗi har abada cikin nutsuwar raina

* **

Rayuwa tana cikin duhu, kuma dole ne mu bar hasken
Allah ya zama fitilar jagoranmu yayin da muke tafiya cikin
hanyoyinta masu duhu. Shi ne cikakken wata a cikin daren
jahilci da duhu, rana ce ta haske a cikin lokutan farkawa,
hasken jagora, da Tauraron Arewa ga waɗanda ke ratsa
.tekuna na rayuwa ta duniya, mai wucewa

* **

Lokaci ya yi da ɗan adam zai farka daga barcinsa na
mantuwa zuwa farkawa ta ruhaniya. Muna rokonka, Ya
Ubangiji, ka ɗaga hankalinmu daga zurfin sakaci da tunani
mai kunkuntar, mai iyaka zuwa sararin zaman lafiya, haske,
.kauna, da tausayin ɗan adam na duniya baki ɗaya

* **

Daga karshe abubuwa za su inganta domin ikon Allah da
abubuwan al'ajabinsa suna boye a bayan sabanin rayuwar
ɗan adam, kuma duk wanda bai gamsu da rashin makawa
na yanayin ba kuma ya yi kokarin shiga cikin tunaninsa da
imaninsa zuwa ga abin da ke bayan labule, za a buɗe masa
.kofa

* **

Imani ba ya nufin yin sakaci ko rashin yin mu'amala da
yanayi cikin hikima. Maimakon haka, komai abin da ya faru,
dole ne mutum ya tabbatar wa kansa cewa Allah ne kaɗai
zai iya tallafa masa a cikin mawuyacin yanayi idan ya juyo
.gare shi da dukkan zuciyarsa, ransa, da kuma yadda yake ji

* **

Da ace hankalinmu zai iya isar mana da dukkan gaskiya,
da mun ga duniya a matsayin kogunan electrons, kuma
kowace kura a matsayin wani taro mai birgima na haske.
Waɗanda suka shiga duniyar abu zuwa ga ruhaniya sun
.fahimci yanayin ruɗani kuma sun san ainihin gaskiya

* **

Ko a cikin dajin Afirka, ko a fagen daga, ko yana fama
da rashin lafiya ko talauci, dole ne mutum ya shawo kan
kansa cewa hannun Allah ya fi kowace haɗari karfi kuma
yana iya kare waɗanda ke neman mafaka a gare shi. Babu
wata hanyar kariya mafi inganci. Tabbas, dole ne mutum ya
yi amfani da hankali wajen magance abubuwan da suka faru
.yayin da yake dogara ga taimakon Allah a lokaci guda

* **

Soyayyar da ke zaune a cikin zukatan dukkan halittu—
soyayyar dukkan uwaye, ubaye, abokai, da kaunatattu—ta
samo asali ne daga kaunar Allah

* **

Dole ne a bambanta tsakanin manyan ayyuka da
kananan ayyuka, tare da fifita mafi mahimmanci akan mafi
mahimmanci. Bugu da kari, babu wani aiki da ya kamata ya
saba wa wani. Littattafai suna gaya mana cewa lokacin da
wani aiki ya saba wa wani, shaida ce cewa ba aikin gaske ba
.ne

* **

Yayin da hasken rana ke yaduwa, zan yada hasken bege
ga zukatan talakawa da waƙanda aka yi watsi da su
[waƙanda al'umma ta yi watsi da su], kuma zan sanya sabon
.kuduri a zukatan waƙanda suke tunanin sun gaza

* **

Malam Paramahansa ya ce wa ɗaya daga cikin

:almajiransa

Kada ka ware kowa daga cikin da'irar kaunarka. Ka riƙe"

".kowa a cikin zuciyarka, za su kuma riƙe ka a cikin nasu

* **

Ya Ubangiji, ka taimake ni in yi amfani da nufina

koyaushe don cimma ayyuka masu amfani da nagari

Ka taimake ni in bi nufinKa domin dukkan tunanina su

amsa manufofinKa kuma su yi daidai da nufinKa

Ya taimake ni na farkar da ikon da ke boye, mai albarka

a cikina domin in shawo kan dukkan matsaloli da gwaji

* **

Ku farka ga wannan halin ruhaniya mai karfin hali da

tawali'u - wanda ya haɗa karfin zakuna da tawali'un kurciya

* **

Ba zan damu da sukar karya ba, ko kuma yabo da yabo

mai yawa ba. Burina kawai shi ne in yi nufinka, ya Ubangiji,

.in kuma sami tagomashinka

* **

Ba za ka iya tunanin irin farin cikin da zai cika ka ba idan
ka ji kasancewar Allah. Ranka zai bugu da kaunar Allah
marar iyaka. Soyayya ce da ta fi kowace kaunar dan adam
sau miliyoyi - soyayya ce da ke cika dukkan sha'awarka
.kuma take cika zuciyarka da farin ciki da gamsuwa

* **

Ta hanyar mayar da hankali a cikin zuciya, za ku iya
fuskantar jin daɗin ruhaniya kai tsaye a cikin kanku da
kewaye da ku. Idan kun haɓaka wannan wayewar, halayenku
zai girma cikin jituwa, kuma za ku sami kyakkyawar magana
.ga mutane da sauran halittu

* **

Ya Mai Kariya Mai Girma, ban damu ba ko na rasa komai
saboda kaddara ta, wadda ta samo asali ne daga kaina,
amma ina rokonka, mafakata ɗaya tilo, da ka kare kyandir
.ɗin kaunata a gare ka daga iskar sakaci da mantuwa

* **

Bari mu sha ruwa mai tsarki mai wartsakewa na salama
da ke fitowa daga maɓuɓɓugan yanayi masu kyau, wanda
kudurinmu na yin tunani mai kyau da kuma samun
.kyakkyawan fata ya kara mana

* **

Lamiri wata ji ce mai fahimta da ke bayyana ainihin
yanayin mutum da manufofinsa. Idan lamirinka ya kasance
mai tsabta, kuma ka san kana yin abin da ke daidai, ba ka da
abin tsoro. Lamiri mai tsabta shaida ce ta kyawawan halaye
daga Allah. Samun 'yanci a kotu na lamiri yana nufin samun
.farin ciki da samun albarkar Allah

* **

Ka yi kokarin yin abubuwa masu karfin hali da faranta
rai waɗanda yawancin mutane ba sa yi, kuma ka ba
waɗanda wasu suka yi watsi da su kauna da zaman lafiya

* **

Malam Paramahansa ya ce wa ɗaya daga cikin
:almajiransa

Idan ba ka batar da lokaci wajen gina tunani ba, babu"
wani abin duniya da zai gamsar da kai. Wannan noma ba
azabtarwa ba ce, a'a, horar da sani ne don ciyar da tunani da
".ayyukan da ke haifar da farin ciki

Farin cikinka shine nasararka, don haka kada ka bari
wani ya sace maka shi Kare kanka daga waɗanda ke ƙoƙarin
dame ka Lokacin da nake yaro, nakan rasa haƙurina duk
lokacin da wasu mutane ke yaɗa jita-jita game da ni Daga
baya, na fahimci cewa kwanciyar hankalina ya fi
muhiƙmanci fiye da amincewar mutane ko yabo

* **

Da ace ka san labarin ƙaunar Allah da wasu masu bauta
ke fuskanta tare da Allah! Babu wata kwarewa a rayuwa da
za ta iya kwatantawa da wannan farin cikin da na san wani
waliyyi wanda koyaushe yake cikin ƙaunar Allah, kuma
fuskarsa tana haskaka ƙaunar Allah mai tsarki, idanun Allah
koyaushe suna kan waɗanda suke ƙaunarsa, kuma ba ya
.taɓa barin su ko da na ɗan lokaci

* **

Kadan ne daga cikin waɗanda ke da sha'awar haɓaka
ƙarfin tunani da ruhaniyarsu

* **

Kada ka bari kanka ya nutse har ƙasan bata lokaci. Ka
tashi daga barcin gaskiya mai ban sha'awa ta yau da kullun
ka nufi inda rayuwa mai kyau take, inda ake samun nasara,
.farin ciki, da kwanciyar hankali

* **

A cikinka akwai babban damar da ke jiran a saka
hannun jari, kuma kai kaɗai ne ke da ikon kunnawa da kuma
.amfana da shi

* **

Yanci daga umarnin munanan halaye da sha'awa'
marasa kyau yana kawo farin ciki mafi girma fiye da nasarar
abin duniya. Nasarar ilimi tana da walwalar tunani wanda

yanayi na waje ba zai iya d'aukewa ba. Kuna iya batar da duk
lokacinku wajen tara dukiya, amma wannan dukiya ba za ta
ba ku kwanciyar hankali da tsaro mai d'orewa da kuke nema
ba. Akasin haka, zai kawo muku bakin ciki mafi yawa domin
farin ciki da kwanciyar hankali na gaske suna zaune a cikin
.tunani, ba a cikin abin duniya ba

Idan ka kafu sosai a cikin ainihin kanka, za ka cika
kowane aiki kuma ka ji dadin dukkan kyawawan abubuwa
tare da farin ciki na allahntaka

* **

Kada ka bari rauni ya shiga zuciyarka, ka yi taka-
tsantsan lokacin da kake hulɗa da mutanen da ke da
mummunan tunani da kuma hangen nesa na rashin bege,
kada raunin tunaninsu ya shiga zuciyarka, sai dai idan
hankalinka ya kai wani mataki na karfi ta yadda tunanin
wasu ba zai iya raunana shi ba, amma akasin haka, yana iya
.karfafa tunanin wasu da kuma kara musu kwarin gwiwa

* **

Allah ne ya fara zuwa, kuma bai kamata mu fara ko mu
kare ranarmu ba tare da tunaninsa ba. Dole ne mu tuna
cewa ba tare da karfi da kuzarin da muke samu daga Allah
ba, da ba za mu iya cimma komai ba. Saboda haka, babban
.aikinmu yana gare shi

* **

Akwai hanyar kimantawa da kuma yin hukunci kan
al'adu da al'adu Da farko, kowace al'ada tana da hujja Idan
muka ga cewa hujja har yanzu tana nan, to al'adar tana da
ma'ana da fa'ida Duk da haka, ba hikima ba ne mu bi al'adu
a makance Dole ne mu san gaskiya mu bi ta, mu fahimci
abin da zai iya kawo mana farin ciki sannan mu yi amfani da
.ita

* **

Idan ka ga mutane da yawa ba su da farin ciki ko
nasara, kada ka d'auka cewa wannan shine kaddararsu. Za

ka iya mai da kanka duk abin da kake so ya zama. Nasarar
.da kake samu a cikin zuciyarka ita ce ke sa ka yi nasara

* **

Idan ba ka da komai a cikin kanka, ba za ka yi farin ciki
ba. Amma idan ba ka da komai a kusa da kai kuma kana
farin ciki a cikin kanka, babu shakka za ka yi nasara. Don
haka, ba zai yiwu a yi hukunci a kan mutane bisa ga yanayin
.da suke ciki ba

* **

A cikin taron jama'a mai yawa, akwai mutumin da ya kai
matsayin ɗaukaka ta ruhaniya kuma yana jin daɗin
kwanciyar hankali na ciki da farin ciki na ruhaniya mafi girma

* **

Na san tabbas cewa duk abin da nake bukata zai zo
mini, saboda haka ban damu da abin da makomar za ta
kunsa ba. Wannan ba alfahari ko zato ba ne, domin na taɓa
aiki da ingancin wannan iko mai albarka a rayuwata sau da
.yawa

* **

Ko ina iyo a saman rayuwa ko kuma ina nutsewa cikin
zurfin teku, na san cewa ina tare da Allah kuma yana tare da
ni, kuma babu abin da zai iya cutar da ni. Wannan ilimin ya
.ba ni farin ciki mai zurfi da ba za a iya misaltawa ba

* **

Babu shakka cewa siyan wani sabon abu abin jin daɗi
ne. Amma bayan wani lokaci, wannan jin daɗin yana raguwa
a hankali, kuma za ka iya rasa sha'awarsa gaba ɗaya, ka
manta da shi kuma ka yi sha'awar wani abu. Duk da haka,
ba za a manta da lissafin wannan kayan ba, musamman idan
!ka saya a kan lokaci

* **

Ya kamata mutum ya mallaki ragamar rayuwarsa ya
kuma saukaka ta gwargwadon iyawarsa. Ya kamata ya
adana kuɗi don abubuwan bukata da gaggawa, ya fi ba da
fifiko ga tanadi fiye da kashe kuɗi kan abubuwan jin daɗi,

kuma ya taimaki wasu gwargwadon iyawarsa. Idan ka
taimaki wasu, taimako zai zo maka ta wata hanya, kuma ba
.za ka rasa komai ba kuma za a hana ka komai

* **

A cikin farin cikin dukkan zukata, ina jin karar ni'imarKa,
Ya Ubangiji, kuma a cikin abota ta dukkan masu aminci, Ina
jin kaunarKa Ina farin ciki kuma zuciyata tana farin ciki da
nasarar da wadata ta abokaina, kamar yadda nake farin ciki
da jin dadin kaina da kwanciyar hankalina Yayin da nake
wahayi zuwa ga wasu, Ina ninka taskokin hikimata, kuma a
.cikin farin cikin kowa, ina samun nawa

* **

Babban abokin gaba na farin ciki shine rancen kudi don
siyan kayan jin dadi. Mutane suna kuskuren yarda cewa ba
za su iya yin farin ciki ba sai sun sami wani abu na
musamman. Amma ko da bayan sun sami wannan abu, ba
za su sami farin ciki na gaske ba, duk da farin ciki na dan
lokaci da yake kawowa. Menene amfanin bin kawance na
farin cikin duniya wanda ke alkawarin karyewa? Ya kamata
mutane su rayu cikin sauki, ba tare da bukatar dukiya mai
.yawa da ke bukatar kulawa akai-akai ba

* **

Aljannata tana cikina Yayin da nake jin dadin ni'imomin
Allah, ina gode masa, kuma farin cikina yana karuwa Ba tare
da wannan gamsuwa ta ciki ba, har ma jin dadin duniya da
jin dadin duniya suna zama jahannama na fahimci cewa ba
tare da wannan farin cikin ciki ba, nauyin da aka dora mini
da zai hana ni kwanciyar hankalina ya kuma hana ni farin
.ciki na

* **

Idan dukiya ta haɗu da rashin lafiya da matsaloli,
sakamakon zai zama da yawa Tsafta da kiwon lafiya suna
daga cikin karfin Yammacin duniya. Ana sarrafa kwari masu
cutarwa da kwayoyin cuta masu kisa yadda ya kamata a
kasashe masu tasowa, yayin da suke da yawa a wasu.

Amma kwar da wafannan kwari ba shine babban abin da
za a cimma ba, saboda akwai wasu nau'ikan matsaloli a
kasashe masu tasowa, kamar su kudaden da ba su da
wahalar biya da kuma matsalolin kuɗi masu shakatawa
saboda tsarin siyan kashi-kashi—wahalolin da ke damun
.barci da kuma lalata kwanciyar hankali

* **

Mu muhimmin ɓangare ne na irin wannan fahimta da
.wannan babbar duniya ta fito daga gare ta

* **

Shin ka taɓa ganin garken tumaki? Idan ɗaya daga
cikinsu ya yi tsalle, sauran garken suna kwaikwayonsa ba
tare da ɓata lokaci ba Yawancin mutane haka suke, wani zai
iya kawo wani ra'ayi ko ya gabatar da wani sabon salo, wasu
kuma nan take za su hau kan wannan tsari su kwafi shi.
Wannan tsari ya daɗe tsawon tsararraki. Kowace kasa tana
da al'adu da al'adunta, kuma ba za mu iya iƙirarin cewa duk
sun yi daidai ko kuma sun yi daidai ba. Amma wa ya sani?
Wataƙila wasu daga cikin wafannan al'adu da al'adu ba su
.da ma'ana kuma ba su da ma'ana

* **

Idan guguwar tunani mai cike da rudani ta lafa, za mu
shiga mulkin zaman lafiya mu kuma taɓa kasancewar
allahntaka

* **

Ka yi tunanin Allah, ko kyakkyawan wuri mai ban
sha'awa wanda ke karfafa zaman lafiya, ko kuma wata
kyakkyawar gogewa mai daɗi. Ayyukan tunani masu kyau da
.natsuwa suna karfafawa da wartsakewa

* **

Muna rayuwa ne a cikin duniyar da ke cike da rudani da
rudani. Kuna iya tunanin kuɗi yana nufin farin ciki, amma
idan kun same shi, kuna ganin har yanzu ba ku da farin ciki.
Kuna iya samun dukiya ku rasa lafiyarku (Allah ya kiyaye).
Ko kuma kuna iya samun lafiya mai kyau ku rasa kuɗinku.

Ko kuma kuna iya samun dukiya da lafiya amma kuna fuskantar matsaloli da yawa tare da wasu, kuna ba da alheri kawai don a gamu da kiyayya da fushi a madadin. Ba tare da Allah ba, babu wani abu a wannan rayuwar da zai iya .gamsar da ku da gaske

* **

Duniya ta zama dakin azabtarwa ga waɗanda ke rayuwa cikin rashin sanin tsarin Allah. Amma idan ka dauki abubuwan da suka faru a rayuwa a matsayin malamanka kuma ka koya daga gare su ainihin yanayin wannan duniyar da kuma rawar da aka ba ka a cikin wasan kwaikwayo na sararin samaniya, waɗannan abubuwan sun zama haske mai mahimmanci akan hanyar zuwa ga gamsuwa da farin ciki .mai dorewa

* **

A can, bayan duhun da ba shi da duhu, shiru mara sauti, da kuma rashin komai da ba a halitta ba, akwai ainihin madawwami, wanda shine asalin wanzuwa kuma tushen dukkan iko da halittu, waɗanda ake iya gani da waɗanda ba .a iya gani ba

* **

Allah bai halicci wannan duniya don mu ci abinci, mu yi barci, mu mutu kawai ba, amma don mu san nufinsa mu kuma fahimci manufar wanzuwarmu. Wasu mutane masu hikima sun fahimci ma'anar shirin sararin samaniya, amma yawancin mutane makafi ne kuma ba su san wannan .manufar ba

* **

Kudi bai taɓa zama burina a rayuwa ba; burina shine in yi wa 'yan'uwana hidima a cikin dān adam. Saboda haka, Allah ya buɗe mini kofofi da damammaki da yawa don in .tallafa wa kaina da kuma cika aikina

* **

Allah ya halicci wannan duniya don ta yi aiki bisa ga doka mai kayyadadden tsari kuma marar canzawa. Idan

muka karya ɗaya daga cikin waɗannan dokokin duniya,
muna hukunta kanmu. Wani wanda ya yi tsalle daga rufin
wani dogon gini zai karya kasusuwansa. Saboda haka, ba za
.mu iya yin watsi da dokar nauyi ba tare da shan wahala ba

* **

Idan muka yi zurfin nazari kan wayewar duniya kuma
muka binciko sirrin boyayyun wayewar zamanin da, babban
hoto zai bayyana, tare da layuka masu haɗe-haɗe, surori
daban-daban, da cikakkun bayanai, kuma za mu ga cewa
mutum yana da ɗabi'a ta mutum ɗaya da ta zamantakewa a
.lokaci guda

* **

Da Allah yana son mu rayu cikin sanin abin duniya
kawai, da mun gamsu da abubuwan duniya kuma mun
.gamsu da hanyoyin duniya

* **

Hasken tsarki, zaman lafiya, da farin ciki fiye da mafarki
suna walkeya suna rawa a cikin zurfinmu mai mahimmanci

* **

Da kowace irin gogewa da ta bayyana a sararin
rayuwarmu a lokacin wannan tafiya ta duniya tamu, dole ne
mu koyi yadda za mu faɗaɗa wayewarmu da kuma yadda za
mu kara fahimtar yanayin da ke kewaye da mu ko kuma
waɗanda muke fuskanta, sannan za mu iya rayuwa cikin
jituwa mafi kyau da kuma mu'amala da mutane da rayuwa
.cikin sauƙi

* **

Yawancin mutane suna kwaikwayon wasu. Ya kamata
mutum ya zama na asali kuma mai kirƙira, kuma ya kware a
.duk abin da yake yi

A Gabas, babban abin da aka fi mayar da hankali a kai
shi ne gina farin ciki na ruhaniya, yayin da galibi ba a yin
watsi da abubuwan rayuwa na zahiri ba. A Yamma, akwai
wasu abubuwan jin daɗi na zahiri amma kaɗan ne farin ciki
na ruhaniya. Abin da ake bukata shi ne daidaito tsakanin su

biyun, domin mai da hankali kan wani fanni daya kawai na
rayuwa yana haifar da rashin daidaito da rashin iya magance
.bukatun rayuwa cikin hankali

* **

Babban farin ciki - bayan farin cikin Allah - shine mutum
ya kasance cikin kwanciyar hankali da danginsa na kusa
wadanda dole ne ya zauna da su kowace rana ta shekara
Mutane suna batar da lokaci mai yawa suna gaggawa da
yin abubuwa ba tare da sun yi wani abu ba. Sai kawai su yi
.tunani su yi kokarin fahimtar abin da rayuwa za ta bayar

* **

Dole ne mu yi aiki don gina gine-ginen hikima na ciki a
cikin lambunan zaman lafiya wadanda ke bunkasa kuma
suna haskakawa da furanni marasa adadi na kyawawan
.halaye na ruhaniya

* **

Yarjejeniyar ciki tushen karfi ne mai yawa kuma yana
samar da makamashi mai sabuntawa

* **

Idan aka duba rayuwa, mutum zai ga cewa nasara ba
abu ne mai sauƙi ba. Rayuwa sau da yawa tana da tsauri
kuma ba ta da gafara, kuma dole ne mu yi gwagwarmaya
don samun abin rayuwa. Ka yi tunanin kokarin da ake bukata
don kiyaye jikinka da kuma kiyaye shi lafiya kuma ba shi da
wata rashin lafiya! Ko da ka yi nasara a wannan, wannan
nasarar na ɗan lokaci ce. Jiki—za ka rayu tsawon rai—a
karshe za a kwantar da shi. Dole ne a yi yaƙi da karfi da
yawa, na ciki da na waje, don cimma nasarar da ake so.
Wadannan rundunonin suna aiki ba tare da gajiya ba don
.hana ka duk wani muhimmin ci gaba

* **

Ka yi kokarin kwantar da hankalinka a kowane yanayi,
kuma ka bar irin zaman lafiyarka ya yi fure da farin ciki da
murmushin gamsuwa

* **

Ko da manyan tsarkaka ba sa samun cikakken ceto sai
sun raba nasararsu - abubuwan da suka samu na ruhaniya
da kuma iliminsu mafi girma - tare da wasu ta hanyar
taimaka musu su kai ga fahimtar ruhaniya. Wannan shine
dalilin da ya sa waɗanda suka kai irin waɗannan mata kai
kuma suka kai irin waɗannan yanayi suke sha'awar ba da
fahimta ga waɗanda suke buƙatarta. Idan kana son nasara
ta gaske, ba kawai za ka tabbatar da farin cikinka ba har ma
.da farin cikin wasu

* **

Duk wanda ke da hankali zai iya samun kuɗi Amma idan
yana da kauna a zuciyarsa, ba za su taɓa amfani da wannan
kuɗin don dalilai na son kai ba; maimakon haka, za su raba
shi da wasu Kuɗi la'ana ce da rashin daɗi a hannun masu
son kai da masu kwazo, kuma albarka da kyauta a hannun
.masu kirki da rayuka masu karimci

* **

Wani zai iya zaɓar ya yi shiru na tsawon lokaci, ya ki yin
magana da iyalinsa. Duk da cewa wannan mutumin zai iya
samun kwanciyar hankali a cikin zuciyarsa, halayensa na son
kai ne kuma yana cutar da farin cikin iyalinsa. Ba za a iya
ɗaukarsa a matsayin mai nasara da gaske ba sai dai idan
waɗanda suke kauna suma sun amfana daga nasarorin da
suka samu. Hakazalika, cimma nasarar abin duniya ba wai
kawai game da haƙƙinmu na jin daɗin waɗata kaɗai ba ne;
yana kuma buƙatar alhakin ɗabi'a ga wasu don taimaka
.musu su inganta yanayin kuɗinsu da rayuwarsu

* **

Ina cikin kariya a bayan bangon lamirina mai tsabta. Na
kone duhun da ya gabata kuma ina damuwa da shi ne kawai
.a yau

* **

A yau na fahimci cewa ni ɗaya ce da hasken mafi
kyawun alheri kuma ni fitila ce ga waɗanda ke
.gwagwarmaya da rakuman ruwan teku na baƙin ciki

* **

Mutane suna da ra'ayoyi daban-daban da ra'ayoyi game da nasara, ya danganta da burinsu a rayuwa. Ba sabon abu ba ne a ji wasu mutane suna kwatanta nasara da sata, suna faɗin abubuwa kamar, "Ya yi nasara barawo!" Wannan yana nuna cewa nasara a kowane fanni da nau'ikanta abin so ne kuma ana nema. Duk da haka, nasararmu bai kamata ta .cutar da wasu ba

Akwai kuma wani ma'auni na nasara: idan muka sami damar kawo sakamako mai jituwa da amfani ga kanmu, ya kamata mu haɗa da wasu a cikin nasararmu mu kuma raba .musu 'ya'yan itacen da ke cikinta

Nasara na nufin gamsuwa da gamsuwar mutum a cikin muhallinsa Nasara ta gaskiya sakamakon ayyuka ne da aka gina bisa ka'idodin adalci, kuma ta kunshi farin ciki da walwalar wasu a matsayin muhimmin ɓangare na farin cikin mutum. Idan muka yi amfani da wannan ka'ida a rayuwarmu ta zahiri, ta hankali, ta dabi'a, da ta ruhaniya, za mu sami .cikakkiyar ma'anar nasara

* **

A nan a cikin wannan duniya mai iyaka, muna fahimtar tsayi, faɗi, da yawa, amma akwai wani matakin inda girma ba ya wanzu; komai a bayyane yake kuma a bayyane yake—komai sani ne da fahimta Jin dandano shine fahimta, kamar yadda jin kamshi yake Jikinmu, tunaninmu, da jikinmu yanayi ne na sani Kamar yadda muke iya gani, ji, kamshi, dandana, da taɓawa a cikin mafarki, haka nan ma, a wannan matakin mafi girma, shin muna fuskantar duk waɗannan abubuwan ?ta hanyar sani mai tsarki

* **

Ya Ubangiji, ka faranta mana rai ta hanyar jin kusancinka, ka 'yantar da mu daga sarkakiyar sha'awa, kuma ka ba mu farin ciki na ciki wanda abubuwan da suka faru a rayuwa da abubuwan da ke faruwa a cikinta ba su .shafe shi ba

* **

Idan hankalinmu ya daidaita da fahimta mai zurfi, sanin
ruhaniya yana farkawa a cikinmu kuma muna fuskantar
abubuwan al'ajabi na hikima da kauna ta Allah

* **

Idan muka kaunaci Allah gaba daya muka kuma juyo
gare Shi da dukkan tunaninmu da zukatanmu, za mu ji muna
kusa da Shi kuma za mu ga cewa Shi ne babban mafarin
tsaro a rayuwa

* **

A cikin sararin samaniya mai faɗi da babu komai, akwai
alaka ta sararin samaniya da rayuwa ta har abada wadda ta
haɗa mu da dukkan abubuwa masu rai da marasa rai a cikin
sararin samaniya—rakuman rai mafi girma da ke gudana ta
cikin dukkan rayuwa Har abada shine ainihin gidanmu da
wurin zama na dindindin, kuma wanzuwarmu a cikin
wadannan jikuna na ɗan lokaci ne, kamar ɗan gajeren hutu
.ga ayari da ke tafiya a cikin hamada

* **

Idan muka daidaita kanmu da karfin kirkira na ruhi, za
mu haɗu da tunani na duniya da mara iyaka wanda zai iya
shiryar da mu da kuma magance matsalolinmu Ikon kirkira
zai gudana zuwa gare mu ba tare da katsewa ba daga
babban tushen halittarmu, wanda zai ba mu damar cimma
.nasarar kirkira a kowane fanni na ayyukanmu

* **

Soyayya tana girma da bunkasa a cikin yanayi na
aminci, hakuri, da girmama juna

* **

Ya Ubangiji, ka albarkace mu da hasken tunani mai
tsarki da kyawawan halaye, domin idan duhun munanan
halaye da tunani marasa tushe ya zo mana, nan take za a
kwar da shi. Ka taimake mu mu kaunace ka da kauna mai
zurfi wadda ba za ta iya kama mu ko kama zukatanmu da
.zukatanmu ba

* **

Abubuwan da ake samu cikin sauki ba su da matuƙar
muhimanci. Mun san wannan daga nazarin rayuwar
manyar maza da mata da kuma yadda suka zama manya ta
hanyar haɓaka baiwarsu, cika ayyukansu, gina ɗabi'un
ɗabi'unsu, zurfafan nazarinsu, da kuma guje wa son kai.
Sakamakon da suka samu da nasarorin da suka samu sun fi
.karfin kokarin da suka yi

* **

Yanci na gaskiya yana cikin 'yancin zaɓi wanda hikima'
ke jagoranta kuma wanda fahimta, daidaito, da kuma kuduri
.mai karfi ke tallafawa

* **

Idan ka farkar da nufinka, kudurinka, da kuma
fahimtarka, za a fitar da wasu ikoki da ba a gani daga mafi
girman sani - ta hanyar fahimtar rai - don taimaka maka da
kuma haskaka hanyoyin da ke kaiwa ga jin dadin tunani da
.farin ciki, tare da taimakon Allah

* **

Dole ne mutum ya buɗe hanyoyin rai ta hanyar
kokarinsa. Babu wanda ya zaɓi wahala da baƙin ciki da son
rai fiye da zaman lafiya da farin ciki. Jahilci shine tushen
wahala kuma cikas ɗin da dole ne a kawar da shi. Jahilci
wata cuta ce mai cutarwa, mai tushe mai zurfi, wadda ke
tsiro a cikin lambun ɗan adam, tana cike shuke-shuke masu
kyau da amfani. Dole ne a shawo kan jahilci da himma mai
karfi da kuduri mai karfi. Dole ne a noma kasan tunani da
hankali mai kyau [a kan kyawawan halaye] kuma a shayar
da tsaba masu kyau da ruwan imani. Lokacin da hasken
kauna mai karfi da ɗumi suka haskaka, zuriyar nagarta za ta
girma ta shawo kan ciyayi da ciyawa masu kama da kura,
.domin duhu ba zai iya wanzuwa a gaban haske ba

* **

Jin dadin abubuwan duniya yana shudewa ya bace,
amma farin cikin allahntaka ba ya raguwa. Farin ciki ne na

allahntaka wanda ba shi da iyaka kuma ba za a iya kwatanta
.shi ba
* **

Bai kamata mu taɓa amfani da hanyoyin da ba su dace
ba don cimma farin ciki, kuma bai kamata mu yi watsi da
zaman lafiya da dukiya ruhaniya da muke da ita a cikinmu
don neman jin daɗin ruɗani da rayuwa mai walƙiya wadda
za ta iya rataye a gabanmu ta hanyar ayyuka da halaye
.masu barna ba
* **

Natsuwa ita ce mafi kyawun kyamarar ɗaukar
kasancewar Allah Ta hanyar ruwan tabarau na natsuwa mai
tsarki da daidaito, hoton mai albarka zai bayyana da
cikakken haske
* **

A zahiri, dukkan hikima tana cikin kanka kuma abin da
kawai kake bukata shine ka san ta sosai
* **

Gamsuwa tana cikin inganta kai, ta yadda wasu za su
neme ka maimakon ka neme su. Ya kamata a ba da soyayya
da abota ba tare da tsammani ko bukata ba, domin
tsammani yana haifar da kiyayya da ɗaci. Ko da a lokacin da
ake ƙoƙarin inganta kai, ya kamata mutum ya tsaya shi
kaɗai, cikin kwanciyar hankali da kwanciyar hankali a cikin
.karfin kyawawan halaye da darajar kansa
* **

Bari ruwan farin ciki da kyakkyawan fata su riƙa kwarara
daga zuciyata, kuma feshinsu mai wartsakewa ya taɓa duk
waɗanda na haɗu da su
* **

Farin ciki na ruhaniya yana haifar da sha'awar taimaka
wa wasu ta kowace hanya, kuma yana haɓaka ikon godiya
ga jin daɗin ɗabi'a mai kyau wanda ke haifar da farin ciki, ta
haka yana rage sha'awar jin daɗin da ba shi da kyau
* **

Komai kankantar rawar da kake takawa, tana da
muhimmanci kamar manyan rawar da take takawa wajen
bayar da gudummawa ga nasarar wasan kwaikwayo na
.sararin samaniya da rayuka ke yi a kan mataki na rayuwa

* **

Sanin duniya gabaɗaya sani ne cikakke, mara iyaka,
yana sabunta kansa koyaushe kuma ba ya karewa a cikin
kerawa, kuma ta hanyarka yana kokarin bayyana wani
ɓangare na musamman na kansa

* **

Idan ka dandani soyayyar Allah koda sau ɗaya ne, ba za
ka taɓa daina ta ba domin babu wani abu makamancin haka
.a cikin dukkan sararin samaniya

* **

Wadanda suka san Allah sun kai mata kai na ruhaniya
masu zurfi, har ba sa gamsuwa da kawai ba wa masu zunubi
shawara ta ruhaniya, amma za su iya - ta wurin alheri da
taimakon Allah - su ɗora musu ikon ruhaniya wanda ke
'yantar da su daga sakamakon ayyukansu na zunubi

* **

Duk ayyukan alheri da mugunta suna zaune a cikin
kwayoyin kwakwalwa kuma suna bayyana a matsayin halaye
nagari ko na mugunta ko halaye a cikin tunani. Mutumin da
ke fama da halaye marasa kyau saboda kwayoyin
kwakwalwarsa da aka ɗora masa karfin waɗannan halaye zai
iya 'yantar da kansa ta hanyar himma, tunani, addu'a ta
gaskiya, da kuma ci gaba da tabbatarwa mai kyau har sai
duk halayensa marasa kyau sun canza zuwa halaye nagari
na kwanciyar hankali da natsuwa. Wannan yana faruwa ne
lokacin da ikon rai da aka tsara daidai ya yi aiki don canza
yanayin kwayoyin kwakwalwa mara kyau, ta yadda
waɗannan kwayoyin za su cika da duk abin da yake nagari,
.nagari, da kyau

* **

Fahimta ita ce ido na ciki, hangen nesa na rai, da kuma
na'urar hangen nesa ta zuciya. Shi ne daidaito tsakanin
.kwanciyar hankali da tsarkin lamiri

* **

Kowace rana muna ganin yanayi daban-daban, kuma
kowace rana tana kawo sabon darasi da za a koya. Ana sa
ran mutum zai koyi darasin ta hanyar mai da hankali kan
babban manufar wanzuwarsa: don gane tushen wanzuwarsa
.da kuma tushen rayuwarsa

Bari mu yi aiki don manta da bakin cikin da ya gabata
kuma mu kudura kada mu yi ta tunani a kansu da kuduri mai
karfi da himma, bari mu sabunta rayuwarmu, mu inganta
nasarorinmu, mu kuma gina kyawawan halaye da halaye
.masu kyau a cikinmu

Allah ne karfina kuma ban yarda da wani karfi ba
Yaki da yake-yake na rayuwa kuma ka dage har zuwa
karshe, kada ka taɓa yin kasala. Kada ka taɓa cewa, "Ba zan
iya samun hanya ba, don haka zan daina kofari" Ka nemi
jagora idan ka yi kuskure, amma kada ka daina kofari.
Mutane da yawa suna karɓar rashin nasara idan sun fuskanci
cikas. Ya kamata waɗanda suka gaza su yi hulɗa da
mutanen da suka yi nasara, ba gazawa ba. Ka kuduri aniyar
.yin nasara; bari wannan ya zama falsafarka a rayuwa
Kowace rana dole ne mu karfafa karfin jikinmu, mu kara
karfin tunaninmu, mu kuma san ainihin kanmu ta hanyar yin
bimbini, tunani mai kyau, da aiki mai kyau, mai amfani
wanda ke amfanar jiki, hankali, da ruhi tare
Idan kana son kafa kyakkyawar dabi'a ko kuma ka karya
wata mummunar dabi'a, ka mai da hankali kan kwayoyin
kwakwalwa inda hanyoyin halaye daban-daban suke. Don
kafa kyakkyawar dabi'a, da farko ka zauna a hankali ka yi
.bimbini, kana neman ja-gorar Allah

Mayar da hankalinka kan cibiyar karfin nufin da ke
goshin ka, tsakanin girarka, kuma ka tabbatar da dabi'ar da
kake son dasawa a cikin kwakwalwarka. Idan kana son kawar

da munanan halaye, ka kuma mayar da hankalinka kan
cibiyar karfin nufin kuma ka tabbatar da cewa duk ramukan
.da waɗannan halaye suka kafu suna gogewa
Da hankali da karfin hali, za ka iya goge har ma da
.tsofaffin halaye masu karfi

Ka sake tabbatar wa kanka cewa kana da ikon kawar da
halaye marasa kyau daga kwakwalwarka. Lokaci mafi kyau
don wannan tabbacin shine da sassafe lokacin da karfin
zuciyarka da hankalinka suka kai kololuwarsu. Ci gaba da
tabbatar wa kanka cewa kana da 'yanci daga duk wani
umarni, kuma wata rana za ka ga - da taimakon Allah - cewa
.hakika ka 'yantar da kanka daga halin da kake son ka daina
Duk abin da kake tsoro, ka kore shi daga tunaninka ka
bar wa Allah shi, ka karfafa imaninka ga Allah ka kuma
amine cewa zai iya taimaka maka, kuma ka sani cewa
.wahala da yawa ta samo asali ne daga damuwa da damuwa
Me yasa za ku sha wahala yanzu alhali abin da kuke jin
tsoro bai faru ba tukuna? Tunda yawancin matsalolinmu sun
fito ne daga tsoro, idan muka cire tsoro daga rayuwarmu za
mu ji 'yanci kuma waraka za ta kasance nan take

Kowace dare, kafin ka yi barci, ka tabbatar wa kanka
cewa Allah yana tare da kai, yana kare ka kuma yana kula
da kai. Ka yi tunanin hasken kariyarsa da ke kewaye da kai
daga kowane bangare, kuma za ka ji kariyarsa mai ban
.mamaki

A cikin wannan wasan kwaikwayo na sararin samaniya,
mutane na dukkan kabilu suna nuna wasan kwaikwayo na
rayuwa a kan mataki na lokaci

Dole ne mu fahimci ma'anar rayuwa ba tare da mun
shagaltu da ayyukanmu na ɗan lokaci ko kuma mu mai da
hankali sosai kan su ba, fahimtarmu game da rayuwa sau da
yawa tana karkacewa kuma tana batarwa saboda muna

kallonta ta hanyar idanun son kai da hangen nesa mai iyaka;
idan muka kalli da idanun ruhu, da mun ga abubuwa daga
.ra'ayi daban-daban

Idan muka buɗe idon hikima, za mu ga hasken Allah mai
cike da komai, kuma a cikin wannan hasken za mu fahimci
yanayin ruhaniyarmu, wanda yake nuna yanayin sanin
duniya wanda ke ratsa dukkan kwayoyin halitta da sassan
.duniya

Gaskiyar ruhaniya ta kewaye mu, tana kwankwasa
kofofin idanunmu a rufe, tana karfafa mu mu ga haske
maimakon duhu, mu yi aiki da hikima maimakon jahilci, mu
cika zukanmu da kauna maimakon kiyayya, da kuma haɗin
kai wajen kafa zaman lafiya da kawo wadata da tsaro ga
duniyarmu. Lokacin da muka yi haka, jahilci zai baɗe,
bambance-bambancen duniya zai baɗe, za mu ga haɗin kai
a cikin bambancin ra'ayi, kuma za mu kara jituwa da nufin
.Allah

Dangantakarmu da Allah ba ta da sanyi ko rashin kauna
ba ce, kamar yadda take tsakanin ma'aikaci da ma'aikaci Mu
'ya'yansa ne, kuma kulawarsa a gare mu koyaushe take;
Yana sauraronmu koyaushe Mu muhimmin ɓangare ne na
kasancewarsa, kuma dangantakarmu da Shi tana da rai da
karfi Ya ba mu wadata mai kauna, fahimta, fahimta,
kyakkyawar niyya, da karfin ruhaniya, amma yawancinmu
.mun baɗa da wannan dukiya a kan komai

Allah yana so mu rayu cikin aminci, zaman lafiya, da
haɗin gwiwa na abokantaka, kamar yadda ya dace da
membobin iyali mai daraja da kauna, amma kwadayi da
kididdige son kai sun tsiro kuma sun yi tushe a cikin rayukan
mutane kuma sun haifar da rarrabuwar kawuna tsakanin
.iyali

Allah yana so mu zama iyayengiji, amma mun zaɓi mu
zama bayi Dan adam ya yi nisa da gidan sama kuma ya rasa
aljannar ciki ta jin kusanci da Allah da Allah kusa da mu,
kuma ba zai iya sake samun wannan aljanna ba tare da

ƙoƙarin kansa ba Allah ya halicce mu cikin siffarsa, amma
.wannan gaskiyar ta bace daga tunaninmu
Mun mika wuya ga rudin cewa makomarmu wahala ce
kuma makomarmu halaka ce, kuma dole ne mu yage labulen
mafarki da wukar hikima don ganin gaskiya mai haske a
.bayan labulen

Allah ya albarkace ni da farin ciki a tsawon waɗannan
shekaru masu tsawo na rayuwata Ko mutane suna ganin
murmushin gamsuwa a fuskata ko a'a, farin ciki na
allahntaka yana tare da ni koyaushe kuma ba ya barin ni.
Babban kogin jin daɗi yana gudana koyaushe a ƙarƙashin
yashi na sanina kuma yana fashewa kamar maɓuɓɓugan
.albarka waɗanda ke shayar da lambuna na rayuwata
Ba wani tashin hankalin da ke faruwa a rayuwa da zai
iya kawo cikas ga zaman lafiyata ba, haka nan kuma ba za a
iya kawar da farin cikin ruhaniya da nake ji ba
Ya yi wuya a sanya wannan yanayi na dindindin kuma
ba zai canza ba, amma 'ya'yan ruhun da nake jin daɗinsa
yanzu kuma nake rabawa da wasu sun cancanci duk ƙoƙarin
.da na yi a ciki

Ina tsammanin kuma ina aiki da ruhun Allah wanda ke
jagoranta kuma yana aiki da shi, kuɗi ba ta taɓa zama
burina a rayuwa ba, sai dai na yi wa 'yan'uwana hidima a
cikin ɗan adam. Saboda haka, Allah ya buɗe mini ƙofofi da
yawa na alheri don in ci gaba da rayuwata da kuma cika
aikina. Kuma duk lokacin da na buƙaci taimako, Allah yana
.ba ni nan take

Burina kawai shine in yi maka hidima, kuma shi ya sa
nake nan

Ikon Allah yana aiki a rayuwarku kuma za ku fuskanci
wannan gaskiyar da kanku lokacin da aka ƙarfafa imaninku
kuma kuka fahimci cewa dukiya ta gaske ba ta samo asali ne
.daga nasarar abin duniya ba amma daga Mai Iko Dukka
Kowace lokacin da ka yi tare da Allah zai zama don
amfanin ka na ƙarshe, kuma duk abin da ka cimma saboda

kauna da kuma faranta wa Allah rai za a rubuta maka a cikin
.tarihin rayuwa har abada

Komawa cikin kadaici na zurfin tunaninka ka ji daɗin
zaman lafiya da ke gudana daga maɓuɓɓugar shiru
Idan muka shuka kyawawan ayyuka, za mu girbe farin
ciki da albarka, idan kuma muka shuka munanan ayyuka, za
.mu girbe nau'ikan matsaloli da matsaloli iri-iri
Kowace kyakkyawan aiki kamar pickaxe ne wanda muke
haka kasan sani da shi don buɗe maɓuɓɓugar farin ciki ta
allahntaka

Koyi nutsewa cikin teku na zurfafa tunani da bincike, ko
dai dangane da kyawawan littattafai, imani, matsaloli,
falsafa, ko farin ciki na ciki, fahimtar cewa kadaici na yau da
kullun shine farashin farin ciki na gaske

Ko da yake rayuwa tana kama da wacce ba a iya
tsammani ba, mai son zuciya, kuma mai ban mamaki, cike
da shakku da matsaloli iri-iri da rikice-rikice, muna ci gaba
da kasancewa karkashin kariyar Allah koyaushe. Bai kamata
mu kara gishiri a kan al'amura ko mu rasa natsuwarmu a
gaban abubuwan da suka faru ba, domin idan muka bar
firgici ya mamaye mu, muna ba mugunta iko da zurfafa
tushenta, wanda ke girma da bunkasa a cikin kasa ta tsoro
.da damuwa

Tambayi kanka kowace dare: Nawa lokaci ka yi tare da
Allah, nawa ka yi tunani a kai, nawa ka cimma, nawa ka yi
?wa wasu, kuma nawa ka sarrafa sha'awarka
Bai kamata mu yi tsammanin samun farin ciki da
kwanciyar hankali mai dorewa a cikin jarabawar rayuwa ba;
maimakon haka, dole ne mu neme su mu gano su a cikin
kanmu. Sannan, duk wata gogewa da muka fuskanta, za mu
magance su kamar yadda muke kallon abubuwan da wani ya
.fuskanta a fim, ko da daɗi ne ko mai raɗaɗi

Mutum zai iya mayar da duk abubuwan da ya fuskanta
zuwa jarrabawa mai zafi da ban tausayi idan ya bar
hankalinsa ya yi haka. Suna iya jin daɗin lafiya mai kyau

amma duk da haka ba su fahimci darajarta ba. Amma idan suka yi rashin lafiya, za su kaskantar da kansu su kuma yaba da albarkar jin daɗi. Ya kamata mu yarda da ni'imar Allah kuma mu gode masa saboda ni'imomin da Ya ba mu ba tare da jiran yanayi mai wahala ba don ya sa mu gode da kuma .godiya ga alherinsa

Ya kamata rayuwa ta kasance cakuda tunani da aiki.

Idan mutum ya rasa daidaiton tunaninsa, zai zama mai sauƙin shiga cikin damuwa, gajimaren baƙin ciki, da azabar zafi. Kuma idan ya yi koƙarin karya dokokin lafiya, wadata, da hikima, ba makawa zai sha wahala daga rashin lafiya, .talauci, da jahilci

Dole ne mu kiyaye manufarmu ta tsarki, mu kiyaye manufarmu ta tsabta, kuma mu yi aiki ta hanyar da za ta kawo mana kwanciyar hankali, kuma kada mu bari yanayin .rayuwa ya dame mu ya kuma lalata mana farin cikinmu

Zukata masu baƙin ciki da kuma tunanin da suka karya suna jan hankalina, komai nisan da suke da shi Faɗaɗa iyakokin masarautar kaunarka mai haske don a hankali ta haɗa da iyalinka, maƙwabtanka, al'ummarka, kasarka, da duk kasashe da halittu masu hankali

Dole ne kuma mu karfafa hankalinmu mu kuma yi watsi da nauyin raunin tunani da ɗabi'a da muka gada daga shekaru da tsararraki. Dole ne a kone waɗannan kazanta a cikin wutar sabbin kuduri da aiki mai amfani. Tare da wannan hanyar ginawa, mutumin da ya himmatu da gaske .zai iya isa ga 'yanci da 'yanci

Kunna ikon da ba shi da iyaka a cikinka domin ka iya taka rawar da kake takawa a kan mataki na rayuwa Da zarar mutum ya fara bauta wa dukiya, kuɗi, shahara, ko wani abu banda Allah, rashin farin ciki ya zama nasa. Waɗanda suka mai da hankalinsu kan waɗannan abubuwa a zahiri suna bauta musu, don haka ba sa kusantar Allah sai

dai su nisanta kansu daga gare Shi. Amma wadanda suka yi tunani game da Allah, suka yi tunani a kansa, suka kuma yi magana da Shi a cikin zukatansu suna kusantar Shi kuma .suna jin dadin rayuwa a cikin zumuncinsu na shiru da Shi Allah kadai ne ke da ikon cika mafarkin dan adam da fatan samun farin ciki mai dorewa. Saboda haka, bai kamata .a bar komai ya dauki matsayin Allah a cikin zuciya ba Akwai alamomin tsarki da za su iya taimaka wa mai nema ya tuna Allah ya kuma kusance shi. Duk da haka, idan mutum ya fara bauta wa wadannan alamomin, cutarwarsu za ta fi karfin fa'idarsu. Ya kamata a yi bauta ga Allah kadai, .domin babu wani abu da ya cancanci bauta Ko menene yanayin ibadar al'ada, Allah ya yarda da ita matuƙar mai bauta yana yin ta da sanin ruhi da kuma sha'awarsa. Duk da haka, mutane da yawa ba sa fahimtar ainihin ibada, kuma tunaninsu da zukatansu suna karkata daga Allah zuwa ga al'adun, don haka ba sa amfana sosai .daga bautarsu Masu bauta ta gaskiya ba sa barin saninsu ya takaita ga kowace siffa ko siffa, amma suna mai da hankali da kauna mai zurfi da cikakken kulawa ga ruhun allahntaka da ke .bayan dukkan siffofi da siffofi Allah cikakke ne kuma babu iyaka, kuma babu wani hoto ko mutum-mutumi da zai iya dauke shi Ana iya cewa Allah yana bayyana kansa a cikin duk wanda yake kaunarsa da gaske kuma yana cikin jituwa da Shi, domin yana nan a ko'ina don haka yana nan a cikin kowa Duk da haka, ba kowa ne ke da ikon bayyana kasancewar Allah ba. Rana tana haskakawa daidai gwargwado a kan kwal da lu'u-lu'u, amma lu'u-lu'u yana karɓa kuma yana nuna hasken rana, yayin da kwal ba zai iya .ba

Hakazalika, dukkan mutane suna cikin hasken Allah, amma kaɗan ne kawai za su iya samun wannan hasken kuma su nuna shi a cikin tunaninsu da ayyukansu. Don yin

haka, dole ne su tsarkake kansu ta hanyar bimbini da bin
.koyarwar Allah da umarni

Idan muka ambaci sunan Allah, dole ne mu san abin da
muke faɗa sosai. Idan za ka iya fahimtar tunanin mutane
yayin addu'a, za ka ga cewa yawancinsu suna tunanin komai
sai Allah, duk da cewa suna faɗin sunansa! Irin wannan
.addu'ar ba ta da amfani kuma ba ta da amfani
Idan muka yi addu'a, ya kamata mu yi kofari mu mai da
hankalinmu ga Allah, maimakon kawai mu maimaita sunansa
mai albarka yayin da muke barin tunaninmu ya yaɗu. Wata
goggo ta kan yi addu'o'inta a kan duwatsun addu'a,
waɗanda ba kasafai suke fita daga hannunta ba. Amma ta
shaida mini wata rana cewa duk da yin wannan ibada
tsawon shekaru arba'in, Allah bai amsa addu'o'inta ba. Ba
abin mamaki ba ne! "Addu'o'inta" ba komai ba ne illa halin
.tsoro

Idan muka yi addu'a, bai kamata mu yi tunanin komai
ba sai Allah. Ya kamata mu yi kofari mu kasance masu
gaskiya a cikin bautarmu da kuma sadaukar da kanmu a
cikin addu'o'inmu. Yin amfani da duwatsun addu'a da kuma
kiran sunan Allah akai-akai abin karɓa ne idan aikin ya samo
asali daga zuciya kuma yana da goyon bayan gaskiya da
tunani mai zurfi. Duk da haka, wannan aikin na iya zama
.atomatik akan lokaci

Dole ne mu yi wa Allah rada a cikin zukatanmu, da
sha'awa da kaunar Allah; wannan bauta ce ta gaskiya da ke
taɓa zuciyar Allah. Yin furuci da sunan Allah da sanyi da
tunani mai yawo laifi ne da rashin girmamawa. Idan mutum
ya yi addu'a, zuciarsa da tunaninsa dole ne su cika da
.kaunar Allah

Ya Ubangiji, Kai ne Tauraron Arewa na Allah wanda
tunanina ke tafiya a cikin teku mai cike da jarabawa da
wahala

Yin motsa jiki wajen mai da hankali kan hankali ta
hanyar motsa jiki na yoga yana taimakawa wajen kusantar

Allah, babban tushen d'aukaka da d'aukaka, kamar yadda yake taimakawa wajen tunani game da Allah da kuma yin .magana da Shi

Yana da mahimmanci a keɓe rana d'aya a mako don yin

bimbini a ruhaniya (idan zai yiwu) don yin bimbini a kan

Allah da kuma samun natsuwa, kwanciyar hankali, da kwanciyar hankali na ciki Lokacin da aka kashe ta wannan hanyar zai zama maganin kwantar da hankali ga matsaloli .da damuwa da kuke fuskanta a sauran mako

Kowa yana buƙatar yin kwana d'aya a kowane mako a keɓe ko kuma "janyewa ta ruhaniya" don warkar da raunuka da radadin motsin zuciyarsa. Lokacin da wannan rana ta zama ta zaman lafiya, farin ciki, da gamsuwa, za ku yi .tsammanin sa'a bayan mako

Kadaici shine farashin girma Za ku yi mamakin kyawawan sakamakon da za a samu ga hankalinku, jikinku, da ruhinku ta hanyar wannan ja da baya ta ruhaniya da alaƙa da ruhinku da kuma Allah. Idan kuna burin samun farin ciki na gaske, dole ne ku nutsar da kanku cikin teku na salama ta Allah da sassafe bayan kun farka, da kuma kafin .ku yi barci da dare

Masanan Indiya sun ba da shawarar ba wai kawai a keɓe kwana d'aya ba, har ma a jaddada buƙatar yin bimbini a cikin takamaiman lokuta huɗu kowace rana Da safe, kafin a tashi a ga kowa, ya kamata a ji daɗin natsuwa da kwanciyar hankali Da tsakar rana, ya kamata a kwantar da hankali kafin cin abincin rana, sannan a sake jin daɗin lokacin kwanciyar hankali kafin cin abincin dare A karshe, kafin a kwanta da dare, ya kamata a sake shiga yanayin kwanciyar .hankali

Wadanda suka yi shiru sosai a lokacin kadaici da kuma a cikin wadannan lokuttan huɗu na yau da kullum za su fuskanci jituwa da Allah. Wadanda ba za su iya kiyaye duk wadannan lokuttan ba, ya kamata su keɓe aƙalla sa'o'in safe da yamma ga wannan. Ta yin haka, rayuwarsu za ta canza

zuwa mafi kyau, kuma za su ji dadin gaske; gogewa ita ce
.mafi kyawun shaida

Idan ka ci gaba da rubutawa da sanya hannu a cekin ba
tare da ajiye isassun kudfi don rufe asusun bankinka ba,
kudinka zai kare. Haka kuma ya shafi rayuwarka Ba tare da
ajiyar kwanciyar hankali akai-akai a asusun rayuwarka ba,
kuzarinka zai kare, kwanciyar hankalinka zai bace, kuma
farin cikinka zai bace. A takaice, daga karshe za ka fuskanci
fatarar motsin rai, ta hankali, ta jiki, da ta ruhaniya. Amma
zurfafa tunani a kan Allah a kullum zai cika asusun motsin
.zuciyarka

Mai neman Allah yana yin bimbini kowace rana, yana
tattaunawa da Allah da dukkan kauna da sha'awa a cikin
zuciyarsa, yana rokonsa ya bayyana kansa Idan kai mai son
Allah ne kuma kana sha'awar ganin kasancewarsa, dole ne
ka nutsar da hankalinka da jikinka cikin salamarsa, kuma
rayuwa za ta yi maka murmushi, kuma al'amuranka za su
.inganta ta hanyoyi da yawa

Mutum mai natsuwa ba kasafai yake yin kuskure ba,
kuma yana cin nasara inda dubban wasu suka gaza
Wadanda ba sa tunanin Allah ko kuma ba sa kula da shi
suna shiga cikin bakin ciki da bakin ciki. Suna zama masu
.fushi kuma suna rikidewa su zama injinan tafiya

Rana ta hikima da zaman lafiya za ta fito a sararin
natsuwa kuma za ta wanke rayuwarka cikin haskenta mai
warkarwa matuƙar ka yi kokarin ruhaniya kuma ka ba Allah
matsayi na farko a zuciyarka

Wata ɗaya yana haskakawa fiye da dukkan taurari a
hade. Rana, wacce ta bayyana karama, tana korar duhu
daga wani yanki da ya fi shi girma sau miliyoyi. Hakazalika,
mutumin kirki, ta hanyar kasancewa a duniya, yana fitar da
girgizar da ke hana da kuma kawar da girgizar da miyagun
.mutane ke fitarwa

Ranar tunani yakamata ta kasance rana ta hutawa ta
hankali da ta jiki da kuma gina zaman lafiya ta ciki. Duk wani

aiki da zai samar da hikima da zaman lafiya aiki ne mai
.albarka a wannan rana

Dangane da girmama iyaye, littattafai masu tsarki sun
ba da shawarar a yi musu mu'amala mai kyau: "Ka girmama
mahaifinka da mahaifiyarka" da kuma "Ka kyautata wa
"iyaye

Ya kamata a girmama iyaye na ɗan adam a matsayin
wakilan Allah, wanda ya ba su baiwar kirkirar ɗan adam.
Uwa ita ce misalin kaunar Allah mai tsarki, domin uwa mai
kauna tana gafartawa inda babu wanda zai yi. Uba shine
.bayyanar hikimar Allah kuma mai kare 'ya'yansa
Bai kamata mutum ya kaunaci ubansa da mahaifiyarsa
ba banda Allah, amma a matsayin bayyanar kaunarsa mai
karewa da hikima. Ruhun Allah mafi girma ya zama uba da
uwa don taimaka wa yaron; saboda haka, ya kamata a
.girmama shi a cikin iyaye

Littattafai kuma suna ba mu shawara game da kisa don
neman kisa, domin a lokacin mutum zai zama mai kisan kai
Bai kamata mutum ya ɗauki ran wani a cikin wani lokaci mai
tsanani ba. Duk da haka, idan aka yi wa kaunatattun mutane
barazana, dole ne mutum ya yi yaƙi don kare waɗanda Allah
ya ba su amana, domin aiki ne mai tsarki a kare iyalinsa da
.kasarsa

Dangane da haramcin zina, manufar da ta dace ta haɗin
kai tsakanin mata da maza ya kamata ta zama haihuwar
'ya'ya da aka halicce su cikin siffar Allah da kuma bayyanar
tsantsar soyayya da ma'auratan da ke ganin Allah a cikin
junansu ke ji. Wadanda ke rayuwa kawai a matakin jiki, ba
tare da la'akari da soyayya ta gaskiya ko kuma babbar
manufar da aka kirkiri sha'awar jima'i ba, suna yin zina bisa
ga wannan umarni. A wannan yanayin, ba su da bambanci
da dabbobi da ke biyan buƙatun jima'i sannan su ci gaba da
.tafiya

Allah ya halicci wannan sha'awar kirkire-kirkire a cikin
maza da mata don haihuwa da kuma bayyana soyayya ta

gaskiya a rayuwar aure, kuma bai kamata a yi amfani da ita
ba ta hanyar da ba ta dace ba, sai dai a mayar da ita zuwa
.aiki mai tsarki da ilimi

Idan za ka iya sarrafa da kuma rarraba ikon jima'i a cikin
rayuwarka, za ka iya haɓaka manyan kwarewar tunani don
rubutu, zane, ko kuma bayyana baiwar da ba a iya gani ba ta
.hanyoyi da yawa

Kuma idan a karshe ka sami damar sarrafawa da canza
ayyukan kirkira a ruhaniya, za ka fuskanci babban zaman
lafiya, kauna mai girma, da kuma karuwar farin ciki na
ruhaniya

Waliyyan Allah da shugabannin ruhaniya waɗanda suka
canza ayyukansu na jima'i a ruhaniya, manyan mutane ne
da za su iya yin abubuwan ban mamaki da ban mamaki a
.duniya da kuma a cikin binciken gaskiya na asiri

Saboda haka, mafi girman amfani da sha'awar jima'i
shine ɗaukaka karfinsa, wato, tura kuzarinsa zuwa ga wani
babban manufa domin ya bayyana hikima, manyan
manufofi, da ka'idodin ruhaniya Bai kamata mutum ya sami
jin daɗi daga tunanin jima'i ko sha'awar abin da aka haramta
ba. Lokacin da aka cimma wannan nau'in kamun kai, mutum
zai sami kyakkyawan hangen nesa game da jima'i da babban
.manufarsa

Yin bauta ga al'amuran jima'i yana nufin rasa lafiya,
kame kai, da kwanciyar hankali na hankali, kuma a takaice,
duk abubuwan farin ciki da mutum ke buƙata
Littattafai masu tsarki kuma suna karfafa mu kada mu yi
sata Idan kungiyar mutane dubu za su yi sata daga junansu,
kowannensu zai sami makiya 999. Saboda haka, bai kamata
mutum ya keta haɓkin wasu ba, ko kuma ya kwace kasarsu,
zaman lafiya, kauna, mutunci, ko duk wani abu na kayansu
ko na ruhaniya. Idan ba ka ji sha'awar ɗaukar abin da ba
naka ba, abin da kake buƙata ko sha'awa zai zo maka. Sata
tana farawa ne da farko a cikin tunani lokacin da mutum ya
fara hassada ga wasu. Dole ne a cire irin sha'awar mugunta

daga tunani. Lallai ne a cire wa mutane alheri ta ruhaniya hanya ce. Sannan, mutum zai jawo wadata ta halitta, kuma albarka za ta kwarara zuwa gare su daga tushen da ya sani da kuma tushen da ba su sani ba. Wannan doka ce ta Allah wadda ba ta da ma'ana. Game da farayi da mutane masu son kai, suna batar da rayuwarsu suna neman abin duniya, idanunsu koyaushe suna kan abin da wasu ke da shi, ko da .asusunsu yana cike da zinariya

Sai dai idan an yi watsi da son kai na duniya, duniya ba za ta iya sanin farin ciki ba Farin ciki yana zuwa ne kawai ta hanyar haɗin gwiwa ta ruhaniya. Yana zuwa ne lokacin da mutum ya ji bukatun wasu kamar nasu ne kuma ya yi wa wasu aiki yayin da yake .yi wa kansa aiki

Wani muhimmin umarni shine a guji yin shaidar karya.

Cin zarafin wani ta hanyar karkatar da gaskiya wata hanya ce ta lalata jituwar zamantakewa. Idan mutum yana son a yi masa alheri, ya kamata ya yi wa wasu daidai. Ya kamata a faɗi gaskiya koyaushe, amma dole ne a bambanta tsakanin faɗin gaskiya da kuma faɗin gaskiya kawai. Ambaton wani a matsayin gurgu ko makaho yana da illa da cutarwa; ya kamata mutum ya kula da yadda wasu ke ji kuma ya guji kunyata su. Haka nan, bayyana gaskiya da za ta ci amanar wani ba tare da wata manufa mai kyau ba shi ma kuskure ne. A gefe guda kuma, bai kamata mutum ya yi karya don guje wa faɗin gaskiya ba; maimakon haka, mutum zai iya yin .shiru a wasu yanayi don guje wa kunya ko cutar da wasu Dole ne mutum ya yi hattara da hassada, wata cuta mai halakarwa da ke cin zarafin kwanciyar hankali na rai. Yawan kwadayin abin da ke na wasu, haka nan rashin jin daɗi da bakin cikin mutum ke karuwa. Mai kishi yana rayuwa cikin wahala, ba ya taɓa sanin dandanon natsuwa. Ya fi kyau a gare su su girmama kansu, su dogara da kansu, su nemi .wadatar ruhaniya ta ciki

Mutuncin mutum da darajarsa ta zahiri sun fi duk abin da zai so ko ya yi marmarin mallaka. Allah yana bayyana a cikin kowane mutum ta hanyar da ba ta bayyana a cikin wani mutum ba. Fuskarsu ba ta kama da ta wani ba, kuma ransu ba ta kama da ta wani ba, domin a cikinsu akwai babbar taska ta dukkan halitta—kuma wannan babbar taska ita ce Allah

Muna son rayuwarmu ta haskaka da bunkasa da ayyukan alheri, ta kasance mai kamshi da farin ciki da annashuwa, kuma ta rayu har abada a cikin tunawa da .wadanda suka yaba mana

Idan mutum yana da imani mai kyau kuma yana yin aiki yadda ya kamata, zai fi farin ciki fiye da wadanda ba su da imani kuma ba sa yin ayyukansu a yakin rayuwa Imani mai kyau da aiki na adalci (wanda aka tallafa da kyawawan manufofi da kyawawan manufofi) suna nan a duk inda farin ciki ya kasance, kuma ana rasa su duk inda farin ciki ya kasance. Daga wannan, za mu iya kammala da cewa su muhimman yanayi guda biyu ne na farin ciki, wadanda ba za a iya cimma su ba tare da su ba. Wadanda ke son farin ciki suna buƙatar kawai su mallaki waɗannan muhimman abubuwa guda biyu, wadanda su ne ginshikansa da .ginshikansa

Mutane ba za su iya sarrafa, canza, ko goge sassan duniya marasa iyaka ba da nufinsu. Waɗannan sassan suna da alaƙa da juna sosai da tsarin rayuwar ɗan adam, kuma mutane ba za su iya aiki a ware daga gare su ba. Duk da haka, mutane za su iya sarrafa tunaninsu don daidaitawa da .wadannan sassan kuma su guji cutar da su

Kakanninmu sun fi mu farin ciki ba wai don suna da abubuwan duniya da jin daɗi fiye da mu a yanzu ba, ko kuma saboda ba su da sauƙin fuskantar matsalolin rayuwa, amma saboda suna da daidaiton tunani wanda ya ba su

kwanciyar hankali, kwanciyar hankali, gamsuwa, da kuma
.farin ciki a takaice

Ba su dogara ga yanayi na waje don farin cikinsu ba,
kuma ba su mika wuya ga yanayi na waje wanda zai hana su
ba. Jin dadinsu, kwanciyar hankali, farin ciki, da gamsuwa
sun kasance na halitta, na al'ada, lafiya, kuma mai dorewa.

Mu ma, ya kamata mu gina wadannan ji idan muna son
?samun farin ciki. Kuma wanene a cikinmu ba ya yin hakan

Kaddara sakamakon aikin da muka yi a baya na 'yancin
zabe ko 'yancin zabe Ta hanyar ayyukanmu na baya na
'yancin zabe, mun kawo kuma mun ci gaba da kawo wa
kanmu kaddara da kaddara. Duk da haka, ba a dāure mu da
abin da ya gabata ba, kuma ba a dāure mu da abin da ya
faru har abada ba. Za mu iya gyara abin da muka shuka da
kuma goge abin da muka rubuta idan muna so kuma muna
kokari mu gyara tafarkinmu da kuma inganta ingancin
.girbinmu

Idan muka kawar da irin ayyuka masu radadi sannan
muka shuka iri mafi dacewa da yanayin rai a madadinsu,
tabbas za mu girbe 'ya'yan farin ciki daga wadannan
kyawawan iri da aka shuka a cikin kasan rai. Dole ne mu yi
amfani da 'yancin zabe yanzu, yanzu ba gobe ba, idan muna
.son samun karin farin ciki ko rage wahala da zafi
Saboda haka, sharuɗɗan farin ciki suna cikin ɗan adam,
kuma abin da kawai zai yi shi ne ya magance wannan
daidaiton da ba ya kuskure, kuma sakamakon zai kasance a
gare shi idan ya yi mafi kyawun kimantawa kuma ya
magance shi

Ya Ubangiji, Allah Ya sa rayuwata ta cika da kuzarinka,
zuciyata da kasancewarka mai ta'aziyya da tausayi,
hankalina da hikimarka, raina kuma ya cika da saninka na
,Allah

A cikin kasan zukatanku, tsaban soyayya suna tsirowa,
suna shayar da waɗannan tsaba da ruwan soyayya ta duniya
da tausayin duniya baki ɗaya
Ikon tunani ba shi da iyaka, kuma saboda haka, idan ka
yi tunani sosai game da kowane batu, za ka sami amsar
.kowane tambaya da ta shafi wannan batu
Idan mutum ya sadaukar da dukkan aikinsa da
ayyukansa ga yi wa wasu hidima kuma ya cim ma su da
kyakkyawan tunani, to lallai ya cancanci a yi masa la'akari
.da shi da godiya
Bai kamata mu zama masu ra'ayin ɗaya ba, ya kamata
mu daidaita ayyukanmu mu kuma fifita ayyukanmu da
ayyukanmu, gwargwadon muhimmancin kowannenmu
Nauyi shine aikin da mutum ke yi da farin ciki ba don
neman abin duniya ba, kuma aikin ruhaniya da na ɗabi'a ya
.kamata su fara a rayuwa
Kowanne ɗan adam yana da karfin da ba a taɓa amfani
da shi ba. Suna da dukkan karfin da ake buƙata. Hankali
kansa iko ne mafi girma, kuma dole ne a 'yantar da shi daga
.ɗabi'u da ra'ayoyi na da da na wucin gadi
Tasirin duniyoyi da taurari akan rayuwar ɗan adam yana
faruwa ne sakamakon karfin jan hankali da kin yarda
.tsakanin duniyoyi da jikin ɗan adam
Mugayen tunani suna kai mutum ga yanayi mai cutarwa
inda zai iya bayyana kansa bisa ga sha'awarsa. Duk da haka,
mutum zai iya canza tunaninsa da saninsa ta hanyar karfin
zuciya, kuma sakamakon haka, muhallinsa. Idan mutum ya
dada a cikin yanayi mai cutarwa, wannan muhallin zai fara
rinjayarsa ba tare da saninsa ba. A tsawon lokaci, zai rasa
'yancinsa na zaɓar yanayi mai lafiya da kyau kuma ya zama
karkashin mummunan tasirin wannan yanayi mai cutarwa.
Waɗanda ke da karfin zuciya, a gefe guda kuma, suna cikin
.jituwa da Allah

Karfin tunani mai zurfi

Idan ka mayar da hasken rana ta gilashin kara girma zuwa wani karamin wuri, yana samar da zafi, kuma wannan zafin zai iya kunna itace, yadi, takarda, da sauransu. Hakazalika, idan ka mayar da hankalinka daidai, karfinsa mai karfi zai iya kone tushen shakka a bayan kowace gazawa .kuma ya bar hasken hikima ya haskaka da kyau Idan hankali ya daidaita da Allah, tushen dukkan alheri da kuma tushen dukkan iko mai albarka, zai fahimci kasancewar Allah kuma ya mallaki dukkan abubuwan da ke haifar da nasara. Waɗannan abubuwan suna da alaƙa da babban ikon Allah, wanda ke iya kirƙirar sabbin damammaki .don samun nasara a kowane fanni

Matsaloli da matsaloli suna tasowa ne daga rashin sanin ayyukan da suka gabata, waɗanda suka aikata a wani lokaci da wuri. Wahalar da suke sha a yanzu ta samo asali ne daga tunani da ayyukan da suka furta, waɗanda suka yi tushe a cikin kasan saninsu, suka tsiro suka zama shuka kuma suka ba da 'ya'ya waɗanda ke nuna halayen waɗannan tunani da .ayyukan

Jarabawa da wahala ba sa zuwa don karya mutum ko gurgunta nufinsa, sai dai don su sa shi ya yaba da girman Allah kuma ya girmama dokokinsa, ta hanyar da za su iya samun farin ciki na gaske Allah ba ya aika waɗannan jarabawa masu tsanani domin galibin su na ɗan adam ne. Abin da ake buƙata daga ɗan adam shi ne ya farkar da hankalinsa daga barcinsa na rashin kulawa da kuma fitowa .daga duhun jahilci zuwa hasken ilimi

A mafi yawan lokuta, hankalinmu yana yi mana alkawarin jin daɗi na ɗan lokaci amma a karshe yana kawo mana azaba da wahala mai tsawo. Duk da haka, gaskiya ɗabi'a da farin ciki ba sa yin alkawarin komai, amma a karshe suna ba mu farin ciki mai tsarki da ɗorewa. Wannan shine dalilin da ya sa nake ɗaukar farin ciki na ciki da na

dindindin a matsayin farin ciki na gaske, kuma jin daɗin
.sha'awa na ɗan lokaci a matsayin jin daɗi kawai

Idan ka kalli rana daga miliyoyi masu nisa a sararin
samaniya, wannan babban tauraro yana bayyana karami fiye
.da Duniyarmu

Duk da haka, diamita na Duniya yana da kimanin mil
7,900, yayin da diamita na Rana ya fi na Duniya sau ɗari.
Idan za ka iya sanya duniyarmu ta Duniya kai tsaye a gaban
Rana, zai bayyana a matsayin karamin digo idan aka
.kwatanta da Rana

Bari mu ɗauka cewa babban filin hasken rana yana
faɗaɗawa da faɗaɗawa har sai babban nauyinsa ya haɗiye
sararin samaniya mai shuɗi gaba ɗaya. Saman da muke gani
karamin ɓangare ne kawai, hakika karamin ɗigon ruwa ne,
.na sararin da ke ratsa sararin samaniya mara iyaka
Ko da rana ta ci gaba da faɗaɗawa da faɗaɗawa zuwa
sararin samaniya ba tare da wani ɓata lokaci ba, har yanzu
ba za ta iya kewaye da rashin iyaka ba
Mafarkin sararin samaniya na kankanta da iyaka yana
iyakancewa kuma yana hana hankali fahimtar wannan faɗin
.sararin samaniya

Daga ina wannan rashin komai ya fito, kuma ina
?iyakokinsa suke

Wanda ba ya karkashin girma ko ma'auni, wanda ba shi
da iyaka ko asali, shi ne Allah, wanda yake ko'ina kuma yana
wanzuwa a cikin mafi nisa na sararin samaniya. Yana cikin
taurari masu nisa, masu nisa Kamar yadda yake a cikinka da
kuma a cikina, yana sane da kowane sarari da yake ciki,
komai kankanta ko babba

Abin da ya gabata ba a san shi ga yawancin bil'adama
ba, ban da zaɓaɓɓun mutane kaɗan masu wayewa Duk da
haka, rashin sanin abin da ya gabata shi ma yana da amfani
a gare mu. Domin da mun san duk abin da muka yi a
wannan rayuwa da kuma a rayuwarmu ta baya, da yawan
ayyukanmu ya mamaye mu kuma ya ruɗe mu gaba ɗaya.
Nufinmu ma yana iya gurgunta ta hanyar girgiza, yana sa
mu kasa ci gaba da ayyukanmu kuma ya bar mu abin
farauta don yanke kauna. Ko da a cikin wannan rayuwar
duniya, mantawa albarka ce daga Allah, yana hana
tunaninmu da ji daga tunawa da abubuwan da suka gabata,
musamman waɗanda suka yi ɗaci da raɗaɗi. Abin farin ciki,
walkiyar allahntaka a cikinmu koyaushe tana haskakawa da
bege da sha'awar ci gaba da tafiya ta rayuwa mara karewa.
Dole ne mu gode wa Allah don waɗannan ni'imomin guda
biyu: ikon mantawa da abin da ya gabata da bege na nan
.gaba

Bai kamata mu yanke hukuncin cewa kaddara tana
kawo cikas ga 'yancin zaɓe ba. Duk da haka, dole ne mu yi
iya koƙarinmu don tsayayya da mummunan tasirin da
yawancin mutane ke dangantawa da kaddara da kaddara,
kuma mu yi amfani da 'yancin zaɓinmu bisa ga imaninmu na
ciki, muddin waɗannan imani sun dogara ne akan imani mai
kyau kuma an gina su ne bisa dokokin Allah, waɗanda ba
tare da su ba mutum ba zai iya ɗanɗana farin ciki na gaske
.ba

Idan muka fara wani aiki, bai kamata mu tsorata da
mummunan yanayi ba, sai dai mu kasance masu
kyakkyawan fata, tare da cikakken imani cewa babu abin da
zai iya hana mu aiwatar da nufinmu da kuma amfani da
'yancin zaɓe

Mutane galibi suna kama da ganyen da ke shawagi a saman kogi, kuma dole ne su janye kansu daga kwararar halaye na atomatik da ke kai su zuwa ga magudanar ruwa ta mafarki da halaka. Yawancin mutane ba sa nuna damuwa .kuma suna barin kansu su yarda da gugumar ta tafi da su

Idan muka kasa cimma burinmu, abin yarda ne mu yarda da cewa akwai cikas na cimma burinmu wanda ya hana mu cimma shi. Dole ne mu dage mu kuma ninka kokarinmu don cimma sakamakon da muke so. Dole ne mu kuma tabbatar wa kanmu cewa komai karfi da karfin cikas da kalubalen da za su iya kasancewa, har yanzu muna da karfin shawo kansu. Ko da mun gaza duk da duk kokarinmu, babu bukatar yanke kauna ko takaici, muddin mun fahimci cewa nufin dan adam ya fi kaddara karfi, wanda hakan namu ne. Saboda haka, bai kamata mu daina kokarin ba, komai yawan lokacin da muka gaza, domin akwai kofofi a bude koyaushe. Kawai muna bukatar mu ci gaba da kokari da maimaita kokarin har sai an bamu nasara. Allah zai bamu taimako muddin muka dogara gare Shi kuma muka yi kokarin da ya dace [Wanda ya bi hanyar zai isa inda muke so, kuma wanda ya dogara ga Allah ba zai yi takaici ba]

Idan mutum yana sha'awar wani abu mai karfi da dagewa, wannan sha'awar ba ta taɓa barin tunaninsa ba, duk inda ya je da duk abin da ya dame shi, Ta hanyar ayyukansa na yau da kullun da ba sa gajiya, wannan sha'awar tana da kuduri da kuzari mai yawa. Wannan raɗawar ciki ta fi karfi da tasiri fiye da addu'ar da aka yi da hannu, wadda ke motsa leɓuna kawai. Wannan shine yadda waɗanda ke kaunar Allah suke yi. Suna raɗawar kaunarsu gare Shi ba tare da karewa ba, raɗawar zuciyarsu ba ta

dawwama a cikin ayyukansu na yau da kullun. Wannan radawar zuciya ba ta dauke musu hankali ko kuma ta saba wa sauran ayyukansu. Yayin da sha'awarsu ga Allah ke karuwa, kaunarsu ga Shi tana zurfafawa da karfi, har sai sun fuskanci kasancewarsa kuma sun ga haskensu da idon rai. Suna dandani farin ciki mai yawa kuma suna jin kwanciyar .hankali fiye da yadda aka kwatanta

Allah yana aiko mana da darussan da muke bukata a rayuwa domin mu amfana da su mu kuma sami fahimta da gogewa Duk wanda ya guji wadannan darussan za a tilasta masa ya koyi su komai tsawon lokacin da zai dauka

Kowace jarrabawa aboki ne idan muka koya daga gare ta, kuma azzalumi ne idan muka batar da damar muka yi amfani da ita ba tare da amfani da ita ba tare da gunaguni, .fushi, da kuma rashin adalci

Idan muka fahimci rayuwa da kyau, za ta yi kyau kuma .ba ta da rikitarwa

-

lamuran tunani

Mutum ba zai iya ci gaba da rayuwa cikin farin ciki har abada ba, ya nutse cikin ruwan bakin ciki mai cike da rudani, ko kuma ya nutse cikin zurfin gundura. A cikin wannan duniyar da ke cike da abubuwa biyu masu karo da juna, matsakaicin mutum yana fuskantar hawa da sauka - yana tashi a kan rakuman farin ciki, yana nutsewa cikin zurfin

rashin kulawa, kuma yana jujjuyawa ta rakuman bakin ciki masu karfi - ba kasafai yake fuskantar wata yanayi ta sani .ba

Barin yanayi ya rinjayi tunanin mutum ta wannan hanyar yana nufin mika wa mutum nufinsa ga kaddara mai cike da son rai da kuma canzawa koyaushe Abin da mutum ke bukata don rayuwa mai nasara da gamsuwa shine daidaiton tunani, kuma wannan za a iya cimma shi ne kawai ta hanyar tunani mai zurfi da iko kan ikon motsin zuciyar .mutum

Ko da bakin cikin da ya fi zurfi yana warkarwa da lokaci, don haka babu amfanin zama cikin bakin ciki kowace rana ta rayuwarmu Kullum bakin cikin rashin kaunataccen mutum ba ya taimaka mana ko su, kuma ba ya canza komai. Hakazalika, gina wani yanayi na rashin karfi ko hukunta kai saboda kurakurai ko gazawar da suka gabata ba shi da amfani; yana sa rayuwa ta zama abin bakin ciki kuma yana .hana tunanin mutum

Bai kamata mu bari mu fada cikin ramin al'ada mai ban sha'awa ba, domin wannan yanayi ne na tunani wanda ba shi da daɗi, domin yana damun hankali kuma yana kone .iyawar boye a cikin wutar rashin kulawa

Dole ne a kawar da gazawa daga tushenta, kuma dole ne a noma gonakin rayuwa da himma da jajircewa sannan a

shuka iri na alheri domin a girbe girbi mai yawa, tare da
.taimakon Allah

Yi wani abu da babu wanda ya taɓa yi a da—wani abu
da zai ba duniya mamaki Nuna cewa ikon Allah na kirƙira
yana aiki ta cikinka

Mutane masu natsuwa da ɗabi'a masu kyau suna
taimakawa wajen sanya tunaninmu ya zama mai jan hankali
da lafiya. Ba abu ne mai wahala a tantance ko mutum yana
samun isasshen iliminsa daga yanayi mai natsuwa ko mai
cike da rudani ba. Damuwa, damuwa, da ruɗani duk suna
fitowa ne daga hulɗa da mutanen da ba daidai ba, ko abokai
ko dangi, wanda ke haifar da tunani mai ban tsoro da yanayi
.mai wahala

Jiki yana samun kuzari da aiki daga abinci na zahiri,
yayin da abinci mai maganadisu ke ba wa jiki da tunani
kuzarin kuzari waɗanda suka fi sauƙin narkewa fiye da abinci
mai karfi da ruwa waɗanda ba za a iya canza su cikin sauƙi
.zuwa makamashin rai ba

Lokacin da za ka iya canza jahilci zuwa hikima, rauni da
rauni zuwa lafiya da kuzari, kuma ka yi tafiya cikin aminci da
karfin hali—ko da kai kaɗai—ta hanyoyin rayuwa, kuma ka
sami farin ciki na ciki wajen samun lamiri mai rai da tsaro, da
imani mara misaltuwa ga adalcin Allah da nasarar adalcin
Allah akan kuskure da gaskiya akan ruɗani, kuma lokacin da
kake ƙoƙari kowace rana don ɗaga tunaninka zuwa mata kai
mafi girma da inganci, kuma ka sami zuciya mai ƙauna da
godiya da kyawawan niyya ga wasu, abincinka na hankali zai
zama mai jan hankali, kuma za ka jawo hankalin kanka duk
abin da ke da kyau da amfani—abubuwa, mutane, da yanayi
—waɗanda suke da mahimmanci don ci gaba da tafiyarka

zuwa ga gabar tsaro da aminci. A karshe, lokacin da ka yi
kokari don samun abin da kake bukata kuma ka gamsu da
abin da Allah ya tanadar, za ka kasance mai wadata a cikin
ruhi kuma ka gamsu fiye da waɗanda sha'awar duniya ta
.mamaye su kuma suke kwaɗayi ga jin daɗinta na ɗan lokaci

Tausayi ita ce gadar da ke haɗa kowace rai da sauran
rayuka Tausayi ita ce kofar kowace zuciya

Idan mutum ya nemi Allah, wanda shi kaɗai ne abokin
gaskiya fiye da sauran, zai yiwu a kafa abota ta gaskiya a
cikin dukkan dangantakar ɗan adam - zumunci ta iyali, ta
'yan'uwa, ta aure, da ta ruhaniya Abota muhimmin abu ne a
cikin dangantakar aure, kuma kusanci ta hankali da ta
motsin rai, jin sha'awar ruhaniya, da kuma soyayya ta
gaskiya ya kamata ya zama fifiko. Waɗanda suka kasa
bambance tsakanin soyayya ta gaskiya da sha'awar jiki suna
.jin takaici akai-akai

Idan aure ya ginu bisa manyan manufofi da girmama
juna, zai zama haɗin kai mai farin ciki da nasara tsakanin
rayuka biyu masu kauna da haɗin kai waɗanda ke rage wa
juna nauyin rayuwa da kuma kawar da damuwar rayuwa
.cikin tausayi da fahimtar juna

Babu wanda zai iya iko da ni ko ya kwace min wasiyyata
sai na bar tunani da ayyukan wasu su yi tasiri a kaina
Idan ka takaita tunaninka ga abu mai mahimmanci, za
ka ga komai daga mahangar zahiri. Amma da zarar ka ɗaga
hankalinka zuwa ga yanayin wayewar ruhaniya, za ka ga
hasken Allah mai yaɗuwa yana gudana fiye da dukkan abu,
.kuma za ka ga komai daga mahangar ruhaniya

Ya Ubangiji, na fahimci ina da dama marar iyaka don
bincika iyawata da kuma gano damar ruhaniya ta. A yau zan
cika tunanina da kyakkyawan fata kuma in nisantar da kaina
daga abubuwan da ba su da da'ifi. Zan yi aiki da abin da zai
kula da jikina, hankalina, da ruhina ta hanyar da ta dace da
.jituwa

Zan maye gurbin abubuwan da aka haɗa da su da
manyar buri
Kuma zan fahimci cewa ruhun aminci yana tare da ni
koyaushe

Rawar rai da mutuwa tana nan a koyaushe, amma zan
'yantar da kaina har abada ta hanyar ceton asalin
ruhaniyata. Kuma lokacin da na fuskanci guguwar gwaji da
wahala, zan tashi a cikin jirgin ruwa na ruhaniya a kan tekun
.rai zuwa gaɓar teku mai aminci da allahntaka

Idan na yi aiki kuma na kirƙira, zan tuna cewa Allah
yana aiki ta wurina Shi ne Ubangijin halittu, kuma zan iya
.haɗuwa da Shi ta hanyar zurfafa tunani a kansa

Allahna kaunatacce, na fahimci cewa tunanina zai kawo
mini ko dai gazawa ko nasara, ya danganta da wace ra'ayi
ce ta fi ƙarfi a rayuwata. Kuma zan yi ƙoƙarin tuna cewa
kana miƙa hannun taimakonka kuma kana shirya hanya don
.nasarata

Idan bala'o'i da rashin sa'a suka same ni, zan tattara
karfina in karfafa kudurina na shawo kansu. Zan kasance
mai gaskiya da gaskiya a cikin mu'amalata da kowa, kuma
zan yada tunanin kauna da kyawawan fata. Sannan Allah zai
.tallafa mini da ikonsa da hikimarsa

Cututtukan Ruhaniya da kuma maganinsu
Jagora Paramhansa Yogananda

Ka yi kokarin tunanin gungun mutane masu kama da
:mutane wadanda ba su da daidaito da rashin jituwa
Daya mai karamin kai girman wake da kuma babban jiki
!girman rakumi
Wani kuma yana da hannu mai karfi kamar hannun
!Samson ko Hercules da kuma jiki kamar jikin dwarf
Kuma na uku yana da kan babban giwa da kuma jikin
!beraye masu ban tsoro
Shin wannan yanayin ba zai zama abin mamaki da ban
mamaki a gare ku ba, ko kuma abin bakin ciki da nadama,
idan kwatsam kuka ga taron wadannan halittu masu ban
?mamaki da rikitarwa
Yanzu ka yi tunanin wani rukunin mutane wadanda suke
da tsari da kamanni na yau da kullun, amma ba su da
.daidaito a tunani kuma suna da nakasa a fannin tunani
Kamar yadda tufafi ke boye raunuka, raunuka, da
sauran nakasu a jiki, haka nan jiki mai karfi, lafiyayye da
kuma kyakkyawar fuska mai haske ke boye cututtuka masu
.tsanani da nakasu a haihuwa
Idan za ka haɗu da taron jama'a na yau da kullun
wadanda aka bambanta su da kyawun kamanninsu da
lafiyarsu, kuma idan ka sami damar shiga jikin tunaninsu da
hangen nesa na ruhaniya, abin mamaki zai zama abin
mamaki, kuma za ka iya jin bakin ciki mai yawa game da
.abin da za ka gano

:Za ku iya lura da jikinsu na kwakwalwa kamar haka
Hankali yana wakiltar kai, ji da motsin rai da jiki, da
kuma nufin hannuwa da kafafu waɗanda duk ba su da kyau,
.marasa lafiya, da kuma nakasassu

Za ku ga cewa wasu suna da karamin kai mai hikima
mara ci gaba, wanda aka dora a kan jiki mai laushi wanda ya
.kumbura da buri na son kai da sha'awa mai ban sha'awa
Haka kuma za ku ga cewa wasu mutane suna da jiki
wanda ba shi da ji da kuzari, duk da cewa suna da hannu
.mai karfi da aiki

Wasu na iya samun babban kwakwalwa mai kirkire-
kirkire, amma tausayinsu da karfin motsin zuciyarsu sun
ragu kuma sun yi rauni. Akwai kuma wani nau'in mutanen da
ke da yanayin jiki da na hankali na yau da kullun, amma
waɗanda karfin zuciyarsu da kame kansu ko dai suna da
.rauni ko kuma sun gurgunta

Kuma jerin abubuwan lura suna ci gaba kuma a ranar

!Mayu za ku rayu tsawon rai

Irin waɗannan karkatattun tunani marasa adadi a cikin
jikin tunani waɗanda ba su da ci gaba a wasu fannoni kuma
sun fi girma a wasu, hakika suna nan - kodayake a boye - a
cikin mutane. Suna haifar musu da ciwon tunani kuma suna
hana su nuna baiwa da iyawarsu kamar yadda ya kamata a
.nuna su

Magance wasu cututtukan tabin hankali a nan na iya
taimakawa wajen gano musabbabin dukkan matsalolin ɗan
adam, ta yadda akalla duk waɗanda ke fama da su za su san
su, ko da ba su san kansu ba, ta yadda za su iya fahimtar
yanayin waɗannan lahani, alamunsu, da kuma shigarsu cikin
ruhi cikin shiru, ta yadda za su iya tunkarar halakar zaman
.lafiya da farin ciki da ke addabarsu

bakin ciki na ruhaniya

Wannan cuta ta yaɗu a tsakanin waɗanda ba su da aikin
tunani da jiki a karkashin hujjar cewa suna cikin mawuyacin
hali a cikin al'amuran ruhaniya. Waɗannan mutanen da ke

fama da wannan cuta suna yin sakaci da manyan ayyuka da
kananan ayyuka na rayuwa a karkashin sunan bauta wa
Allah, don haka suna buɗe kansu ga Shaidan, wanda zai iya
cutar da su sosai. Suna fama da rashin bege da rashin
godiya ga duk wani abu mai amfani ko kyau da ke kewaye
da su. Wannan cuta ce mai yaɗuwa, kuma duk waɗanda ke
da burin ruhaniya dole ne su yi taka tsantsan da ita kuma su
'yantar da kansu daga gare ta ta hanyar ci gaba da kiyaye
kuzarinsu da kuma kariyar jikinsu ta hanyar tunani mai kyau,
.kyakkyawan fata, da aiki mai kyau, mai amfani
rashin narkewar abinci a ruhaniya

Wannan yana faruwa ne sakamakon rashin daidaituwa
(guzzling), wato, shan kwayoyi masu yawa da aka riga aka yi
wa magani a karkashin sunaye masu sheki, kuma aka
gabatar da su a cikin nau'in littattafan ruhaniya na bogi da
darussa daga "likitocin ruhaniya" waɗanda suka kware a
.fannin sihiri da sihiri

Wannan cuta ba wai kawai tana kashe yunwar ruhaniya
ta sanin gaskiya ba, har ma tana lalata ikon bambance
tsakanin nagarta da mugunta, amfani da cutarwa

Wanda yake ci gaba da cin ra'ayoyin tauhidi kuma yana
cin duk abin da ya faɗa hannunsa, ba wai kawai zai ci abinci
mai yawa ba, har ma zai ci ra'ayoyi masu guba tare da
waɗanda ke da amfani, yana jawo wa kansa rashin narkewar
.abinci a hankali, don haka mutuwar ruhaniya a hankali

Yin nazari mai yawa da ci gaba da nazari kan ra'ayoyi
daban-daban na ruhaniya da falsafa, ba tare da fahimta ko
koƙarin narkar da su da kuma bincika su ta hanyar gogewa
ta mutum don tabbatar da ingancinsu ba, a karshe yana
haifar da shakku, rashin kulawa, da rashin amincewa ga
.dukkar ka'idodi da dokoki na ruhaniya

Sha'awa da sha'awa

Waɗanda ke fama da wannan cuta suna rayuwa a
banza, rayuwa mara ma'ana saboda suna da kuɗi da lokaci

da yawa, kuma saboda ba su da manufa da fahimtar rayuwa
.yadda ya kamata

Wadannan mutane sha'awarsu ce ke motsa su; suna yin
duk abin da ya zo musu a rai kuma suna faranta musu rai.
Suna cika rayuwarsu da littattafai masu rahusa, marasa
amfani, fina-finai masu ban sha'awa, da nishadi marasa
amfani. Ba sa fahimtar cewa suna fama da wannan cuta mai
hadari har sai sun fuskanci babban girgiza ko raunin jijiya -
.wato, bayan an gama lalacewar
sanyin hankali

Wannan yanayin yana da wani suna: yanke kauna
Mutum ba ya taba sanin lokacin da zai buge kuma yana
fama da alamunsa masu ban tausayi, kamar rashin bege,
rashin hakuri, damuwa, da rashin hakuri Mafi muni kuma,
sau da yawa yana tsawaitawa, kuma wadanda abin ya shafa
sau da yawa suna sake dawowa cikin sauki, koda kuwa sun
.yi imanin sun warke cikin sauri
Ciwon kwakwalwa

Wannan rashin lafiya yana faruwa ne ta hanyar damuwa
ta yau da kullun game da duniya. Wadanda ke fama da ita
galibi suna sakaci da amfani da makamin karfinsu don haka
suna mika wuya ga tsoronsu na yau da kullun maimakon
fuskantar su da karfin hali da kawar da su a lokacin
.kuruciyarsu

rashin haɗin kai na tunani
Wadanda wannan cuta ta shafa suna zama masu bin
diddigin farin ciki. Suna imani da cewa farin ciki yana cikin
tara dukiya, samun suna, ko mallakar lafiya ko iko, suna
sadaukar da komai—lafiya, kyakkyawan suna, kwanciyar
hankali, girmamawa, da mutunci—a kan bagadin burinsu
mai zafi. Sun makara, sun fahimci cewa rayuwa mai daidaito
ce kawai, wacce ke girmama dokokin yanayi da ka'idodin
Allah, kuma tana daidaita ayyuka da natsuwa, za ta iya kawo
.farin ciki na gaske da kuma cika manufar rayuwa mai daraja

Wadanda ke fama da rashin lafiyar alakar da ba ta da

kyau suna shagaltuwa da tunanin sha'awa mara iyaka,
wanda ke haifar da ra'ayi mara kyau game da rayuwa.

Misali, wani ɗan kasuwa ya sami babban nasara kuma ya
tara dukiya, amma kafin ya ji daɗin dukiyarsa, ya sami rauni
a cikin juyayi saboda damuwa da tsoro mai yawa, kuma ya
.mutu cikin bakin ciki

Wasu kuma sun yi imanin cewa komai ya halatta domin
cimma burin. Saboda wannan rudanin, sun rasa ainihin
manufarsu kuma ba sa iya cimma ko da karamin gamsuwa,
koda kuwa suna da waɗannan abubuwan da suke fata,
domin yanayin ɗan adam yana da faɗi kuma yana da fuskoki
da yawa kuma yana buƙatar daidaiton ci gaba a kowane
.mataki

Mannewa ta ruhaniya makaho

Wannan tsattsauran ra'ayi na wasu imani ya samo asali
ne daga manne wa takamaiman ra'ayoyi da ra'ayoyi ba tare
da yin tambaya ko bincika su ba, don haka yana haifar da
fushi da kiyayya ga duk wani ra'ayi na ruhaniya mai kyau ko
tunani mai buɗewa da 'yanci. Wannan kebewa yana haifar
da tawaye ga dokokin Allah, waɗanda ke bayyana a cikin
ingancin tunani, jin daɗin duniya, lafiyar hankali da ta jiki, da
.kauna da girmamawa ga mutane na kowane asali

Koyar da ka'idodin ruhaniya

Saboda cututtukan jiki suna da sauƙin gani, masu zafi,
kuma marasa daɗi, suna karfafa mu mu yi tsayayya da su
sosai, suna sa mu yi koƙarin shawo kansu ta hanyoyi daban-
daban na magani, daga motsa jiki da abinci mai kyau zuwa
magunguna da magunguna daban-daban. Duk da haka,
cututtukan tunani, duk da cewa su ne tushen dukkan ciwo da
tsoro na ɗan adam, ba a hana su ko magance su da
gaggawa ba, kuma ana barin su su haifar da barna da lalata
.a rayuwarmu

Malamai, malaman ilimin motsa jiki, masu wa'azi, masu gyara, likitoci, da 'yan majalisa za su iya ci gaba da ci gaba idan suka fara koyo, suna farawa da kansu, sannan su koya wa wasu hanyoyin da suka dace don haɓaka ɗabi'ar ɗan adam cikin daidaito da jituwa, daidai da dokokin rayuwa da ka'idodin rayuwa mai lafiya Wannan shine ingantaccen ilimi da al'adun ɗan adam da mutane a ko'ina cikin duniya ke .bukata

Cibiyoyin ilimi suna ganin ba zai yiwu a koyar da muhimman abubuwa na ruhaniya a makarantun gwamnati ba saboda ruɗani da ake gani tsakanin waɗannan ka'idodi da kuma koyarwar addinai daban-daban. Duk da haka, idan waɗannan cibiyoyi suka mai da hankali kan ka'idodin zaman lafiya, kauna, hidima, bangaskiya, buɗe zuciya, da kuma karɓar wasu—waɗanda suka kasance masu karfi a ruhaniya —kuma suka kirkiro hanyoyin aiki don dasa waɗannan ka'idodi a cikin kasa mai albarka ta tunanin yara da rayukansu, za a iya samun mafita mai ma'ana kuma mai karɓuwa ga wannan wahalar da aka yi zato da kuma wadda aka yi zato. Babban kuskure ne a yi watsi da wannan batu .kawai saboda matsalolin da ake fuskanta da shi Yawancin waɗanda suka kammala karatun jami'a suna barin jami'a da kawunansu masu nauyi da kumbura daga abubuwan da ke cikin littattafai har da wuya su iya tafiya a kan hanyoyin rayuwa, domin karfin zuciyarsu da kamun kansu sun kusa gurgunta saboda sakaci da rashin amfani da su. Saboda haka, za ka gan su suna yin abin da ba shi da kyau da kuma lalacewa, suna gaggawa cikin rashin daidaiton aure, suna amfani da jima'i ba daidai ba, suna bin kuɗi, kuma suna faɗuwa a ayyukansu saboda ba su koyi yadda ake amfani da wuka mai kaifi na basirarsu da aka inganta a fannin ilimi ba. Sakamakon haka, suna yanke kansu suna .cutar da kansu

Abin mamaki, matasa da yawa suna jin daɗin yin ayyukan da ke kawo musu lahani da wahala. Wasu suna

amfani da sata da sauran munanan ayyuka, har ma da laifuka, ba tare da wani katangewa ko hana su ba. Waɗanda suka kasa hana yaɗuwar munanan ayyuka a cikin al'umma suna karfafa halayen wasu marasa kyau. Kowane mutum mai lamiri da imani na gaske ya kamata ya zama kyakkyawan misali ga wasu dangane da gaskiya, gaskiya, mutunci, da girmama kai. Makarantu, kwalejoji, jami'o'i, da cibiyoyin zamantakewa ba sa samar da isassun hanyoyin kimiyya don rage laifuka ta hanyar magance tushen abubuwan da ke haifar da su, waɗanda galibi ake samu a .cikin tunani

Ya kamata a kuma kafa makarantu na musamman domin koyar da fasahar rayuwa mai farin ciki da nasara, don .haɓaka damar mutum da kuma haɓaka iyawarsa Irin waɗannan makarantu za su kasance kamar lambuna da wuraren shakatawa inda hankalin matasa ke girma da bunkasa. Dole ne a zaɓi masu ilimi a hankali kuma a tabbatar da cewa suna da haɗin gwiwar iyaye da al'umma. Waɗannan makarantu za su taimaka wajen tsara mutane yadda ya kamata. Dole ne a tuna cewa abincin ruhaniya na mutum a farkon matakinsa yana kayyade lafiyarsa da ikonsa na girma daga baya Hanyoyin horar da hankali da na jiki da ake amfani da su a makarantun zamani babu shakka suna da amfani, amma ba su da tushe na ruhaniya Idan ba tare da haɓaka dabi'a mai kyau ba, ci gaba ba zai cika ba Dole ne a koyar da ilimin ci gaban jiki, tunani, da ruhaniya ga matasa waɗanda hankalinsu har yanzu yana da taushi da sassauka kuma waɗanda ba a taɓa amfani da .ikonsu ta wasu hanyoyi ba tukuna Bayan cikakken horo, d'aliban waɗannan makarantu ya kamata su yi gwaje-gwaje masu zurfi akai-akai, kuma takaddun shaidar da aka samu za su kasance lafiya mai kyau, suna mai kyau, inganci, wadata ta duniya da ta .ruhaniya, farin ciki, nasara, da kuma amincewa da kai

Za a tantance sakamakon jarrabawar karshe a karshen
wannan tafiya ta duniya bisa ga jimillar nasarorin tunani da
na ruhaniya da takaddun shaida da aka samu a lokacin
.kananan gwaje-gwajen a tsawon rayuwa
Wadanda suka yi fice a wannan jarrabawa ta karshe,
mafi girma za su sami takardar shaidar wadatar kai da kuma
.lamiri mai 'yanci, tsarkakakke, da farin ciki
Kuma albarkatu an rubuta su har abada a shafin rai
Ba za a yi amfani da wannan kyautar da ba kasafai ake
samunta ba ta hanyar kwari
Kuma hannun farayi ba zai kai gare shi ba
Ko kuma lokaci zai goge shi
Zai yi aiki a matsayin fasfo
Domin zama memba na girmamawa a cikin Righteous
Group

Ina farin ciki yake?
**Allah, cikin rahamarsa mai girma, ya bamu farin
ciki da wahayinsa**
Kuma yana bamu rayuwa ta gaske
Hikima ta gaskiya
Kuma farin ciki na gaske
**Fahimtar gaskiya tana zuwa ne ta hanyar dukkan
abubuwan da suka faru a rayuwarmu daban-daban**
**Amma daukakar Allah tana bayyana ne kawai a
cikin kwanciyar hankali ta ruhaniya da rai ke fuskanta
da kuma kokarin da hankali ke yi na daidaita da Shi. A
can, muna tsaye fuska da fuska da gaskiya a waje,
rudu suna da karfi sosai, kuma kadan ne za su iya
tserewa daga tasirin muhallin waje. Duniya ta ci gaba
da rikitarwa marasa iyaka da gwaje-gwaje marasa
adadi. Muryar Allah tana bayan bayyanar rayuwa,
tana kira gare mu koyaushe kuma tana yi mana
magana daga furanni, nassosi, lamirinmu, da kuma**

duk kyawawan abubuwan da ke sa rayuwa ta cancanci rayuwa.

Da zarar mun mai da hankali kan abubuwan waje, haka nan za mu iya samun d'aukaka ta ciki; kuma da zarar mun juya zuwa ciki, da karancin wahalhalun waje da muke fuskanta. Daidaito ce ta dindindin. Amma yawancin mutane ba su fahimci wannan gaskiyar ba saboda tasirin abota ta duniya, al'ummar da suke rayuwa a ciki, da halaye marasa kyau. Al'umma tana sa mutum ya nutse cikin al'amuran waje, yana hana shi yin tunani game da gaskiya mai zurfi.

Har ma wurare na ruhaniya wasu suna ziyartar su ba tare da sha'awar gaske ta amfana daga yanayinsu mai albarka ba, don haka ba sa samun wani abin lura daga waɗannan ziyarar.

Duk wanda yake son ganin Allah zai same shi a ko'ina. Halayen ɗan adam suna da barna, masu cin nama, kuma masu cin nama; suna lalatawa, suna lalatawa, kuma suna lalatawa. Lokaci ya yi da ɗan adam zai koyi yadda ake farin ciki da gamsuwa da abin da ke da shi. Bai kamata mu so wani abu fiye da abin da ya zo mana ba. Allah mai karimci ne; Ya san abin da muke bukata kuma yana ba da shi a kan lokaci. Wannan ba yana nufin ya kamata mu dogara ga Allah ba tare da yin wani kokari ba. Ba ko kaɗan ba yana nufin ya kamata mu yi iya kokarinmu mu bar sauran ga Allah, wanda ba zai taɓa hana mu abin da muke bukata da abin da muka cancanta ba.

Hanya mafi kyau ta samun farin ciki har abada ita ce jin kasancewar Allah Babban burinmu ya kamata ya zama sanin Allah da kuma kudurin kasancewa tare da shi. Allah ya kamata ya zama na farko a cikin tunaninmu da ji, kuma ya kamata mu yi la'akari da shi ginshiki mafi karfi da karfi a rayuwarmu.

(Don haka ku yi riko da igiyar Allah, ku nemi mafaka a gare shi)

Domin shi ne ginshiki idan duk sauran ginshikai suka gaza ka

Na fahimci cewa manufar rayuwa ita ce sanin Allah. Akwai wadanda ba za su yarda cewa neman Allah shine babban burin rayuwa ba. Amma babu wanda zai iya musanta cewa manufar rayuwa ita ce samun farin ciki. Kuma ina cewa da cikakken kwarin gwiwa da tabbacin cewa Allah shine babban farin ciki. Shi ne babban farin ciki. Shi ne cikakken kauna ta duniya. Shi ne farin ciki na har abada wanda ba ya barin rayukan wadanda suka yi daidai da Shi. Don haka me ya sa ba za mu yi kokari mu sami cikakkiyar farin ciki ba? Babu wanda zai iya ba mu. Dole ne mu ci gaba da noma da kuma kula da shi a cikin kanmu. Karfin yanayi yana kokari ba tare da gajiya ba don bai wa mutane jin dadin duniya, amma irin wadannan jin dadi na dan lokaci a karshe suna haifar da nadama, daci, da nadama. Har ma mutumin da ya fi sa'a, wanda ya yi kama da yana da komai, har yanzu ba zai iya zama mai farin ciki da gaske ba. Ba za su dade da gamsuwa da abubuwan duniya ba saboda wadannan abubuwan ba sa kashe kishirwarsu ta gaske ko kuma su gamsar da yunwar ruhaniyarsu.

Dukiya tana ba da kwanciyar hankali na karya da gamsuwa mai jinkiri. Duniya gaba daya tana cikin rudani da rudani, wadanda sha'awar son kai da kwadayi ke haifarwa. Babu wani abu da ke haifar da yaki.

Jarumi na gaske a yakin rayuwa shine wanda ya ci nasara a kansa kuma ya shawo kan sha'awarsa Kudɓi, shahara, sha'awa, da duk abin da ya saba wa wannan ka'ida suna cutar da zaman lafiyarmu da farin cikinmu. Idan mutane suka koyi koyaushe su yi tunani

game da ainihin dabi'un rayuwa, za su sami farin cikin da suke nema, amma sun kauce daga manufarsu kuma guguwar sha'awar duniya ta d'auke su. Na gano cewa babu wata jarabawa da za ta iya karkatar da ni daga hanyar da na zaɓa kuma na bi don kaina.

Zan iya jan hankalin dubbai da ikon da Allah ya ba ni, amma wannan hanyar za ta yi mini illa. Koma dai mene ne, ba na son jan hankalin dubbai da kuma jan hankalin su. Ina so ne kawai in ga almajirai masu gaskiya da suka dage cikin Allah. Waɗanda suke kaunar Allah za su ji daɗin waɗannan ra'ayoyin, kuma waɗanda himmarsu ta ci gaba za su ji albarkar Allah da kasancewarsa ta hanyar waɗannan koyarwar.

Ba zai yiwu mutum ya yaudari Allah ba, domin yana nan a koyaushe, yana sanin abin da ke cikin tunaninsa da abin da yake so. Lokacin da suka yi watsi da duniya suka kuma yi marmarin jituwa ta ruhaniya, Allah zai zo gare su. Lokacin da wannan sha'awar ta yi tushe a cikin zuciyar wanda ke nemanta, Allah ya zo ga wannan zuciyar ya cika ta da alheri da albarka. Abu d'aya tilo da ya cancanci rayuwa a kai shi ne a kasance cikin jituwa da Allah da kuma samun yardarsa. Wannan jituwa dole ne ta zama alkawari na har abada da alkawari mara karyawa (waɗanda suka kiyaye alkawarin Allah kuma ba sa karya ta)

Kowa yana son arziki fiye da wasu Ko da sun same shi, ba sa gamsuwa, suna gano cewa wani yana da wadata. Mutane suna rayuwa cikin ruɗani na wahalar da kansu, waɗanda sha'awarsu ke motsa su. Dole ne mu gamsu da abin da muke da shi. Dukiya ba ta kawo farin ciki ba; maimakon haka, sau da yawa suna kara damuwa, damuwa, da tsoro.

Hanya zuwa ga Allah ita ce hanya mafi sauƙi kuma mafi sauƙi, duk da haka kaɗan ne ke tafiya a cikinta

duk da yawan al'adu da ka'idodi na addini. Ya fi kyau mu juya zukanmu ga Allah mu roke Shi abin da ya fi kyau kuma mafi dorewa a gare mu. A gaskiya, Allah yana jiran mu domin yana son ya nisantar da mu daga mugunta da hadari. Yana son mu tare da Shi a cikin zukanmu da tunaninmu domin kayan duniya masu arha ba za su iya biyan buƙatar ɗan adam ba ko kuma su cike gurbin ruhaniya da muke ji a cikin zuciyarmu. Allah koyaushe yana magana da mu, amma kaɗan ne ke jin muryarsa. Wannan muryar mai natsuwa sau da yawa tana nutsar da ita da hayaniya da sha'awa bayyanannu. Amma lokacin da tunani ya kwanta kuma sha'awa ta natsu, muna jin muryar Allah a sarari, duk da cewa shiru ne kuma ta suma. Hakika, Allah yana yin komai don taimaka wa ɗan adam, yana buɗe kofofi da kuma haskaka hanyoyi domin mu ga inda ya kamata mu taka, kada mu yi tuntube ko zamewa. Amma yawancin mutane ba su fahimci wannan gaskiyar ba.

Ba na son mutane su yi tunanin za su iya samun ilimi kawai ta hanyar sauraron wasu ko karanta littattafai. Dole ne su yi amfani da abin da suka karanta da abin da suka ji. Zuwa wuraren ibada ya fi zama a gida da sauraron hirar banza. Amma ko da a wuraren ibada, dole ne mutum ya ji kasancewar Allah a cikin zuciyarsa kuma ya san yadda zai dandana ta. Fuskantar motsin rai da nazari mai ma'ana ba za su iya ba mu ilimin da rayukanmu ke sha'awar samu ba.

Idan muka miƙa kanmu ga Allah muka yi bankwana da sha'awar son kai, kuma lokacin da muka tabbata cewa Allah yana tare da mu koyaushe, yana zaune a cikin rayukanmu kuma yana yi mana wahayi da tunani da ji nagari da daraja, za mu sami farin ciki da 'yanci, kuma za mu shaida fitowar hikima a sararin samaniyar rai

Ka yi tunani! Shekaru da dama daga yanzu, wanzuwarmu za ta zama mafarki, kuma duk abin da muke yi yanzu zai zama wani bangare na wannan mafarkin Ko da manyan siffofi na ɗan adam za su zama kawai siffofi na sanin ɗan adam. Amma waɗannan manyan siffofi sun cimma burinsu na karshe saboda sun kai matsayi mafi girma kuma suna raye a cikin ruhu, suna da cikakken sani da sanin duk abin da ke faruwa, domin suna da haɗin kai a cikin sanin Allah Duk wanda ya yi kokarin daidaita su ta hanyar tunaninsu da koyarwarsu, ba makawa zai ji kasancewarsu, ya sami albarkarsu, kuma ya san cewa suna cikin haɗin kai da su.

Rayuwa babban mafarki ce Duk da haka, idan ka kalli jikinka yanzu ka gan shi yana da haske da rayuwa, za ka gamsu da gaskiyar wannan mafarkin. Kana tunanin dole ne ka sami wannan ko wancan don ka yi farin ciki. Amma komai yawan buri da ka cika, ba za ka sami farin ciki ta hanyar su ba. Yawan samun mutum, yawan sha'awa. Dole ne a tace sha'awa, kuma a saukaka rayuwa idan mutum yana son rayuwa cikin jin daɗi, kwanciyar hankali, da gamsuwa ta ciki.

Littattafai sun ce mutumin da sha'awarsa ke gudana a ciki koyausha (zuwa ga ransa) mutum ne mai babban kwanciyar hankali a ciki. A cikin wannan, suna kama da teku, wanda ba ya canzawa ko raguwa, amma yana cike da ruwa wanda ke gudana a cikinta ba tare da bata lokaci ba. Amma mutumin da ya kirkiro ramukan sha'awa a cikin tafki na kwanciyar hankalinsa kuma ya bar ruwa mai mahimmanci ya zube ya bace bai san komai game da kwanciyar hankali na ruhaniya da farin ciki na ciki ba.

Muna buƙatar jagora daga waɗanda suka san Allah, waɗanda ke da ikon yin magana da Shi kuma suna jin kasancewarsa cikin sani Annabawa sun roke

mu mu nemi Allah cikin kwanciyar hankali, a cikin kafaici na rai inda ruhu mai aminci da farin ciki na ruhaniya mafi girma suke. Malaman Indiya masu haske kuma suna goyon bayan wadannan ra'ayoyin kuma suna jaddada mahimmancin zurfafa tunani don fahimtar Allahntaka a cikin zurfin rai.

Duk abin da ke wanzuwa girgiza ce kamar rakuman ruwa wanda tunanin Allah ke jagoranta. Wannan girgizar mai hankali ita ce Ruhu Mai Tsarki, ko kuma Ruhu mai aminci, wanda mutum zai iya sadarwa da shi ta hanyar addu'a da bimbini.

A cikin nutsuwar ranka da kuma cikin zuciyarka mai hankali, soyayyar da ke tsakaninka da Allah Mai lko Duk da Mara iyaka ba ta da iyaka. Amma yana da wuya a sami Allah idan muka fara neman kuɗi. Dole ne mu sanya Allah ya zama muhimmin ɓangare na rayuwarmu, sannan za mu sami duk abin da muke bukata a wannan rayuwar. Duk wanda ya sanya Allah ya zama wurin zama na dindindin a cikin zuciyarsa, Allah zai ba shi rabo mai yawa na albarkar duniya da sama, ya kuma buɗe musu manyan sararin samaniya inda ranakun hikima ke haskakawa, yana haskaka hanyoyinsu da kuma kawar da duhun da ke kewaye da su. Allah shi ne mai kauna har abada, kuma babu farin ciki ga ɗan adam sai lokacin da suke kaunar Allah kamar yadda suke kauna - akalla - kaunatatunsu mafi kauna, domin ba tare da Allah ba, da ba mu san ainihin kauna ba, kuma ba za mu ɗandana zakinta ba.

Dole ne mu koyi amfani da nufinmu da kuma mai da hankalinmu ga neman Allah da dukkan zukatanmu Ayyukan ɗan adam sha'awa ne ke jagoranta, kuma wadannan halaye koyaushe suna tilasta mana mu yi abin da ba ma so mu yi. Hakika, mutum makiyinsa ne, ba shi da masaniya game da shi. Bai san yadda zai

zauna a natse ba, kuma bai kebe lokaci ga Allah ba, duk da haka yana son farin ciki da tabbacin shiga Aljanna ba tare da bata lokaci ba. Ba za a iya samun gogewa mai tsarki ta hanyar karanta littattafai, sauraron wa'azi, ko yin ayyukan alheri ba. Babu shakka wadannan duk suna da amfani, amma ba su isa ba. Isa ga Allah yana buƙatar mai da hankali sosai da tunani mai zurfi.

Dole ne mu fara neman yardar Allah. Ba za mu iya faranta wa kowa rai ba, domin hakan ba zai yiwu ba. Ina kokarin kada in bata wa kowa rai. Ina yin abin da zan iya, kuma shi ne abin da zan iya yi. Manufara ɗaya tilo ita ce in faranta wa Allah rai. Ina amfani da hannuwana don yin addu'a a gabansa cikin tawali'u, kafafuna don nemansa a ko'ina, da kuma tunanina don tunaninsa da kuma yin tunani game da al'ajibainsa. Dole ne Allah ya kasance a matsayi na farko a cikin zukanmu domin mu iya dandana Shi a matsayin zaman lafiya, kauna, fahimta, kirki, tausayi, da hikima. Wannan, ba wani abu ba, shine abin da na zo don shaida muku kuma in yi muku magana game da shi.

Baya ga tunani, ya kamata mutum ya kasance mai kyakkyawar alaƙa da mutane, bai kamata mu bi mutane ba, sai dai mu bi Allah. Idan ka sami fa'ida a cikin wadannan tunanin, ka ɗauke shi a matsayin albarka daga Allah, domin duk yabo naSa ne, ka raba su da wasu domin su sami abin da ka samu a cikinsu (Kuma game da falalar Ubangijinka, ka yi magana a kai) Kuma kada ka manta da taimaka wa wani kowace rana gwargwadon iyawarka. Muddin ina da kuɗi a aljihuna, ba zan daina bayarwa ba, domin tushena mai karewa kuma mai gudana koyaushe shine Allah.

A karshe, dole ne mu san Allah kamar yadda manyan mutane suka sani. Wannan yana yiwuwa ta hanyar tunani da kokarin kanmu.

Wata rana, ina tafiya a wajen gidan ibada, ina tunanin babban malamina, Sri Yuktiswar, wanda ya rasu shekaru da yawa kafin na ji wani babban sha'awa a gare shi kuma ina bakin ciki cewa bai kasance tare da ni don jin dadin kyawun da yanayin gidan ibada ba. Nan da nan, ya bayyana a gare ni daga sama ya ce, "Kana tsammanin kai kadai ne ke jin dadin wannan kyakkyawan wuri? Ina jin dadinsa kamar kai!"

Mai neman hadin kai da Allah dole ne ya yi kokari ta hanyar yin bimbini da kaunarsa a kullum, da kuma fadada wannan kaunar ga kowa. Wannan ita ce hanya daya tilo ta kawar da rikici Hadin kai na ruhaniya yana da mahimmanci Ba tare da ainihin ruhaniya ba, babu farin ciki na mutum daya ko na duniya.

Farin ciki yana fitowa ne daga jin kusanci da Allah Dan Adam ya daure kansa a bayan sandunan jahilci, kuma lokaci ya yi da za a 'yanta kansa daga wannan gidan yari mai wulakanci. Dole ne a juya hankali zuwa ga Allah koyaushe, komai yanayin, sannan za ku ji dadin kwanciyar hankali da farin ciki mai girma.

Wadanda ke sha'awar Allah kuma suka sadaukar da rayuwarsu gaSa, suna karfafa junansu da kuma wayar da kan junansu, kuma suna tunawa da Allah a koyaushe, su ne masu farin ciki a wannan duniya kuma masu cin nasara a cikin ni'imar Lahira.

Salam alaikum barka da warhaka

Labulen zai tashi ya share ya tafi

Kowannenmu an halicce shi cikin siffar Allah Mun fito ne

daga Ruhunsa na Allah, kuma ainihinsa yana zaune a

cikinmu cikin dukkan tsarkinsa, ɗaukakarsa, da kuma ni'ima mafi girma. Wannan gado mai tsarki sansanin soja ne da ba za a iya kwacewa ba. Domin mutum ya la'anci kansa a matsayin mai zunubi, yana bin hanyoyin zunubi, yana ɗaya daga cikin manyan zunubai. Domin ta yin hakan, suna la'antar kansu ga rashin taimako, yanke kauna, da rashin iya tashi da hawa. Gaskiya ne cewa mutum zai iya aikata ayyuka da suka saba wa dokokin halitta da na Allah, amma dole ne su canza hanya nan take su juya zuwa ga hanya madaidaiciya. A cikin tsattsarkar dabi'arsu, mutum haikali ne .mai tsarki, kuma Ruhun Allah yana zaune a cikinsu Dole ne mu rika tunawa cewa Allah yana kaunarmu ba tare da wani sharaɗi ba. Amma tunda ya ba mu cikakken zaɓi na kusantarsa ko kuma mu juya baya gare shi, yana jira .mu bayyana sha'awarmu ga kaunarsa kafin ya zo gare mu Na taɓa jin muryarsa tana raɗawa yayin bimbini: “Kana cewa ba na tare da kai, amma ba ka duba ciki ba, ban taɓa barin ka ko da na ɗan lokaci ba. Shiga haikalin rai kuma za ka gan ni domin koyaushe ina nan, in karɓe ka in gaishe ka ”.da gaisuwar kaunar Allah Gaskiya mai zurfi tana da mahimmanci a kan hanyar ruhaniya. A cikin tsarki da gaskiya, alfijir na rai yana .bayyana

Hikimar ɗan adam ba komai ba ce idan aka kwatanta ta da Allah. Hanya ɗaya tilo da za mu iya kusantarsa ita ce ta .hanyar ba shi irin wannan kaunar da yake ba mu Kowa zai sami ceto daga karshe, amma waɗanda suka faɗi a hanya za su faɗa cikin ramin rashin kulawa Rashin nuna damuwa yana hana mu fahimtar mahimmancin neman Allah a yanzu, a wannan lokacin Duniyar mu mai girma, tana shawagi a sararin samaniya, da kuma asalin ɗan adam ɗinmu, ba a ba mu mu yi shekaru kaɗan a nan ba sannan mu bace cikin komai. Maimakon haka, an yi mana nufin mu

yi tunani sosai mu fahimci asirin rayuwa. Rayuwa ba tare da fahimtar manufar rayuwa ba wauta ce, wauta ce, kuma bata lokaci. Sirrin rayuwa ya kewaye mu a kowane gefe, kuma .Allah ya ba mu hankali don nemo mafita

A cikin neman soyayya mai dorewa da nake yi, na fahimci cewa Allah yana kaunata ta kowace hanya da ake iya tunani, Yana kaunata a matsayin uwa, uba, da aboki Na nemi wannan aboki na har abada fiye da dukkan ,abokai

Kuma game da wannan babban masoyin da nake gani yanzu yana haskakawa a kowace irin fuska da fuska mai kauna Wannan abokin Allah bai taɓa bani kunya ba, kuma bai taɓa bani kunya ba

Allah ne ke bayan duk abin da ke wanzuwa. Ya kamata mu girmama iyayenmu mu kuma yi musu alheri, amma dole ne mu kaunaci Allah da dukkan zukanmu da rayukanmu. Dole ne mu fahimci muhimmancin muhimmiyar alaƙa da Shi, .ba tare da bata lokaci ba

Idan muka yi barci, ba mu san ko za mu farka ko a'a ba. Muna barin wannan duniya ɗaya bayan ɗaya. Amma wannan tunanin bai kamata ya haifar da damuwa ba. Idan muka mutu, ana kiranmu da a sake haifarmu a duniya, mu fara .sabuwar rayuwa daga inda muka tsaya a cikin wannan

Ina ganin rayuwa a matsayin samuwar rakuman ruwa da wargajewa a saman teku. Rakuman ɗan adam suna tashi daga saman teku na allahntaka a lokacin haihuwarsa, kuma a lokacin mutuwa, suna hutawa a cikin zuciyar Allah. Na fahimci wannan gaskiyar kuma na san cewa ba zan taɓa mutuwa da gaske ba, duk da mutuwar jiki. Ko ina hutawa a cikin teku na ruhun allahntaka ko ina farkawa a cikin jiki na zahiri, ina ɗaya da teku na sararin samaniya. Ba za a iya samun babban farin ciki a duniya ba. A lokaci guda kuma, ba mu da buƙatar guduwa cikin daji don neman manufa. Za mu iya samun Allah a cikin wannan daji na rayuwar yau da kullun—a cikin zurfin kogon shiru

Mutane na iya yin kurakurai da yawa, amma an kera su cikin siffar ruhun allahntaka Allah ya halicci wannan duniyar mafarki ta jin daɗin duniya don manufa ɗaya kawai: domin ɗan adam ya fahimci cewa kawai wasan kwaikwayo ne na sararin samaniya, ya bar ruɗani, ya kuma kaunaci Allah shi kaɗai. Wannan ita ce gaskiya, kuma ba za ta iya zama akasin haka ba. Me ya sa Allah ya halicce mu mu kaunaci 'yan uwanmu kawai don mu ga sun rabu da mu ɗaya bayan ɗaya? Waɗannan abubuwan suna faruwa ne don mu fahimci cewa Allah ne yake kaunarmu da gaske, fiye da duk .waɗanda muke kauna

Rayuwa jerin hotuna ne masu motsi, amma wannan gaskiyar tana da wuyar fahimta domin rudu suna kama da na gaske kuma gaskiya suna kama da rudu. Duniya tana bacewa daga saninmu kowace dare yayin da muke barci, watakila don mu fahimci cewa sararin samaniya na zahiri ba .na gaske ba ne

Wannan darasin barci bai zo don ya tsoratar da mu ba, sai dai don ya sa mu yi sha'awar gaskiyar Allah. Babu abin da zai gamsar da rai sai Allah da kaunarsa. Ruhun Allah gaskiya ce marar misaltuwa. Babu wani abu kamar ba gaskiya ba ne, kuma abin da yake na gaskiya ba zai iya zama ba gaskiya ba. Masu hikima sun fahimci wannan .gaskiya mai haske

Shekaru da yawa na rayuwarmu sun shude, kuma shekaru, makonni, kwanaki, da sa'o'i ne kawai suka rage. Me yasa muke batar da lokaci akan abubuwan da ba su da amfani? Ya kamata mu yi sha'awar mu haɗu da Allah dare da rana, kuma mu kasance da gaskiya a cikin wannan sha'awar kafin lokacin da aka kayyade na rayuwa ya kare kuma mu bar wannan duniyar ba tare da yin wani abu mai .mahimmanci ba

A daidai lokacin, na ga babban hasken Allah yana lulluɓe dukkan halittu. Abin farin ciki mai girma! Wannan !abin mamaki ne

Ya Allahna, ina gode maka kuma ina yi maka sujada
saboda waɗannan ni'imomin da yawa na jin kasancewarka
Albarka ga kowa ta wannan hanyar, domin mu fahimci
cewa Kai ne gaskiya ta karshe a duniya kuma Kai ne babban
.burinmu, wanda babu wani buri da ya wuce haka

Dole ne mu kaunace Shi kuma mu yi masa magana a
kowane dakika na rayuwarmu—a wurin aiki da kuma a
hutawa, a cikin motsi da natsuwa—da addu'a mai zurfi da
kuma sha'awar da ke konewa. Sannan za mu ga labulen
mafarki yana tashi ya bace. Allah yana tare da mu a kowane
lokaci na rayuwarmu. Waɗanda suka yi tunani kuma suka
daidaita da Shi suna ganin Shi a cikin kyawun furanni, da
kuma kyawawan rayuka, da kuma kyawawan motsin rai, da
kuma kyawawan mafarkai. A karshe, zai fito daga bayan
:mayafin da ke da kauri ya ce wa duk mai neman gaskiya

Mun daɗe muna rabuwa saboda ina so ka ba ni"
kaunarka da son rai, na halicce ka cikin kamannina, kuma na
jira har sai ka yi amfani da 'yancinka ka ba ni kaunarka da
".yardar kanka

Dole ne mu roki Allah ya ba mu kyautar kaunarsa ta har
abada, amma wa zai iya samun wannan Allah mai kauna ba
tare da kokari ba? Idan ka yi kokari kashi 25 cikin 100 na
kokarin, sauran ya rage ga Allah da jagoran ruhaniyarka, ban
roki komai a gare ni ba, domin duk yabo na Allah ne, tushen
dukkan alheri da alheri. Allah ya raka ka, saninsa ya kasance
tare da kai, kuma ka ga yalwar kasancewarsa a cikinka da
.kewaye da kai

Allah ba ya amsa mana nan take domin muna jinkirin
nuna yadda muke sonSa. Bai kamata mu ji tsoron
kusantarSa ba, sai dai mu ɗauke Shi namu, kaunataccenmu,
mu kuma neme Shi ba tare da bata lokaci ba da tunaninmu,
ayyukanmu, zukanmu, da tunaninmu, kuma za mu same
Shi mafi girman mafaka ta tsaro da zaman lafiya a wannan
.rayuwa

Ya Ubangiji, ina ba ka wannan tarin kyawawan rayuka,
domin su kawata haikalin kasancewarka. Ka raka waɗannan
rayuka, waɗanda su ne iyalinka da kaunatattunka. Muna
rera sunanka mai albarka. Ka wargaza duhun jahilci da
haskenka mai tsarki. Ka kore duhun daga zukatanmu da
hasken kasancewarka mai haske, mara iyaka. Mu naka ne,
duk abin da muke ciki. Ka bayyana mana kanka, Ya
Ubangijin Girma da Falala. Ka albarkaci kowannenmu. Ka
karɓi raɗaɗɗen tunaninmu na sha'awa da bugun zuciyarmu
na kauna. Gare ka muna ba da dukkan kauna, girmamawa,
da bege, domin kai ne Masoyinmu kuma duk abin da muke
.da shi a cikin wannan duniyar
Albarkace mu da alherinka Ka rushe ganuwar sha'awa
da ta raba mu da Kai Ka zama Sarki mai tsarki da ke kan
dukkun burinmu Ka haskaka darajarka a cikin fadin duniya
Ka albarkace mu duka Ka cika mu da kamshin kasancewarka
Ka kuma sa mu kara fahimtar cewa koyaushe kana tare da
mu, Kana tare da mu yanzu, Kuma Za Ka kasance tare da
mu har abada
Muna gode maka saboda alheri da kaunar da ka yi wa
mabiyanka masu himma waɗanda ke sha'awar kusancinka
kuma suna jiran kasancewarka. Muna fatan da'irar
almajiranka za ta karu domin mu yi bikin kasancewarka mai
.albarka da kuma farin ciki da kusancinka
Allah ya albarkace mu domin mu buɗe zukatanmu ga
junanmu mu kuma tsarkake niyyarmu, domin mu cancanci
kariya da kulawarku Bayyana kanku, a ciki da waje Ku haɗa
mu duka, kuma a cikin hasken wannan haɗin kai, bari mu
.gane wanzuwarku ta musamman
Da gaskiyar zukatanmu da haɗin kai da kuma sha'awar
rayukanmu masu jituwa, muna yin sujada a gabanka, muna
neman taimakonka, shiriyarka, da kuma sanin kasancewarka
.a cikin rayukanmu akai-akai

Bari wutar soyayya ta har abada ta yi haske a cikin
zukatanmu, kuma mu ji kusancinka gare mu yanzu da har
!abada, Ya Ubangijinmu, Ya Masoyinmu

Babban sha'awa da kwayoyin tunani

Girman Allah Mai Girma Shi ne ainihin gaskiya
kuma ana iya samunsa a wannan rayuwar A cikin
zukatan mutane akwai addu'o'i da roko da yawa: don
kudi, shahara, lafiya—addu'o'i iri-iri Amma addu'ar da
ya kamata ta zama ta farko a kowace zuciya ita ce jin
kasancewar Allah Yayin da muke tafiya cikin hanyoyin
rayuwa cikin shiru da tabbaci, dole ne mu fahimci
cewa Allah shine babban burin da zai iya gamsar da
mu kuma ya cika mana burinmu, domin a wurin Allah
ne amsar kowace sha'awar zuciya take.

Idan ba za ka iya cika buri ta hanyar kokarinka ba,
sai ka koma ga Allah cikin addu'a. Don haka, kowace
addu'a da ka yi tana bayyana wani boyayyen sha'awa
a cikinka. Amma idan ka sami Allah, dukkan buri za su
shufe, kuma dukkan buri za su cika.

Sha'awar duniya ta samo asali ne daga rashin
fahimta game da manufar rayuwa Wannan duniya ba
gidanmu na gaskiya ba ne Littattafai suna gaya mana
cewa mu na Allah ne, an hali ce mu cikin siffarsa,
kuma nufinsa shine mu koma ga asalin Allah Abin da
ɗan adam ya kasa fahimta shi ne cewa sai dai idan ya
koma ga tushensa na allahntaka, za a tilasta masa ya
yi gwagwarmaya don cika sha'awa marasa adadi Ka yi
tunanin hakan! Gaskiya ne cewa mutane ba za su iya
taimakawa ba sai dai su sami sha'awa, kuma babu
laifi a samun su Duk da haka, yawancin sha'awar ɗan
adam suna hana cika burin karshe na komawa ga
Allah. Don haka, suna cutar da farin cikin ɗan adam.
Sai dai idan ɗan adam yana son Allah kuma ya same
shi, zai ci gaba da konewa da sha'awar duk abin da

yake tunanin zai kawo masa farin ciki. Amma cika duk sha'awa nan take yana zuwa ga waƙanda suka sami Allah.

Akwai nau'ikan sha'awa guda biyu: waƙanda ke taimaka mana mu sami Allah, da kuma waƙanda ke hana mu nemansa. Misali, idan wani ya yi maka laifi, za ka iya jin sha'awar ɗaukar fansa. Duk da haka, idan ka shawo kan wannan sha'awar ta hanyar amfani da mafi girman iko na kauna, za ka yi amfani da kayan aikin da zai taimaka maka ka sami Allah. Ya kamata a cika dukkan sha'awa ta hanya mai kyau, domin idan aka cika su ta hanyar duniya, sha'awa za ta karu, tare da matsaloli da wahala. Idan muka koyi bayar da duk sha'awarmu ga Allah, zai yi aiki don cika kyawawan sha'awarmu da kuma kawar da waƙanda ke cutar da mu da kuma waƙanda ke lalata mu. Babu wata kariya mafi girma fiye da lamiri mai tsabta, kuma babu wata kariya mafi kyau daga bugun rayuwa fiye da mallakar sha'awa mai daraja da ɗaukaka.

Idan muka fahimci cewa cikakken siffar Allah yana zaune a cikinmu, dukkan burinmu suna cika a cikin wannan sani mai tsarki, wanda ya fi dukkan taskokin duniya da waɗata, ba za ka girgiza ba ko da an ba ka duniya gaba ɗaya. Babu yabo da zai sa girman kai a cikinka, kuma ba zai zarge ka ba, domin za ka ɗandani farin cikin Allah a cikin kanka, kuma wannan zai zama mafi muhimmanci a rayuwarka.

Ya kamata mu fara neman jagorancin Allah a kokarinmu na cimma burinmu na halal, kuma wannan ita ce hanya mafi kyau ta samun amsoshin duk addu'o'inmu. Amma dole ne a kawar da addu'a daga addu'a. Dole ne tsohuwar hanyar addu'a ta canza, kuma dole ne mu juya ga Allah da cikakken aminci da imani mara misaltuwa cewa yana jin mu kuma zai biya buƙatunmu. Allah ba ya son mu bar nufinmu - ko da

lokacin da muka yi addu'a gare shi - domin wannan nufin shine mafi tamani da muka samu daga hannunsa mai kyau, wani hakki mai tsarki da ya nufa a gare mu tun lokacin da aka halicce mu.

A dabi'ance, dole ne mutum ya bambanta tsakanin addu'o'i masu ma'ana da marasa ma'ana da kuma sha'awa. Ka tuna cewa sha'awa iko ce; idan ka manne wa sha'awa—ko mai kyau ne ko mara kyau, mai amfani ko mai cutarwa—ka kuma zauna a kanta dare da rana, daga karshe zai faru. Saboda haka, ya kamata mutum ya yi taka tsantsan kuma ya guji rike sha'awa masu cutarwa, domin za su cika kuma za su kawo musu babbar illa da bakin ciki mara misaltuwa.

Bayan lokaci, za ku ga cewa duk da cewa sha'awarku ta cika, zuciyarku ta kasance fanko, kuma za ku fuskanci tawaye na ciki. Ka yi tunanin tsarin narkewar abinci yana da rauni, duk da haka kuna sha'awar abinci mai soyayye. Tabbas, za ku ji zafi duk lokacin da kuka ci su, duk da jin daɗin da kuke ji yayin da kuke jin daɗi. Don haka, za ku ji kamar kun yi kuskure. Hikima tana umurta ta amfani da hankali don bambance tsakanin sha'awa mai kyau da mara kyau, kuma da zarar an cimma wannan, bai kamata a cika waɗannan sha'awa marasa kyau ba. Mutane suna da ikon fahimta na ciki kuma ya kamata su yi amfani da shi koyausha, suna jagorantar rayuwarsu bisa ga umarnin lamiri, wanda shine muryar Allah.

Sha'awar da ba a cika ba ta daɗe a cikin zuciya. Menene illar da ke tattare da rike su a can? Ga amsar:

Kowace sha'awa tana kunshe da takamaiman karfi: ko dai nagari ko mugunta, ko duka biyun Lokacin da mutum ya mutu - Allah Ya yi masa rahama - waɗannan karfi ba sa mutuwa duk da rubewar jiki da rubewa. Maimakon haka, suna raka rai duk inda ya je a cikin nau'in kwayoyin ruhaniya masu karfi. Lokacin

da aka sake haihuwar mutum a cikin sabon jiki, wadannan kwayoyin ko allunan sihiri suna bayyana a matsayin halayen dabi'a. Don haka, mutumin da ya mutu yana maye yana kawo sha'awar barasa lokacin da aka sake haifa, kuma wannan sha'awar ta ci gaba har sai sun shawo kan sha'awar barasa. Wannan ya shafi wasu abubuwa kuma.

Ko da kananan yara suna nuna halaye da aka samu daga rayuwar da ta gabata Wasu yara suna fama da tsananin fushi Wasu kuma suna da mummunan fushi Tabbas, Allah bai haliƙce su ta wannan hanyar ba sha'awar da ba a cika ba daga rayuwar da ta gabata ta tsara wadannan halaye na tunani, kuma saboda su, rai yana kama da wani abu mai ban mamaki, duk da cewa an haliƙce shi cikin siffar Allah tsantsa. Idan siffar Allah ta lalace a cikin mutum a wannan rayuwar, ko ta hanyar fushi, tsoro, ko sha'awa, kuma ba a shawo kan wadannan halaye yanzu ba, to za a sake haifar su da su (ko kuma za a sake haifar su da su), suna daukar nauyin wadannan halaye masu ban tausayi har sai sun shawo kansu a cikin wannan ko kuma nan gaba. Babu hanyar tsira daga gare su har sai an shawo kansu.

Saboda haka, ya fi kyau a cika dukkan buƙatu yanzu ko a shawo kansu

Hanya mafi kyau ta kawar da irin wadannan sha'awa har abada ita ce ta hanyar jin daɗin Allah mafi girma In ba haka ba, wadannan sha'awar da aka danne da kuma sha'awar da ba a cika ba za su mamaye rai kuma su azabtar da shi.

Dole ne mutum ya fahimci, ta hanyar fahimta da hikima, cewa Allah kaɗai ne ke iya bayar da farin ciki mai tsarki da dorewa

A mafi yawan lokuta, sha'awa tana boye a cikin rashin sani. Za ka iya tunanin sun bace, amma ba su

bace ba; wannan ɗaya ne daga cikin sirrin rayuwa, wanda shi kansa babban asiri ne.

Amma asirin yana bacewa lokacin da muka yi nazarin rayuwa muka yi tunani game da ma'anarta. Idan za ka zauna shiru na ɗan lokaci kowace rana ka binciki kanka, za ka ga kana da sha'awa da yawa da ba a cika ba. Waɗannan sha'awa suna kama da kwayoyin cuta masu kisa da mutum ke ɗauke da su duk inda ya je, a wannan rayuwa da kuma a nan gaba.

Hanya mafi kyau ita ce a gano - ta hanyar zaɓi mai kyau - sha'awar da ke cutarwa a wannan rayuwar kuma a mai da hankali kan cimma kyawawan sha'awarka. Idan ka ji sha'awar kashe kanka ko yin wani abu mara kyau, dole ne ka kore wannan sha'awar yanzu. Ka gamsu da kanka, a cikin tunani da aiki, cewa kana da walkeyar allahntaka a cikin ranka, kuma ka tuna cewa an haliɓce ka cikin siffar Mai Iko Dukka, don haka kana da ikon wuce yanayin jiki da halaye na jiki.

Kada ka shagaltu da jin daɗi kuma ka nisanta kanka daga sha'awa, kuma za ka yi nasara a yaƙin rayuwa. Idan kana fama da ciwo mai tsanani, ka yi iya ƙoƙarinka don ka nisanta kanka daga sanin jiki. Ta hanyar fahimta, za ka iya shawo kan hankula. Fahimtar hikima ita ce wutar da ke ƙone sha'awa mai cutarwa da sha'awa mai lalata, tana mai da su toka.

Al'ada ce ta gama gari ga mutane su adana tsofaffin abubuwa, da suka tsufa, da kuma waɗanda ba su da amfani a wani kusurwar gida, sannan su tsaftace gidan lokaci zuwa lokaci. Hakazalika, a kusurwar zuciyarka akwai sha'awa da yawa da ke haifar da lahani a boye, wanda zai iya haifar maka da babbar matsala wata rana idan ba ka magance su yadda ya kamata ba.

Binciken kai yana da matukar muhimmanci a kan hanyar ruhaniya. Kuna iya zama masu kiyayya, masu fushi, ko masu saurin fushi. Idan haka ne, waɗannan halaye da aka adana a cikin tunanin ku sakamakon ayyukanku na baya ne. Don share tunanin ku daga wannan kayan daki da suka tsufa, dole ne ku fara da ayyuka masu kyau, masu ginawa da kuma gina kauna ga wasu. Yawan kaunar mutane, yawan kaunar su za su kara kaunar ku, kuma za ku ji kaunarsu. Amma idan kun sukar su, har ma da kanku, za su ji wannan sukar kuma su mayar muku da ita a hankali!

A ce tsohon makiyi ya mutu, amma har yanzu kana rike da kiyayya da kiyayya a gare shi. Za ka sha wahala sakamakon wannan dacin rai, kuma illolinsa za su bayyana a jikinka da tunaninka. Ya fi kyau ka yafe masa saboda Allah, domin ta yin haka, za ka 'yantar da kanka daga mugun sha'awar daukar fansa da ke lalata kwanciyar hankalinka da kuma wargaza natsuwarka. Tattara kiyayya a kan kiyayya, ko mayar da martani ga kiyayya da kiyayya, ba wai kawai yana kara kiyayya ga makiyinka a gare ka ba, har ma yana lalata jikinka da motsin zuciyarka sakamakon haka. Don haka ka yafe da kyakkyawar gafara.

Lokaci zuwa lokaci, dole ne mutum ya bar komai a baya don ya kaddaita da kansa, domin ya yi tunani kan manufar rayuwa. Yawancin mutane suna cikin mawuyacin hali na al'adu da salon rayuwa. A zahiri, ba su taɓa rayuwa ta kansu ba, sai dai rayuwar duniya. Menene suka cimma, kuma a ina suka kare?

Saboda haka, yana da kyau mutum ya rika cire kansa daga damuwa da "ayyukan da ke kansa" a kullum domin ya kwantar da hankalinsa ya kuma yi kokarin fahimtar ainihin manufarsa da kuma tantance burin da yake son cimmawa.

Ka tuna cewa babbar shaidar da za ka iya samu ita ce ta lamirinka: muryar da ba ta kuskure ba kuma marar kuskure ta ranka Abin da lamirinka ke gaya maka shi ne wanene kai da gaske, ba tare da ado ko boye sirri ba

Ka yi tunanin ikon Yesu Kiristi wanda ya ce, "Ya Uba, ka yi musu gafara, gama ba su san yadda za su yi abin da ba su sani ba"

Kuma ka yi tunanin babban Annabin da ya ce: "Ba zan gaya maka abin da ke daga darajar mutum ba?" Suka ce: "Eh, ya Manzon Allah" Ya ce: "Ka yi hakuri da wanda ba shi da ilimi a gare ka, ka ba wanda ya hana ka, ka ci gaba da dangantaka da wanda ya yanke zumunci da kai, kuma ka yafe wa wanda ya zalunce ka"

Sauraron muryar lamirinka mai haske zai kawo haske ga hanyarka da albarka ga rayuwarka. Idan ka ji wani babban sha'awa a zuciyarka na cika wata buri, yi amfani da basirarka ka tambayi kanka: "Shin sha'awa ce mai kyau ko mara kyau da nake neman cikawa?"

Abubuwa da yawa suna kara rura wutar sha'awar dan adam Idan wani ya ga sabuwar mota mai kira, yana son mallakar irinta. Idan ya ga sabuwar mota mai salo, yana son mallakar irinta. Sabuwar salon sutura ya zama ruwan dare, kuma mutane suna sha'awar siye da sanya irin wannan salon!

Daga ina sha'awa take fitowa? Na shafe sa'o'i ina tunani a kan wannan. Za ka iya rarraba dukkan sha'awarka? Na sami damar daidaita su duka kuma na kiyaye nagartattun abubuwa kawai. Kuma lokacin da na sami zumunci na Allah, na gano cewa duk kyawawan sha'awata sun cika a lokaci guda. Yau kana sha'awar wani abu, gobe kuma ranka yana sha'awar wani abu daban. Zuciyarka, wadda ta fito daga Allah

Madaukaki, ba za ta iya gamsuwa da kayan duniya ba, kuma ba za ta taɓa kasancewa ba, domin, abokina kaunatacce, ka rasa taska mafi daraja da daraja ta ranka, wanda shi kaɗai yake da ikon biyan bukatarka da kuma cika burinka. Wannan taska da ta ɓace Allah ne.

Gaskiya ne cewa akwai wasu kyawawan sha'awa ko kuma waɗanda suka zama dole, kuma ya kamata ka yi aiki don cika su. Amma yayin da kake ƙoƙarin cika kananan sha'awarka, kar ka manta da farko ka cika babban sha'awarka ga Allah. Yancin cewa dole ne a fara cika kananan sha'awa da ayyuka mafarki ne da yaudara. Har yanzu ina tunawa a farkon tafiyar ruhaniya ta cewa ni mai jinkiri ne kuma ban yi bimbini akai-akai ba, duk da cewa na ci gaba da gaya wa kaina cewa zan samar da lokaci don hakan. Shekara guda ta wuce haka kafin na fahimci cewa ban cika abin da na yi wa kaina alkawari ba, nan da nan na yi alkawarin cewa abu na farko da zan yi da safe shi ne wankewa sannan in yi bimbini a kan Allah. Ayyuka na yau da kullun suna da yawa a wannan lokacin, kuma ba shi da sauki in tsere musu, ko da na ɗan lokaci kaɗan. Saboda haka, na yanke shawarar yin ayyukan ruhaniya na farko. Don haka, na koyi babban darasi: aikina ga Allah ne ya fara, kuma sai kawai in kula da wasu ayyuka marasa mahimmanci.

Me yasa Allah zai buɗe kofofin har abada ga ɗan adam idan ɗan adam ya fifita wasu ayyuka da la'akari fiye da Allah? Allah ya sanya fikafikan ruhaniya a cikinmu kuma yana tsammanin mu tashi sama a cikin sararin ruhu. Waɗannan fikafikan su ne sha'awar ruhaniyarmu, tunaninmu masu girma, da kuma sha'awarmu ta gaske ga tushenmu na allahntaka.

Bari mu fara neman Allah. Ba shi da kyau a ba da muhimmanci ga ayyukan duniya, domin Azrael zai iya

kiran rai a kowane lokaci, sannan duk ayyuka, alkawura, damuwa, da wajibai za su kare kuma su kare har abada. Don haka me yasa za a manne wa rayuwa sosai?

Mutum yana tunanin cewa yana jin dadin tsaro da kwanciyar hankali, sannan kwatsam ya rasa wanda yake kauna, ko ya rasa lafiyarsa ko aikinsa, kuma tsaro da kwanciyar hankali sun lalace!

Yaya kaunar da nake yi wa mahaifiyata ta yi girma! Na yi tunanin za ta kasance tare da ni koyaushe, amma ba zato ba tsammani na gano cewa ta bar ni tun ina karama! Bai kamata mu ji tsoron mutuwa ba, sai dai mu kasance a shirye don hakan.

Rayuwa ba kamar yadda take ba ce Kada ku dogara da ita, domin tana da sarkakiya, yaudara, kuma cike da takaici da fata da suka lalace Ba za a iya samun kamala a nan ba. Ba na son in ba ku hoton rayuwa mara gaskiya ba. Wannan duniya ba aljanna ba ce. Dakin gwaje-gwaje ne na allahntaka inda Allah yake gwada rayuka don ganin ko za su shawo kan mugayen sha'awa da nagarta, ya kuma sanya Shi—wato, Ya sanya Allah—babbar sha'awarsu, domin su koma mulkinsa.

Rayuwa tana cike da nau'ikan bala'i da barkwanci, bala'o'i da farin ciki. Babban tsari ne, mai canzawa koyaushe, kuma mai cike da siffofi marasa adadi. Babu abubuwa biyu da suka yi kama da juna. Rayuwar kowane mutum ta musamman ce. Kowane mutum yana da siffofi daban-daban, tunani daban-daban, da sha'awa daban-daban. Idan an yi mana gwaji iri ɗaya kowace rana, da mun gaji da gajiya. Ko da Aljanna, idan koyaushe iri ɗaya ce, za mu rasa sha'awarta. Muna son bambancin ra'ayi da bambancin ra'ayi. Ra'ayin gargajiya na Aljanna ba daidai ba ne. Idan da gaske yana da wahala, tsarkaka da tsarkakan bayin

Allah za su yi addu'a su koma Duniya don su nishadantar da kansu! Aljanna tana sabunta koyaushe ta hanya mafi dadi, yayin da Duniya sau da yawa ana sabunta ta koyaushe, amma ta hanya mai wahala da rashin dadi.

Duk da haka, duk da cewa rayuwa tana da wahala da wahala, yawancin mutane sun saba da ita, suna ganin babu wata hanyar rayuwa. Ba za su iya kwatanta wannan rayuwar da rayuwar ruhaniya ba, sun kasa fahimtar girman azaba da gajiyyar da ke boye a cikin wannan duniyar.

A gaskiya, rayuwa ba gaskiya ba ce. Kawai nishadi ce, babu wani abu kuma. Kamar yadda ake sake fitar da tsoffin fina-finai akai-akai, haka nan ma tsofaffin abubuwan da suka faru suna maimaita kansu a siffofi daban-daban. Duk da ci gaba mara iyaka na rayuwa, ana sake maimaita jigogi iri daya da aka gabatar a cikin fina-finan da suka gabata. Hakika, tarihi yana maimaita kansa, kuma mutane kayan tarihi ne kawai a cikin gidajen tarihi na lokaci.

Don barin rayuwa ta bayyana abubuwan mamaki, a karbe su da farin ciki, a yi adalci, da kuma rabuwa, ba tare da motsin rai ya shafe su ba, kamar dai kallon fim. Dariya mai dadi magani ne mai kyau ga dukkan cututtukan dan adam.

Dole ne ka kusanci rayuwa da sauki da kwanciyar hankali. Wannan shine abin da na koya daga malamina. A farkon horon ruhaniya na a cikin gidan ibadarsa, na yi aikina da fuska mai bakin ciki, ban taɓa yin murmushi ba. Wata rana malamina ya lura da wannan sai ya ce, "Insha Allah, komai lafiya! Kana wurin jana'iza? Ba ka san cewa neman Allah yana nufin boye damuwa da boye dukkan bakin ciki ba? Kada ka dauki rayuwa da muhimmanci haka"

Ya koya mini cewa wajibi ne mutum ya daga hankalinsa sama da duk wani abu mai d'auke da hankali da matsaloli na duniya domin ya sami cikakken 'yanci a wurin Allah.

Dole ne mutum ya kiyaye daidaito a cikin farin ciki da bakin ciki, riba da asara, nasara da gazawa domin fuskantar kalubalen rayuwa da karfin hali da kwarin gwiwa.

Kiyaye zaman lafiya a cikin zuciya duk da duk abubuwan da suka faru shine hanya mafi kyau ta shawo kan sha'awar yaudara. Wannan shine abin da na koya daga manyan mutane waɗanda rikice-rikicen lokaci bai shafe su ba, amma sun kasance masu tsayin daka kuma ba sa canzawa har zuwa karshe. Har ma annabawa, lokacin da aka azabtar da su, ba su rasa saninsu mai tsarki ba, kuma ba su bar kowa ya sace kaunar Allah daga gare su ba. Farin ciki na ruhaniya shi kansa kariya ce mai albarka kuma mafi girman sansanin soja a cikin dukkan gwaji da wahala, ku tuna da ni'imomin da Allah ya yi muku. Ranku haikalin Allah ne mai tsarki. Ba za ku bari duhun jahilci ya kazantar da wannan wuri mai tsarki ba. Abin mamaki ne a kasance cikin yanayin wayewar ruhaniya, girmamawa, mutunci, aminci, da kwanciyar hankali! Kada ku ji tsoron komai kuma kada ku fi kowa. Ku ba wa kowa kaunarku. Ku ji kaunar Allah kuma ku ga kasancewarsa a cikin dukkan mutane, kuma ku bar sha'awarku ta kasance kasancewarsa a cikin zuciyarku. Wannan ita ce hanyar rayuwa cikin kwanciyar hankali da natsuwa a cikin wannan duniyar. Amma yana da wuya a d'andana wannan gamsuwar kai matukar iska mai karfi ta sha'awa tana busawa ta cikin sararin samaniyar zuciya kuma tana girgiza bishiyoyinta da karfi.

Ana tsara sha'awa ta hanyar muhallin mutum. An haife su ne daga fahimtarmu ta ji kuma iyakokin waɗannan fahimta suna iyakance su. Halartar bikin karkara yana cika sha'awar wani abin farin ciki, amma bayan ziyaratar wani baje kolin duniya da kuma ganin duk wasu nunin daban-daban, karamin bikin ya rasa kyawunsa da jan hankalinsa. Don haka, dole ne mu fara jin daɗin zumunci da Allah domin mu iya kwatanta wannan farin cikin da karancin jin daɗin duniya. Sannan, sha'awa za ta kasance ta yanayi mafi girma . Sha'awa ba ta da iyaka; da zarar an cika sha'awa ɗaya, sai wani ya maye gurbinsa. Amma lokacin da ka sami Allah, duk sha'awarka za ta cika "Ku fara neman mulkin Allah da adalcinsa, za a ba ku duk waɗannan abubuwa (Kuma abin da ke wurin Allah ya fi kyau kuma ya fi ɗorewa)" Don haka me zai hana ku fara neman ciki wannan babban sha'awa kuma ku sami mafi kyau da ɗorewa daga hannun Allah mai karimci?

Idan Allah ya amsa addu'ar mai neman ya san Shi, duk sauran bukatunsa za su cika nan take har abada

Wasu mutane suna tunanin ba su da wani buri!

Na lura da abin da ke faruwa sau da yawa idan mutane suka je kasuwa. Ba za su iya samun takamaiman sha'awar siya ba, amma ba zato ba tsammani wani abu ya kama musu ido kuma suka yi tunanin, "Ee, dole ne in saya!"

Ko da ba su saya nan take ba, yana ci gaba da kasancewa cikin tunaninsu dare da rana har sai sun yi, ko da kuwa dole ne su aro kuɗi. Suna jin daɗinsa na ɗan lokaci, amma a hankali sha'awarsa tana shuɗewa kuma farin cikin mallakarsa yana raguwa, don haka suna son wani abu daban, da sauransu.

Wani lokaci mukan haɗu da wani wanda yake cewa: "Ah, da ace ina da irin wannan kuɗi (ko mota ta

musamman ko wurin ninkaya ko ko)" kuma da zarar an cika wannan burin, sai wani sabon sha'awa ya taso.

Sha'awar ɗan adam ba ta cika ba ce, saboda haka ba ta iya cimma cikakkiyar farin ciki ga masu ita ba

Duniya za ta yi kokarin raba hankalinka daga tuna cewa sha'awar da ta dace kawai ita ce neman Allah Amma dole ne ka tunatar da kanka wannan kowace rana Idan mutum ya yanke shawarar daina shan taba, ya daina cin abinci mai yawa, ya daina karya, ko ya daina yaudara, dole ne ya kasance mai kuduri a cikin shawararsa kuma kada ya yi kasa a gwiwa

Mummunan yanayi yana rage sha'awa kuma yana raunana niyya, yana kirkirar sha'awar karya a cikin mutum Yana ɗaukar mafi kyawun daga gare su kuma yana ba su mafi munin. Waɗanda ke zaune tare da barayi suna ganin ita ce kawai hanyar rayuwa. Amma hulɗa da mutanen kirki yana jagorantar hankali zuwa ga manyan abubuwa, don haka sha'awar karya ba za ta sake jarabtar mutum ba. Komai a wannan rayuwar yana iya canzawa da canzawa. Amma yan lokutan tunani mai zurfi ko nazari da tunani kan batutuwa na ruhaniya masu tsarki za su zama tushen wahayi, yana ɗaukar mai neman gaskiya a kan tekun yaudara da ruɗani zuwa gaɓar allahntaka inda "babu gajiya da za ta taba su a ciki, kuma ba za a kore su daga ciki ba."

(An shirya mafi girman hutu ga waɗanda suka yi aiki tukuru, kuma wanda bai yi kasa a gwiwa ba wajen neman gaskiya ya ci nasara)

Jin daɗi na gaske yana cikin sha'awar Allah da kuma ci gaba da tunaninsa. Da juriya, lokaci yana zuwa da wannan tunanin zai zama mai karfi da rashin tabbas har babu wata matsala ta jiki, ta hankali, ko ta motsin rai da za ta iya karkatar da saninka daga Allah. Shin ba abin mamaki ba ne a rayu da sanin

Allah, a yi tunaninsa da kuma jin sa a kowane lokaci, a kuma zauna a cikin mafakar kasancewarsa wadda ba za a iya kusantar ta ba, inda mutuwa ko wani abu ba za ta iya sace kwanciyar hankalinka ba? (Wadanda suka yi imani kuma zukatansu suka sami natsuwa cikin ambaton Allah. Hakika, cikin ambaton Allah zukata ke samun natsuwa)

Idan ka zama mara kariya daga dukkan sha'awa, za ka ji daɗin kasancewa har abada

Hakika rayuwa abin mamaki ce, domin komai yana iya canzawa. Saboda haka, bai kamata mutum ya sanya jirgin farin ciki a kan yashi mai canzawa na wannan rayuwa ba. Lokacinmu zai shude, kuma abin da muke gani yanzu zai shude wata rana. Canji abu ne mai karbuwa matuƙar ba ka bar shi ya cutar da kai ba. Kuma idan ya cutar da kai, rudanin ciki da kake fuskanta sako ne a gare ka da kada ka sha'awar sha'awa. Lokacin da kake cikin aminci cikin ruhun Allah, kana jin daɗin komai ba tare da alaƙa ko dogaro ba. Saboda haka, ƙoƙarin saninsa yana da matuƙar muhimmanci ga waɗanda suka damu; in ba haka ba, rayuwa za ta zama babban abin takaici, mai murkushe bege ta hanya mai muni.

Lokacin da na dawo Indiya a shekarar 1935, na yi fatan ziyartar wuraren da na fi so tun ina ƙarami, amma da na isa, na ga komai ya canza. An sake tsara yanayin rayuwa ta wata hanya daban. Babban takaici da mamaki sun faru ne lokacin da na ziyarci tsohon gidana a Aykapur, inda nake wasa da kallon tsuntsaye. Itace ɗaya ce kawai ta rage daga cikin duk abin da na tuna. Rayuwa kenan! Abubuwan da na saba da su kuma masu daraja suna zamewa daga ganinmu ɗaya bayan ɗaya. Na shirya don bayar da komai don ganin gidanmu kamar yadda yake a lokacin ƙuruciyata. Duk da haka, Allah ya cika mini burina,

domin daga baya na ga gidan a cikin wahayi, inda muka yi iyo a cikin tafkin, sannan na hau sama, na kwanta a kan gado, na ci mangwaro, kamar yadda na yi shekaru da yawa da suka gabata.

Dole ne a bincika kuma a bincika sha'awa sosai, a tsara ta da kyau, kuma wadanda ke da kyau kawai a riƙe, kuma kada ma wadannan sha'awa masu kyau su hana mafi mahimmancin sha'awar Allah.

Wannan sha'awar dole ne ta ci gaba da rayuwa kuma ta kone, kuma ba za a bar ta ta shuƙe ko ta mutu ba. Mutum yana cikin babban ruƙani lokacin da ya roki Allah ya cika masa burinsa na duniya amma bai roke shi ya bayyana masa kansa ba. Ka yi tunanin yaro wanda koyaushe yake buƙatar iyayensa su biya masa buƙatunsa, in ba haka ba ba ya tambaya game da su ko tunaninsu. Wannan rashin godiya ne da kin kyautatawarsu, kuma a cikin hakan akwai darasi ga wadanda ke tunani.

Idan aka yi amfani da wannan littafin rai, za a raka mutum da ilimin ruhaniya da aka samu a lokacin zamansa na duniya. Saboda haka, dole ne Allah ya kasance a cikin zuciyar mutum koyaushe, yana kiransa koyaushe kuma ba zai taɓa mantawa da shi ba idan mutum yana da damuwa game da makomar ruhaniya ta mutum. Lokacin da muke cikin zumunci da Allah, za mu ga cewa duk buƙatu suna cika ta hanyar da ba a iya gani ba. Amma dole ne mu nemi Allah da farko. Shi mai karimci ne kuma ya ba mu komai, amma za mu same shi ne kawai lokacin da ba mu gamsu da baiwarSa ba amma muka juya ga Mai bayarwa da kansa. Za mu san Shi matuƙar muna da gaskiya a cikin nemanmu, muna da himma a cikin sha'awarmu ta kusantarSa da kuma fuskantar kasancewarsa mai albarka.

Babban cikas da mutum ke fuskanta shine kansa Idan ya yi kokarin zama a hankali yana tunani game da al'amuran ruhaniya, tunanin duniya ya taso ba zato ba tsammani, yana ɗauke musu hankali kuma yana hana su cimma burinsu. Dole ne su horar da kansu don sarrafa tunaninsu da jikinsu, kuma ta yin hakan, za su ɗauki aljanna mai ɗaukuwa a cikin ransu A rayuwa ko mutuwa, a sama ko jahannama, wannan babban farin ciki zai raka su.

Dole ne mu yi addu'a ga Allah sosai, muna bayyana babban sha'awarmu, muna rokonsa da harshen zuciya, sha'awar rai, da kuma radawar lamiri, domin Ya ji mu ya amsa mana. Amma idan mutum ya yi addu'a da rabin zuciya kuma a lokaci guda yana tunanin wani abu - wani abu da Allah ya sani ba shine babban abin da wannan mutumin ke damuwa da shi ba - ba zai amsa ba.

Dole ne mu fara samun Allah. Lokaci ya yi yanzu. Bai kamata mu jira ba, domin rudu suna da karfi sosai. Rayuwa tana wucewa da sauri, kuma abin kunya ne mu bar wannan duniyar ba tare da sanin manufar rayuwa ba. Ya kamata mu yi tunani a duk lokacin da muke da ɗan lokaci na hutu. Ko da ba a amsa addu'o'inku da farko ba, kada ku yanke kauna daga rahamar Allah, amma ku ci gaba da roko. Yi addu'a da gaske kuma ku amince cewa za a amsa addu'arku.

Na shaida a rayuwata babbar shaida ta amsa addu'a ta Allah. Amma irin wannan amsa tana buƙatar ƙoƙari, domin babu wani abu mai mahimmanci da zai zo ba tare da ƙoƙari ba. Bimbini yana da mahimmanci don bayyana asirin rayuwa da shiga mulkin Allah.

Mummunan halaye da sauran abubuwan da ke ɗauke da hankali za su yi ƙoƙarin raunana ƙoƙarinka da kuma raunana kudurinka. Amma idan kana son

farin ciki, ka mayar da tunaninka ga Allah, kuma za ka same shi kusa da kai.

Sha'awar jin daɗin duniya tana haifar da jan hankali mai kama da maganadisu wanda ke jawo mutum zuwa wannan duniyar, rayuwa bayan rayuwa Komawa ga jiki ba lallai bane ga waɗanda suka sami sha'awarsu a wurin Allah Duk lokacin da suka so cika kowace sha'awa, suna tunaninta, kuma tana bayyana a gabansu Mahaifiyata ta bayyana gare ni bayan mutuwar ta, kuma na sami kwanciyar hankali da ganinta kuma na gode wa Allah saboda alherinsa. Hakika, Shi ne Mafi Karimci kuma Mafi Jinkai. Yana cika burinmu don nuna kaunarsa da godiyarsa gare mu lokacin da muka ba shi matsayi na farko a cikin zukanmu.

Idan mutum ya isa ga Allah, sai ya zama shugaban rayuwa da kaddara. Bai kamata mu huta ba har sai lokacin da Allah ya tabbatar da kasancewarsa a rayuwarmu, zai ba mu duk abin da muke sha'awa kuma zai gwada mu.

Jarabawa da cikas a kan hanyar ruhaniya suna da yawa kuma suna da girma, amma yayin da muke wucewa ta waɗannan gwaje-gwajen kuma muka shawo kan waɗannan cikas ɗin, dole ne mu ce: "Ya Ubangiji, Ka amsa addu'ata kuma Ka cika manyan buri na, don haka zuciyata ta zama mai wadata da kasancewarka kuma raina yana haskakawa da haskenka"

Salam alaikum barka da warhaka

Daga maganganun malami Paramhansa

Yogananda

Mutane suna korafi game da ra'ayin barin wasu
abubuwa a rayuwa, duk da cewa a zahiri suna barin
abubuwa masu daraja da yawa, waɗanda ba karamin abin
da ke cikin su ba ne kwanciyar hankali, kuma wani lokacin
ma suna sadaukar da kansu don kuɗi, wanda ke iya lalacewa
.da asara

Ku mika kanku ga Allah, za ku ga cewa rayuwarku ta
zama kamar wata kyakkyawar wakar rawa

Ka mayar da hankalinka daga wannan duniyar zuwa ga
fadin mulkin Allah da ke cikinka

A cikin jirgin natsuwa za ku iya tafiya zuwa wannan
duniyar da ta wuce mafarkinmu inda maɓuɓɓugar allahntaka
.ke gudana ba tare da tsayawa daga zurfin zuciya da rai ba

Ya Ubangiji, ka taimake ni in taka rawar da zan taka a
wasan rayuwa ta hanyar da za ta faranta maka rai, ko ni mai
rauni ne ko mai karfi, mara lafiya ko mai lafiya, shahararre
ko wanda ba a sani ba, mai kuɗi ko talaka, da sanin cewa
kana kaunata kuma ba za ka taɓa yashe ni ba

Ana iya kwace dukiya daga mutum, ko kuma a kwace
ta, bayan sun bar wannan duniya, kuma ba za su iya ɗaukar
ta tare da su ba. Darajarta ta gaskiya tana cikin kashe ta a
kan ayyukan alheri da kuma kawo farin ciki ga kai da wasu
.ta hanyar da za ta faranta wa Allah da lamirinsa rai

Waɗanda ke tunanin tsaron kansu da jin daɗinsu kawai,
suna mantawa ko watsi da bukatun wasu, a zahiri suna
neman talaucin da wata rana zai zama nasu. Waɗanda suka
manne wa dukiyarsu maimakon amfani da ita don ayyukan
alheri ba sa kawo wa kansu wadata a lahira amma an haife
su matalauta, tare da sha'awa da sha'awar masu kuɗi.
Amma waɗanda ke raba wadatarsu da wadatarsu da wasu
.suna jawo alheri da wadata duk inda suka je

Idan ka ba wa waƙanda suka cancanci hakan da son rai,
za ka ga cewa Allah yana tare da kai koyaushe kuma ba zai
taɓa barin ka ba kuma ba za ka buƙaci komai ba. Bai kamata
mu manta cewa rayuwarmu tana ci gaba da wanzuwa kai
tsaye daga Allah ba, kuma idan muka fahimci cewa
tunaninmu, nufinmu da ayyukanmu duk sun dogara ga Allah
kuma suna samun karfinsu daga gare Shi, to za mu sami
jagora kai tsaye daga gare Shi kuma za mu fahimci cewa
.rayuwarmu ɗaya ce da rayuwarsa marar iyaka

Bimbini yana ba da shaida game da wanzuwar Allah Da
zarar rakuman ji sun ɓace daga tafkin tunani, ni'imar Allah ta
fito daga rai Wannan ni'ima ta riga ta wanzu a cikin rai,
.amma an lulluɓe ta

Ya Ubangiji, Zan yi amfani da karfin zuciyata da basirata
don cimma kananan abubuwa da farko Sannan zan ci gaba
zuwa manyan nasarori

Ko da an cimma dukkan burin abin duniya, amma yana
ba da farin ciki mara cikawa - kuma ta hanyar neman Allah
zan gano maɓuɓɓugan farin ciki marasa karewa Kuma ba ya
daina gudana da gudana a cikin lambuna da ciyayi na rai
.mai ɗorewa

Gida: Nasara Square

Idan mutum ya shafe rayuwarsa yana bin wani abu mai
ɗaɗi bayan wani, ba zai taɓa sanin ɗanɗanon farin ciki na
gaske ba. Ya kamata mutum ya rayu cikin sauƙi kuma ya
fuskanci rayuwa cikin sauƙi. Yana da kyau mutum ya batar
da lokaci shi kaɗai, yana tunani a kan ayyukansa lokaci zuwa
lokaci, kuma yana yin zaman lafiya na ciki, wanda ke kawo
.waraka, farfaɗowa, da kuma sabunta karfi

Idan abubuwan da ke ɗauke da hankali suna nan a
koyaushe kuma wasu abubuwan da ke haifar da damuwa
suna mamaye jijiyoyi, jijiyoyi za su sha wahala sakamakon
haka, za a batar da kuzari mai yawa, kuma rai zai ji damuwa
da damuwa Bugu da kari, bai kamata mutum ya damu da

gyara wasu ba; maimakon haka, ya kamata mutum ya gyara
.kansa kafin ya yi kokarin gyara wasu

A sani cewa gida shine babban filin yaƙi. Mutumin da
.yake mala'ika a gidansu zai zama mala'ika a ko'ina
Zakin murya da kwanciyar hankali da ɗabi'a mai kyau
ke nunawa ana buƙatar su a gida fiye da ko'ina a wani wuri
Kamar yadda duhu ba zai iya kasancewa inda haske ke
haskakawa ba, haka nan duhun cuta dole ne ya bace lokacin
da hasken Allah ke haskakawa a cikin kwayoyin jiki, kuma
kaɗan ne daga cikin waɗanda suka fahimci wannan
.gaskiyar

Idan mutane suka ji sha'awar warkarwa, suna yin addu'a
da zuciya mai wahala Ko kuma suna jin baƙin ciki, suna
tsammanin Allah ba zai saurari addu'o'insu ba Ko kuma suna
yin addu'a amma ba sa jira domin su san ko addu'o'insu sun
.isa ga Allah

Kamar yadda mutum ba zai iya sauraron kiɗan da ake
watsawa ta iska ta amfani da na'urar karɓar sauti mai
matsala ba, haka nan ba zai iya ɗaukar motsin lafiya, ƙarfi,
da hikima da ke fitowa daga Allah ba tare da na'urar sihiri da
ke aiki da tsoro, damuwa, da kowane irin damuwa, shakku,
.da rashin tabbas

Bari mu tuna kuma mu gode maka, ya Ubangiji, a
lokacin buƙata da waɗata, a lokacin rashin lafiya da lafiya, a
cikin duhu da haske, da kuma a cikin dukkan yanayi. Bari mu
tuna da godiya kwanakin lafiya da ka ba mu. Ka taimake mu
mu buɗe idanun imani domin mu ga haskenka mai albarka,
.wanda ke warkar da dukkan cututtuka da cututtuka
Ni ne kyaftin ɗin jirgina na tunani mai kyau, niyyata mai
kyau, da kuma ayyukana masu amfani, zan jagoranci jirgin
rayuwata, koyaushe ina mai da hankali kan duniyar salama
.mai haske a sararin zurfin tunani na

Zan yi amfani da dabarun tunani na na kirkire-kirkire
don cimma nasara a duk abin da nake yi Allah zai taimake ni
idan ni ma na yi kokarin taimaka wa kaina

A yau zan noma gonar rayuwa da sabon kokari in shuka ta da irin hikima, lafiya, gamsuwa, da farin ciki. Zan shayar da iri da imani da amincewa da kai, kuma zan jira alherin Allah ya ba ni girbi mai adalci. Ko da ban girbe amfanin gona da ake tsammani ba, zan ci gaba da godiya da godiya ga .kwanciyar hankali da ke zuwa daga kokarin yin iya kokarina Zan gode wa Allah da ya bani damar ci gaba da kokari har sai na yi nasara, da yardarSa. Kuma zan gode masa idan na cimma burin zuciyata mafi girma. Zan yi kokari kawai in .yi ayyuka masu daraja da daraja, ina neman yardar Allah Duniya tana cike da guguwar halitta da ta ɗan adam, kuma Allah shine garkuwa mai karfi da mafaka daga guguwa, guguwa, da muguntar wannan duniyar. Duk inda Allah yake, babu tsoro ko bakin ciki Mumini na gaskiya yana tsaye da karfi da alfahari a yakin rayuwa da gwagwarmayar abubuwan da suka faru, yana da tabbacin cewa Allah yana tare da shi, yana kare shi daga cutarwa kuma ba ya barinsa ko da na ɗan lokaci. Don haka, tsoro yana ɓacewa daga zuciyarsa kuma tabbas yana kamawa, kariya ce da ba za a .iya sanya ta ba

Rashin tsoro yana nufin samun imani da Allah da kariyarSa, da kuma samun imani da adalcinsa, hikimarsa, .rahamarsa, kaunarsa, da kuma kasancewarsa a ko'ina

Tsoro yana hana mutum karfin tunaninsa, yana boye hankalinsa, kuma yana lalata tsarin zuciyarsa na halitta. Bugu da kari, tsoro na iya haifar da rikice-rikice na jiki da cututtukan tunani. Maimakon ya fadawa cikin damuwa da ɗaurewar hankali, ya kamata mutum ya tabbatar da kansa cewa yana cikin aminci a cikin kariyar Allah, Mai gani, Mai ji, mai tsaro a cikin sansaninsa mai karfi, kuma rahama da .kulawarsa sun kewaye shi

Ko a cikin dajin Afirka, a fagen daga, yana fama da rashin lafiya ko talauci, dole ne mutum ya shawo kan kansa

cewa hannun Allah ya fi kowace hadari karfi kuma yana iya kare waɗanda ke neman mafaka a gare Shi. Babu wata hanyar kariya mafi inganci. Tabbas, dole ne mutum ya yi amfani da hankali wajen magance abubuwan da suka faru yayin da yake da cikakken imani da taimakon Allah. Imani ba ya nufin yin sakaci ko yin abin da bai dace ba a gaban wahala. Maimakon haka, komai abin da ya faru, dole ne mutum ya tabbatar wa kansa cewa Allah kaɗai ne ke iya taimakawa a cikin mawuyacin yanayi idan mutum ya juyo .gare Shi da dukkan zuciyarsa, ransa, da hankalinsa

Idan matsaloli suka sauka kamar ambaliyar ruwa, bai kamata mu bar su su gurgunta nufinmu ko su boye mana hangen nesanmu mai haske da kuma hanyar hikima da ma'ana ba. Maimakon haka, dole ne mu ci gaba da imaninmu ga Allah da kuma fahimtarmu ta asali game da abin da ke daidai da abin da ba daidai ba, kuma mu yi kokari mu nemi hanyar fita. Da taimakon Allah, za mu same shi. A karshe, abubuwa za su inganta domin ikon Allah da abubuwan al'ajabinsa suna boye a bayan sabani na rayuwar ɗan adam. Waɗanda ba su yarda da rashin makawa na yanayi ba kuma maimakon haka suka yi kokarin shiga bayan labule da hankali da imaninsu za su sami kofa a buɗe a gare .su—kofa da kowane hannu mai imani ke bugawa a kai

Rayuwa tana lulluɓe da duhu, kuma wani lokacin muna tuntube mu kuma muna jinkirin ci gaba Dole ne mu bar hasken Allah ya zama fitilar jagoranmu yayin da muke tafiya cikin hanyoyin duhu na rayuwa. Allah shine cikakken wata a cikin daren jahilci da duhu, rana mai haske a cikin lokutan farkawa, hasken jagora, kuma tauraron jagora ga waɗanda .ke ratsa tekuna na rayuwa ta duniya, mai wucewa

Matsaloli za su ci gaba a duniya, to ina mutum zai iya komawa don neman jagora da alkibla? Tunanin mutum, wanda halaye, son zuciya, son zuciya, da tsattsauran ra'ayi

suka rinjayi, ba shi da wani amfani, kuma tasirin muhallin mutum, iyali, kasa, ko duniya ba zai iya samar da jagora na gaskiya ba. Saboda haka, dole ne mutum ya koma ga Allah ya saurari muryar natsuwa da nutsuwa da ke fitowa daga .zurfin rai, murya mai jituwa da gaskiya

Bambanci tsakanin tunani na tunani da zurfin tunani na
ruhaniya

Idan mutum ya tsara kansa da ilimin ka'ida, zai zama kamar mai rikodin tafiya, yana maimaita karin magana da jimli masu girma, wasu kuma suna daukar su a matsayin waɗanda aka koya kuma masu ilimi. Amma irin wannan ilimin ba a karfafa shi ta hanyar fahimtar gaskiya kai tsaye ba, kuma ba a daidaita shi da cimma ruhaniya ba. Wannan nau'in fahimta ko fahimta yana riƙe "kai" a ɗaure da tunanin ji, wanda shi kansa yake da iyaka da jin daɗin jiki. Ilimin ka'ida ba zai iya samun ilimin allahntaka ba, kuma yana da kyau kada a bata lokacin mutum mai tamani akan ka'idoji waɗanda ba za a iya amfani da su a zahiri ba, don kada a sami kansa a cikin dajin ilimi mai yawa, ba zai iya wuce .fagen ka'ida ba

Wannan tsari ba zai kai ga sanin gaskiya ba domin gaskiya ta wuce ra'ayoyi da ka'idoji, kuma da yawa daga cikin waɗanda suka bi wannan hanyar suna ɗaure kansu da .karshen ra'ayinsu na asali

Idan mutum ya yi amfani da hankalinsa kawai don neman kuɗi da kayan duniya, hankalinsa zai shiga cikin duniyar duniya kuma ya shiga cikin sarkakiya marasa iyaka. Saboda haka, mutane masu hikima suna cewa bai kamata mutum ya sadaukar da dukkan ikon tunani da Allah ya ba shi don neman abubuwa masu sauri ba, don kada ya rasa kansa a cikin labyrinth na son abin duniya kuma ya kirƙiri kuntatawa da kuntatawa marasa amfani ga kansa. Madadin haka, ya kamata su yi amfani da ikon tunaninsu don samun

abubuwan da ake bukata na rayuwa kuma su yi kokari su
habaka ikon dabi'arsu don bambance tsakanin abin da ke
daidai da abin da ba daidai ba, da tsakanin abin da ke
cutarwa da abin da ke da amfani. Lokacin da suka habaka
fahimtarsu ta ruhaniya, za su iya fahimtar Allah a cikin kansu
kuma su tabbatar da gaskiyar ruhaniya da ke boye a bayan
labulen sha'awa mai yawa. Wannan yanayin ana kiransa
.zurfin tunani na ruhaniya

Ko menene damuwarmu, dole ne Allah ya kasance yana
ba da fifiko a rayuwarmu. Daya daga cikin muhimman
abubuwan ci gaban ruhaniya shine hadfin kai mai dorewa da
Allah, wanda ta hanyarsa za ku shaida wani canji mai ban
.mamaki, mai kyau wanda zai burge ku sosai

Idan mutum yana son kallon wani shiri, ko siyan sabbin
tufafi ko sabuwar mota, shin ba gaskiya ba ne cewa
hankalinsa yana cikin damuwa a kowane lokaci? Dangane da
wadannan al'amura da kuma yadda za a cimma su ko kuma
a same su? Ba zai huta ba har sai ya cika burinsa, kuma zai
ci gaba da aiki ba tare da gajiya ba don cimma wadannan
.bukatu

Saboda haka, hankalin dan adam ya kamata ya
shagaltu da tunani game da Allah. Sannan duk kananan
sha'awa za su canza zuwa sha'awar jin Allah da kuma yin
.magana da shi

Idan hankali ya yi wa Allah rada, wata murya mai karfi
da ke fitowa daga zurfin rai mai bege

Kiran rai zai taɓa zuciya sararin samaniya, kuma amsar
za ta zo, tana kawo babban farin ciki

Raɗawa ta hankali tana karfafa karfin hali, har sai kun
sami isasshen karfi don cimma burin da ake so

Idan tunanin mutum da nufinsa suka yi daidai da Allah,
ana ba shi iko mara iyaka, ta yadda kawai tunanin wani abu
zai isa ya haifar da shi, domin dokar Allah tana aiki ne don
.amfanin waɗanda suka yi daidai da nufin mafi girma

Duk nasarorin da na samu a rayuwata an cimma su ne
ta hanyar ikon tunani cikin jituwa da Allah. Lokacin da injin
samar da wutar lantarki na Allah ke aiki, duk abin da nake so
yana faruwa ba tare da togiya ba, da farko yana dawakar
siffar kira mara ganuwa, sannan ya bayyana da karfi mai
.karfi a zahiri

Sirrin girma

Muna girma ta kowace irin gogewa da muka fuskanta,
matuƙar mun fahimci cewa za mu iya koyon darussa masu
amfani daga gare su. Kowane ciwo da wahala da muke
.fuskanta yana da ma'ana da manufa

Duk da tsananin jarabawa, suna kama da wuta da ke
narkar da karfe, tana mayar da ita karfe mai kyau, mai karfi,
kuma mai amfani. Hikimar da muke kirƙirawa ta hanyar
harshen wuta mai zafi na gogewa abin mamaki ne kwari da
gaske. Rayuwa tana tsarkake mu, tana canza yanayinmu na
asali zuwa abubuwa masu tamani, tana ba mu damar
rayuwa da rayuka masu tsarki kamar lu'u-lu'u, masu karfi
kamar karfe, amma masu sassauka da juriya, suna
lankwasawa ba tare da karya karkashin matsin lamba na
.wahala da wahala ba

Idan muka ga fuskokin da fushi ya murɗe, waɗanda aka
yi musu tabon mugunta, ganinsu yana sa mu yi sha'awar
kwar da mummuna daga rayukanmu - rai wanda ba a taɓa
shi ba sai mugun nufi da kuma zurfin kiyayya da ke boye
siffar allahntaka mai albarka a cikinmu, kamar yadda kura ke
lalata madubi. Ayyukan wasu masu raɗaɗi ya kamata su
tada mana sha'awar inganta halayenmu da kuma sarrafa

kanmu, domin mu zama masu iko da sha'awarmu marasa
.tsari, ba bayinsu ba

Kalmomi masu daɗi magani ne mai ban mamaki ga
cututtuka da yawa, suna da karfin maganadisu mai karfi,
kusan sihiri, wanda ke kawo albarka da wadata ga mai
magana da su. Waɗanda ke amfani da kalmomi masu
kwantar da hankali da taushi suna jin wani karamin kwararar
ruwa yana gudana ta cikinsu ba tare da katsewa ba, cike
suke da yalwar natsuwa. Wannan saboda wannan kwararar
ruwa tana da alaƙa da tushenta mafi girma, tana gudana
koyaushe kuma tana isa ga rayuka cikin jituwa da ita.
Sannan za su iya isar da wannan kwararar farin ciki ga
.rayukan da ke neman zaman lafiya

Kowace rana, mutum yana kallon madubi don ya ga
fuskarsa domin yana son ya bayyana a mafi kyawunsa ga
wasu. To, me ya fi muhimmanci a gare su su tsaya a kowace
rana tare da kansu su kalli madubin nazarin ciki don gano
abin da ke karkashin saman mai walƙiya! Domin duk abin da
ke da kyau a waje yana samon sha'awarsa daga cikin zuciyar
mutum Kuma babu abin da ke bata madubin rai tsantsa
kamar karkacewar tunani kamar fushi, kiyayya, hassada, da
kiyayya. Duk wanda ya yi koƙarin 'yantar da kansa daga
waɗannan mahadɓan, waɗanda ba sa cikin yanayin ruhi, zai
.bar hasken kyawun ciki ya haskaka daga ciki

Ta hanyar bincike, mun gano cewa matsalolin ɗan adam
guda uku ne: akwai matsaloli da rashin lafiya da ke kai hari
ga jikin ɗan adam, wasu kuma suna kai hari ga tunani, da
.kuma rukuni na uku da ke toshe hanyoyin rai

Rashin lafiya, tsufa, da mutuwa su ne wahalhalu da
cikas da jiki ke fuskanta Cututtukan tunani, duk da haka,
suna mamaye hankali ta hanyar baƙin ciki, tsoro, fushi,
sha'awa da aka danne, kiyayya, sha'awar motsin rai, tashin
hankali mai zafi, da kuma ciwon daji na tunani wanda ke

gurgunta hankalin tunani. Duk da haka, mafi haɗari ga rashin lafiya ita ce rashin lafiyar rai, wadda take bayyana a cikin jahilci, inda duk sauran cututtuka ke fitowa kuma suke .yaɗuwa

Akwai alheri fiye da mugunta a duniya

Idan shakku suka shigo, ya kamata mu tuna da rayuwar manyan mutane. Gaskiya ne cewa mu mutane ne, amma Allah ya ba mu iko mai ban mamaki wanda ba kasafai muke amfani da shi ba. Don haka me yasa muke rawar jiki saboda tsoron tsufa, rashin lafiya, da bakin ciki? Ya kamata mu yi duk abin da za mu iya don kula da jikinmu, amma bai kamata mu faɗa cikin tsoro ko mu binne kanmu a karkashin .tarin jahilci ba

Jiki ba shine cikakken mutum ba

Alheri ya fi mugunta a wannan duniyar domin Allah ne babban iko. Amma idan sharri ya same mu, muna tunanin ba .mu da ikon sarrafa shi ko kuma mu tsere masa

Guguwar mugunta za ta yi karfi, amma za mu iya shawo kan tasirinsu mu kuma yi nasara a kansu

Ba a ba mu rai don a halaka shi ba, amma don a cusa mana sanin har abada a cikinmu, kuma dole ne mu tuna da .wannan gaskiyar

Ba tare da 'yancin tunani ba, mutum ba zai iya bayyana kansa ta hanyar tsarki, ba zato ba tsammani, kuma ta halitta ba. Ka tuna cewa kai mai 'yanci ne. Ikon nufin koyaushe .yana da 'yanci

Idan ka yi amfani da karfin zuciyarka yadda ya kamata, zai haifar maka da kyakkyawan karma, amma yawancin mutane ba sa son canzawa kuma ba sa son yin kofari, don

haka suna durkushewa a gaban matsaloli kuma ba sa iya
.fuskantar kalubale

Yin duk abin da mutum ya ga dama ba 'yanci ba ne,
domin mutane suna daure da sha'awarsu, don haka ba za a
iya kiran ayyukansu 'yanci kwata-kwata ba. 'Yanci na
gaskiya yana nufin yin komai da wasiyya da hikima ke
jagoranta. Mutum zai iya sarrafa sakamakon ayyukansa na
baya, wanda ba makawa zai bi su, idan ya kunna wasiyyarsa
kuma ya yi amfani da ita don ayyukan alheri da amfani. Idan
ka gudanar da ayyukanka da hankali da himma, karfin
ayyukanka na baya za su raunana kuma halayen da suka
.samo asali daga ayyukanka nagari za su karfafa

Kullum muna sha'awar abin da muka rasa kuma muna
manne wa abubuwan da ba su da mahimmanci. Da zarar
wani abu ya same mu, sai mu rasa 'yancin zabe na ɗan
lokaci. Kamar yadda 'yan Gabas suka zama bayin al'adun
gargajiya, haka nan ma 'yan Yammacin Turai suka zama
bayin na zamani. Muna kirƙirar ƙaddararmu kuma mu ɗaure
.ta da shi

Me yasa ake haihuwar ɗa ɗaya cikin mugayen iyali
yayin da ake haihuwar wani kuma cikin nagari? Kowannensu
ya yi amfani da 'yancinsa don rayuwa ta wata hanya a baya
(a cikin rayuwar da ta gabata) kuma ta haka ne ya jawo wa
.kansa waɗannan yanayi a wannan rayuwar

Babu 'yanci na gaske ba tare da Allah ba. Dole ne mu
riƙa tunawa da Shi koyaushe. Ko menene damuwarmu da
tunaninmu, dole ne Allah ya kasance a kan gaba a cikin
zukanmu, kuma idan muka kasance tare da Shi da gaske,
za a ba mu ikon cimma abin da ya kamata mu yi, a kowane
.lokaci, tare da taimakonSa mai tsarki

Shawara ga almajiri

Daya daga cikin d'aliban ya tambayi malami
Paramhansa cewa ya ba shi shawara kan yadda zai inganta
kansa, sai ya ce: Idan kana son a kaunace ka, fara da kaunar
.wasu waɗanda ke buƙatar kaunarka

Kuma idan kana tsammani daga wasu Ka kasance mai
aminci gare su domin su kasance masu gaskiya a gare ka
Idan kana son hana wasu yin mugunta da wayo, kada ka
bari yaudara ta shiga cikin tunaninka, kuma kada ka yi abin
.da zai cutar da wasu

Idan kana son wasu su tausaya maka, fara da nuna
.musu tausayi, musamman ga waɗanda ke kewaye da kai
Idan kana son wasu su girmama ka, dole ne ka girmama
yara da manya

Idan kana son zaman lafiya daga wasu, dole ne ka rayu
cikin jituwa

Idan kana son mutane su zama masu addini, ka zama
mai ruhaniya a cikin yanayi kuma ka bar wasu su ji cewa kai
abin koyi ne mai kyau kuma za su iya dogara da kai su kuma
.amince da kai

A takaice, duk abin da kake son wasu su nuna Daya
daga cikin kyawawan halaye shine ka fara nuna shi a
rayuwarka, kuma za ka ga cewa mutane za su mayar maka
.da martani iri ɗaya

Idan za ka iya gano ɓangarorin rayuwarka da ke buƙatar
gyara ba tare da ka karaya ko kuma ka haifar da wani yanayi
na rashin karfin hali ba, kuma idan ka ci gaba da aiki don
inganta halayenka, to lokacin da ka kashe a kan wannan zai
fi amfani fiye da idan za ka batar da fatan wasu za su
inganta kansu. Misalinka mai kyau da ɗabi'a mai kyau suna

da iko mafi girma na canza wasu fiye da burinka, fushinka,
.da kalmominka kaɗai

Ya Ubangiji, Kai ne tushen dukkan alheri da kuma asalin
dukkann iko, Ka albarkace mu domin mu yi nuni ga
ni'imominKa a kanmu a cikin lafiyarmu, burinmu na ilimi, da
kuma bayyanannun ruhi. Kai ne hasken taurari, kuzarin da
ke cikin kwayoyin halitta, kirki a cikin zukata, da kuma
kyawun gaskiya. Ka taimake mu mu cika kanmu da ikonKa
mafi girma, hikimarka mara iyaka, da kuma sahihancinKa
.mara iyaka

Ya Ubangiji, bari mu gane cewa Kai ne maɓuɓɓugar
lafiya, teku na rayuwa, kuma tushen dukkan fahimta da ilimi
Ka 'yantar da mu daga jahilci da tasirinsa, daga tsoro da
damuwa, kuma ka bar ambaliyar hikimarka ta share dukkan
tarkace da tarkace daga rayuwarmu

Ya Ubangiji, ka yaye mana mayafin da ke boye mana
fuskarka, Bari mu gan ka a matsayin haske mai haske,
kamar ranaku marasa adadi a sararin rayuwarmu. Bari mu ji
Ka a matsayin ikon da ke sabunta tunaninmu, yana ciyar da
rayukanmu, yana kula da jikinmu, kuma yana cika mana
.burinmu

Amin

Yawancin mutane ba su san dalilin ba Tun daga
wanzuwarsu a wannan duniyar, sun yi imani da cewa
manufar rayuwa ita ce cikas sha'awa Samun abubuwan da
ake bukata na rayuwa Neman jin daɗi da kaunar ɗan adam,
da kuma mika wuya ga mai kira na karshe

Mutane suna fara rayuwarsu Masu shirye-shirye da
takamaiman sha'awa da sha'awa waɗanda ba a cika su ba a
baya Kuma suna kofari - da ɗan 'yancin da suka rage - Ta
hanyar kwaikwayon sha'awa da ayyukan wasu, idan sun yi

hulɗa da 'yan kasuwa, suna son zama kamar su, kuma idan
sun yi hulɗa da masu fasaha, fasaha ta zama komai a gare
.su

Allah yana so mu zama masu amfani a wannan duniyar
Ya ba mu yunwar da ke buƙatar mu yi aiki don mu gamsar
da ita, amma neman abinci, matsuguni, kuɗi da dukiya
kawai yana nufin cewa mutum ya manta da tushen farin
cikinsa

Gaskiya ne cewa dole ne mu yi aiki don cimma
bukatunmu da kuma ƙoƙarin cimma burinmu na halal, amma
da farko dai, dole ne mu buɗe zukanmu ga Allah mu nemi
shiriyarsa da yardarsa a cikin duk abin da muke yi Sannan
tabbas za mu yi nasara a makarantar rayuwa, domin za mu
sami jagorancinmu daga Babban Manaja kuma Mai Ba da
Shawara wanda ya san abin da muke buƙata da abin da ya fi
dacewa da mu. Saboda haka, dole ne mu dogara gare Shi
.mu kuma mika wuya ga nufinSa mai hikima

Daga laccocin malami Paramahansa

Idan farin cikin rai ya boye ta hanyar wani kauri mai cike
da jin daɗi na ɗan lokaci, hasken zinariya na ruhu zai
dusashe, kuma ikon rai na gaskiya ya boye a bayan yawan
abu. Lokacin da hankalin mutum ya ja zuwa ga kishi da
hassada, kuma ya lulluɓe da gajimare na tsoro da damuwa,
mutum ya zama mai baƙin ciki, mai baƙin ciki, kuma ya sha
kashi. Amma lokacin da mutum ya mai da hankali iri ɗaya ga
kauna, zaman lafiya, da jituwa, mutum yana fuskantar
.babban farin ciki

Rai yana jin daɗi idan ya juya daga sha'awar jiki da aka
gauraya da wahala da baƙin ciki zuwa kyawawan halaye na
ruhaniya, cike da jin daɗi masu girma

Idan rai ya nutse gaba daya cikin jin daɗin duniya mai
ban sha'awa, zai zama ba ya kula da neman farin ciki mafi
girma kuma ba zai iya jin daɗin ruhaniya ba. Mutane da
yawa na iya jayayya cewa watsi da jin daɗin duniya kusan
ba zai yiwu ba a wannan duniyar ko yayin da ake zaune a
tsakanin mutanen da tunaninsu ya dogara ne kawai akan
abubuwan duniya. Duk da haka, ba a buƙatar mutum na yau
da kullun ya bar duniya ya koma zuwa tsaunuka da
dazuzzuka don samun natsuwa da kwanciyar hankali ba.
Maimakon haka, ya kamata su ci gaba da kasancewa a cikin
wannan duniyar ba tare da barin rakuman ruwa masu karfi
su share su ba, don kada rakuman ruwa masu karfi na
.wannan rayuwa su mamaye su

Bai kamata mutum ya kasance mai mummunan ra'ayi
game da muhallinsa ba, kuma a lokaci guda bai kamata ya
bar abin duniya ya makantar da ganinsa ba, don kada ya
rasa kusanci da yanayin ruhaniyarsa kuma ya kasa dandana
.farin cikin jin daɗi da kuma ganin hasken allahntaka ba
Rayuwa, tare da ainihinta, abubuwan da ke cikinta, da
kuma manufofinta, wasa ne mai wuyar fahimta amma ba zai
yiwu a warware shi ba, kuma tare da tunaninmu na ci gaba,
.muna warware wasu sirrinta kowace rana

Na'urorin da aka gina bisa ka'idodin kimiyya na gaskiya
a wannan zamanin tabbas suna da ban sha'awa, kuma
abubuwan da kimiyya ke kawowa suna ba mu hangen nesa
mai haske game da hanyoyin da za a iya inganta rayuwa.
Amma duk da duk kayan aiki, kirƙira, da dabarun da muke
da su, har yanzu muna kama da 'yan tsana a hannun
ƙaddara, kuma hanyar da ke gaba har yanzu tana da tsawo.
.Kafin a 'yantar da mu daga ikon yanayi

Hakika, rayuwa cikin rahamar yanayi ba 'yanci ba ne.
Hankalinmu masu himma suna cike da damuwa da rashin
taimako lokacin da muka ji cewa mu ne waɗanda ambaliyar

ruwa, guguwa, ko girgizar kasa suka shafa, ko kuma lokacin da abubuwan da suka faru suka kwace mana - ba tare da dalili mai ma'ana ba - wadanda muke kauna kusa da zukanmu. Sai mu fahimci cewa ba mu cimma nasarori da yawa ba, kuma ba mu iya shawo kan mawuyacin yanayi ba. Duk da duk kokarinmu na yin rayuwa kamar yadda muke so, wasu yanayi za su bayyana a wannan matakin duniya, kuma abubuwan da suka faru ta hanyar tunani mai karfi wanda ba mu san komai game da shi ba, suna aiki gaba daya ba tare da ra'ayoyinmu da nufinmu ba. Mafi kyawun abin da za mu .iya yi shi ne aiki da yin wasu gyare-gyare

Muna noman alkama kuma muna yin gari, amma wa ya halicci iri na farko? Muna cin burodi da aka yi da gari, amma wa ya ba wa jikinmu ikon narke shi? Kuma ta yaya za mu ?mayar da abinci zuwa abinci mai gina jiki

A kowace kusurwa ta rayuwa, akwai hannun allahntaka mai mahimmanci da ba za mu iya sarrafa al'amuranmu ba tare da shi ba, kuma tare da dukkan tabbacin da muke da shi, Ba mu san lokacin da zuciya za ta daina aiki ba. Don haka, bukatar dogaro da karfin hali ga ikon allahntaka mafi girma da kuma dogaro da kanmu mafi girma, wanda ke .fitowa daga wannan ikon da aka tsara mana

Dole ne mu sami imani mara girman kai, kuma mu yi tafiya cikin aminci a kan hanyoyin rayuwa

Ba tare da tsoro da rawar jiki ba, kuma ba tare da damuwa da tsarewa ba

Magance alerji

Cin galaba kan rashin hankali fasaha ce mai laushi, kuma sarrafa saurin amsawa yana da mahimmanci don .habaka dabi'a mai daidaito da tsari

Jin kai ya samo asali ne daga rashin fahimta, rikitarwar
karancin daraja, girman kai mai yawa, da kuma girman kai
.mai yawa

Idan mutum ya yi tunanin cewa an ji masa rauni,
wannan tunanin yana shiga cikin zuciyarsa, yana tayar da
jijiyoyinsa, wanda daga nan sai ya zama mai tsanani kuma
mai tawaye Fushi yana tashi a cikin zuciyarsa saboda motsin
zuciyar da ya ji rauni. Duk da haka, wasu mutane suna da
ikon sarrafa motsin zuciyarsu, don haka alamunsu na waje
ba sa bayyana duk da tsananin fushin da ke cikinsu. Wasu
kuma suna bayyana fushinsu ta hanyar martani nan take,
wanda ke bayyana a cikin tsokoki na ido da fuskokinsu, da
.kuma ta hanyar martani mai kaifi, na baki

Yawan motsin rai yana da mummunan sakamako; yana
rikitar da lamarin kuma yana haifar da rashin kwanciyar
hankali mara kyau wanda ke shafar wasu

Dole ne a yi kokari don nuna kamun kai da natsuwa, don
haɓaka yanayi na fahimta da jituwa wanda ke haɓaka zaman
lafiya maimakon tashin hankali da kuma kawar da hayakin
damuwa. Waɗanda suka yi hakan za su mallaki makomarsu
kuma waɗanda ke kewaye da su za su sami lada da godiya
.da girmamawa

Yawan jin haushi wani hali ne da yawancin mutane ke
da shi, kuma idan wannan motsin rai mara hankali ya tashi,
yana makantar da hankali kuma yana boye idanun hikima.

Mafi muni ma, mutumin da ke da yawan jin haushi yana
ganin yana tunani, yana ji, kuma yana yin abubuwa daidai,
!alhali kuwa halayensa na iya zama ba daidai ba

Mutane da yawa suna ganin ya kamata su tausaya wa
kansu idan aka yi musu suka, kuma tausayin kai yana ba su
sauki. Amma kamar masu shan miyagun kwayoyi,
.gwargwadon yadda suke shan su, haka jarabarsu ke karuwa

Mutum mai saurin kamuwa da cuta sau da yawa yakan
sha wahala ba tare da wani dalili ba Sau da yawa fiye da
haka, babu wanda ya san musabbabin damuwarsa ko
yanayin kukansa, wanda ke haifar da karuwar bakin ciki a
cikin kebewar da suka yi wa kansu. Babu abin da za a iya
cimmawa ta hanyar yin tunani a hankali kan zagi ko suka da
ake gani. Ya fi kyau a magance tushen irin wannan rashin jin
.dadi ta hanyar nazarin gaskiya da kuma kame kai

Wannan nau'in rashin lafiyar jiki mara kyau yana da
mummunan sakamako; yana cinye zuciya kamar wuta kuma
yana lalata kyallen zaman lafiya. Saboda haka, dole ne a
magance shi da hikima, da hankali, da kuma da himma mai
.karfi

Ina aiki tukuru don yi wa kowa hidima, amma idan na
koma kawaicina don tunani, ban yarda kowa ya dame ni ba.
Sauran al'amura na iya jira, amma bai kamata a yi watsi da
.alkawarin da na yi da Allah kowace rana ba

Kafin ka dauki wani mataki, ka dakata ka yi la'akari da
sakamakon da tasirinsu ga hankalinka, jikinka, da ruhinka.
Ayyukan da aka tilasta su ba 'yantarwa ba ne, domin
ayyukan da suka saba wa dokokin jituwa da ci gaba za su
takaita mutum. A akasin haka, ayyukan da aka amince da su
ta hanyar fahimta da kuma bisa lamirinsu suna da kyau
.kuma suna kawo 'yanci

Idan ka yanke shawarar yin wani abu mai kyau, ko kuma
ka guji yin wani abu mara kyau, kuma ka tsaya kan wannan
shawarar ka kuma yi aiki yadda ya kamata, ka sani cewa
.rabonka na 'yancin yana da yawa

Allah yana so mu yi amfani da 'yancin zabe da aka ba
mu don nemansa mu same shi, amma ba ya son ya tilasta
.mana kansa

Sha'awar kusantar Allah da kuma saninsa ba ta zuwa da
kanta ba, amma dole ne a kunna ta kuma a kula da ita. Ba
tare da wannan sha'awar ba, rayuwa ba ta da wani amfani
.ko dandano

Bari fahimtarka ta ruhaniya ta jagoranci tunaninka kuma
nasararka za ta bi ka duk inda ka je

Ga Allah nake sadaukar da muryata, hannuwana,
kafafuna, zuciyata, jikina, yadda nake ji, nufina da komai

Soyayya ita ce makamin ruhaniya da ke kawo karshen
dukkar yake-yake

Bayan wannan duniyar akwai duniyoyi marasa iyaka
inda za mu sake haɗuwa da waɗanda muka yi tunanin sun
.bar mu har abada

Wannan rayuwar duniya tana canzawa koyaushe, baƙin
ciki yana bin mafarkin baƙin ciki akan ruɗani. Wannan
al'ajabin da ke bayyana a hamadar saninmu dole ne ya
bace, kuma dole ne mu farkar da kanmu na gaskiya daga
.karkashin lulluɓin abubuwa masu yawa

Kada ka yi koƙarin gina begenka a kan wannan rayuwa.
Ina garantinka yake? Za ka tsira ne kawai idan ka nemi
.mafaka a wurin sanin Allah

Asalin rai kamar zinariyar da aka binne a karkashin kasa
ne. Idan aka cire kasa daga zinare kuma aka wanke ta da
.ruwan tunani, sai ta yi haske da cikakken tsarki da haske

Ya Ubangiji, bari mu ga abin da ke da kyau, mu yi tunani
mai kyau, mu kuma yi tarayya da waɗanda ke da kyawawan
halaye. Ka taimake mu mu yi tunaninka mu kuma yi

tunaninka, Ya kai wanda kai ne tushen dukkan adalci kuma
.tushen dukkan alheri

Yanci daga rauni'

Hanya mafi kyau ta shawo kan rauni ita ce a daina
tunaninsa; in ba haka ba, ra'ayin rauni zai mamaye saninka
ya mamaye zuciyarka. Idan muka kawo haske cikin kanmu,
.duhu zai bace kamar bai taɓa wanzuwa ba

Wannan ra'ayin yana kawo min kwarin gwiwa mai ban
mamaki

Idan aka shigar da haske cikin kogo wanda aka lulluɓe
shi da duhu tsawon dubban shekaru, duhun yana bacewa
nan take Haka nan, rauni da kurakurai suna bacewa lokacin
da muka bar hasken Allah ya shiga cikin saninmu, kuma
duhun jahilci ba zai iya wanzuwa ba. Wannan ita ce falsafar
.da ya kamata mu rayu da ita

Jinkiri ba shi da amfani Tayar rayuwa ba ta daina juyawa
ba, kuma kwanakin rayuwarmu suna wucewa da sauri
Kowace minti da muke batar da tunani a sarari da kuma yin
aiki da hikima saka hannun jari ne mai nasara da riba a cikin
farin cikinmu

Mutane da yawa suna batar da rayuwarsu gaba ɗaya
suna tunanin kuɗi, jima'i, da shahara, kuma ba kasafai suke
mai da hankali kan muhimman abubuwan da ke kawo musu
kwanciyar hankali da kuma ɗaga wayar da kan jama'a zuwa
.manyar matakai ba

Komai girman matsayin mutum, ana ɗaukarsa a
matsayin mai nasara a gaban Allah idan ya san yadda zai yi
amfani da lokacinsa cikin hikima da kuma shiryyar da
.tunaninsa zuwa ga hanya madaidaiciya

Idan hasken Allah ya haskaka wa mutum, ba ya jin cewa
yana bukatar komai domin farin cikin da ke mamaye shi
yana cika dukkan burinsa kuma yana sa shi jin cewa shi ne
mafi arziki a cikin masu arziki kuma mafi farin ciki a cikin
.masu farin ciki a wannan rayuwar

Ramin Haske

Wadanda tunaninsu na ruhaniya ya farkar da su ta
hanyar tunani mai haske, ayyukan alheri, jin dadi, da zurfin
tunani za su iya jin tafiyarsu daga jiki a lokacin karshe na
tashi ta hanyar idon ruhaniya. A lokacin zamansu na duniya,
yogi suna yin aikin ganin ramin idon ruhaniya a iyakar da ke
tsakanin abu da ruhu, kuma a lokacin da suka bar Duniya, za
su iya shiga wannan rami mai haske su wuce daga wannan
duniyar zuwa ga sararin Allah mara iyaka na haske, farin
.ciki, zaman lafiya, da cikakken 'yanci

{Haske bisa haske}

Fitilar jiki ita ce idon [ruhaniya]

Idan idonka daya ne

Sannan dukkan jikinka zai cika da haske

Haske kuma yana haskakawa cikin duhu, duhun kuma}

{bai san shi ba

Jin tausayi shine jin bakin cikin wasu, kusancinsu, yin
magana da su, da gaske kokarin ta'azantar da su a cikin
bala'in da suka shiga, da farin ciki da farin cikinsu, da kuma
yin iya kokarinmu don nisantar da tsoro, bukata, da damuwa
.daga gare su

Wanda ke da ruhin son kai ba ya aiki bisa ga
kayyadadden lissafi da tsammani, amma yana amfani da
basirarsa da kuma kyakkyawan hukunci kuma yana ci gaba
da taimaka wa kansa da wasu, yana gode wa Allah saboda

nasarar da ya samu. Idan ya gaza sau ɗaya ko sau da yawa,
ba ya jin karaya, sai dai ya kara jajircewa, yana ninka
kokarinsa yana maimaita kokarin, yana bincika sabbin
ra'ayoyi da hanyoyin sadarwa, yana jagorantar hasken
hankali, yana neman taimakon Allah har sai ya cimma
.burinsa kuma ya cimma manufarsa mai daraja

Wanda ya yi aiki don faranta wa wasu rai, Allah zai
faranta masa rai da jin dadin zuciyarsa. Idan ya rasa wani
abu saboda waɗanda yake kokarin taimaka musu, ba ya
ɗaukarsa a matsayin asara domin a madadinsa yana samun
yardar Allah da kwanciyar hankali. Yana rayuwa don kauna,
aiki, bayarwa, da shuka irin alheri da zaman lafiya a fagen
.ɗan adam

Duk wanda ya wuce duniyarsa ta kansa a cikin
tunaninsa da ji, yana faɗaɗa fahimtarsa, yana kara
tausayinsa, kuma yana jin cewa duniya ita ce gidansa kuma
ɗan adam ita ce iyalinsa. Ya fahimci cewa manufar
wanzuwarsa a wannan duniyar ita ce gyara kansa kafin ya yi
kokarin gyara wasu, domin duk wanda ya gyara kansa yana
taimaka wa wasu su gyara kansu ta hanyar misalin
rayuwarsa. Ayyuka suna da tasiri mai zurfi da tasiri mai zurfi
.ga rayukan wasu fiye da kalmomi

Tashoshi masu gajeru

:Hasken gaskiya

Wasu mutane suna kokarin guje wa matsalolinsu ta
hanyar murmushi, amma irin wannan tserewa yana buƙatar
lamiri mai tsarki, wanda ba shi da munafunci da yaudara.
Idan mutum ya yi mu'amala da kansa da wasu da gaskiya,
kuma ya yi aiki da mutunci da mutunci, idanunsa za su
bayyana, kuma wani haske na musamman zai fito daga gare
.su - hasken gaskiya mara kuskure

:Gaskiya

Wasu mutane suna faɗin abubuwa da yawa da sunan gaskiya, amma ba za ka iya yi wa kowa magana game da komai ba Lokacin da kake ba da shawara da jagora, wasu mutane ba su fahimci kalmominka ba kuma ba su amfana da komai daga abin da ka faɗa ba; wannan aiki ne da ba a yaba ba kuma aiki ne da ba a yaba ba Shiru a irin waɗannan yanayi yana da kyau, amma wannan ba zai yiwu ya yi shiru .game da aikata laifi ba

:Daidaito kai

Daidaito kai abin birgewa ne kwarai da gaske. Mutane da yawa sun san yadda yake da wahala a zauna lafiya da wasu, amma shin kun taɓa tunanin zama lafiya da kanku? Yana da matuƙar wahala, amma yana yiwuwa. Idan kun binciki kanku, za ku ga cewa koyaushe kuna cikin rashin jituwa da kanku. Idan ba ku son kanku ba, ba za ku so wani ba. Kuma idan mutum bai jitu da kansa ba, ta yaya zai iya ?zama lafiya da wasu

Daidaiton kai yana da mahimmanci don jituwa da duniya. Saboda haka, yana da mahimmanci a daraja da ƙaunar kanka, domin ka cancanci wannan ƙaunar. Dole ne mutum ya ƙaunaci kansa domin Allah ya halicce mu kuma ya ba mu iko mai kyau. Ƙaunar wannan zuciyar, wannan abu mai cike da halaye nagari, yana ƙarfafa ɗabi'a mai kyau kuma yana tsarkake hankali daga ƙazanta da zuciya daga .mugunta da kiyayya

:Daidaita kamfas ɗin adabi

Mutum ba zai iya yaudarar lamirinsa ba, ya ba da hujjar aikata laifi, ko kuma ya tsere wa sakamakon ɗabi'un da ba daidai ba, koda kuwa za a yi tafiya zuwa wata duniya. Sakamakon ayyukansa yana tare da shi, kuma dole ne

mutum ya gyara tafarkinsa kuma ya daidaita kamfas din
ɗabi'arsa ta yadda allurarsa koyaushe za ta nuna hanya
.madaidaiciya

Wasu mutane suna rayuwa a cikin mafi munin yanayi
amma duk da haka suna cikin jituwa da kansu, yayin da
wasu kuma suna da kowace dama da duk abin da suke
bukata amma duk da haka suna cikin rikici na dindindin da
kansu. Saboda haka, bai kamata mutum ya jira yanayi ya
canza ba. Ka tabbatar wa kanka cewa kana lafiya duk da
yanayin da kake ciki, wanda zai iya bambanta da abin da
.kake so

Duk wanda ya sanya kansa a cikin rahamar yanayi,
Yana jiran abubuwa su canza, kuma jiran sa zai dade

An ce wani mutum yana iya magana da harsuna goma
sha takwas, amma talaucinsa ya yi yawa har ba zai iya
samun fitilar da zai karanta ba. Don haka zai je kusurwa ya
zauna a farkashin hasken titi don karantawa. Hakika, karfin
hali yana kirkirar hanyoyi, yana kirkirar damammaki, yana
sabunta bege, yana cika ayyuka, kuma yana cika buri da
.mafarkai

Ana iya yin sadarwa ta gaskiya da waɗanda suka san
Allah ta hanyar mu'amala ta kai tsaye da su, karanta rubuce-
rubucensu da kyau, ko kuma yin bimbini mai zurfi game da
su. Muhimmin abu da za a tuna. Yana cikin fahimtarsu,
.wanda ya yi daidai da Allah

Idan muka daidaita tunaninmu da manyan rayuka
waɗanda ke kaunar Allah, wannan jituwa a hankali tana
canza rayuwarmu ta hanya mai ban mamaki. Wannan jituwa
ba ta bautar da nufin ba, sai dai ta faɗaɗa ikonta da kuma
karfafa ikonta. Wannan shine bambanci tsakanin kasancewa
cikin jituwa da mutanen da ke cike da girman kai da kuma
shagaltuwa da abin da za su iya samu, da kuma kasancewa

cikin jituwa da masoyan Allah da ɗan adam waɗanda
manufarsu ita ce bayarwa da farkar da kaunar Allah a cikin
rayukan waɗanda ke cikin jituwa da su. Magnetism na
waɗannan mutane masu albarka yana kawo mu cikin
.kusanci da maganadisu na Allah

Dole ne mu tuna cewa yayin da muke koƙarin biyan
bukatunmu, dole ne mu taimaka wa wasu su sami abin da
suke bukata kuma mu raba wa marasa galihu kyawawan
abubuwan rayuwa da ke zuwa mana. Bari mu tuna cewa mu
bangare ne na dangin duniya kuma ba za mu iya rayuwa ba
.tare da wannan babban iyali ba

Yaya rayuwa za ta kasance ba tare da kafintoci, masu
kirkira, manoma, da sauransu ba? Ta hanyar bayarwa da
karɓa, da kuma musayar ayyuka, Allah yana so mu yi tunani
a kai kuma mu tausaya wa wasu. Babban kuskure ne mu
rayu don kanmu kawai ba tare da la'akari da wasu ba.
Lokacin da muke tunanin farin cikinmu, dole ne mu yi tunani
game da farin cikin wasu. Ba a buƙatar mu ba da duk abin
da muke da shi don jin daɗin iyalin duniya ba, domin hakan
ba zai yiwu ba. Maimakon haka, ya kamata mu tausaya wa
wasu kuma mu yi abin da za mu iya don taimaka musu da
.rage musu nauyin da ke kansu

Akwai dangantaka tsakanin nasara da kuma tsakanin
gamsuwar rai, a cikin mahallin da mutum ke rayuwa a ciki

Nasara ta gaskiya sakamakon aiki ne da ya dace da
ka'idodin adalci, kuma ya haɗa da farin ciki da walwalar
wasu a matsayin muhimmin bangare na gamsuwar mutum
Duk wanda ya yi amfani da wannan ka'ida ga rayuwarsa ta
zahiri, ta hankali, ta ɗabi'a, da ta ruhaniya, zai ga wannan
.ma'anar nasara ta zama cikakke kuma cikakke

Mutane suna tunanin nasara ta hanyoyi daban-daban
dangane da burinsu a rayuwa. Wani lokaci, wasu mutane

suna kwatanta ta da sata, suna faɗin abubuwa kamar, "Shi
barawo ne mai nasara!" Wannan yana nuna cewa ba duk
nasara ake so ba; bai kamata nasararmu ta cutar da wasu
.ba

Wani abin da ake bukata don samun nasara shi ne kawo
jituwa da sakamako mai kyau, ba wai ga kanmu kaɗai ba,
.har ma dole ne mu raba waɗannan fa'idodin ga wasu

Samun nasarar kuɗi ba wai kawai yana nufin jin daɗin
abin da muka cancanta ba ne; yana kuma nufin samun
alhakin ɗabi'a na taimaka wa wasu su kirki rayuwa mafi
kyau ga kansu Duk wanda ke da hankali zai iya samun kuɗi,
amma idan yana da kauna a zuciyarsa, ba zai iya amfani da
wannan kuɗin da son kai ba; maimakon haka, za su raba
abin da suke da shi da wasu

Kuɗi ya zama la'ana a hannun mutane masu rowa da
kwazo, amma albarka ce da kyauta ga waɗanda ke da
hannuwa masu karimci da zuciya mai kirki

Rayukan kirki suna jawo hankalin rayuka nagari kuma
suna sha'awar su

Dole ne mu koyi kaunar makwabcinmu kamar kanmu
kuma mu tuna cewa muna nan a wannan rayuwar na ɗan
lokaci kaɗan, bayan haka za mu tafi wata duniya wadda
matakinta ya dogara da matakin tunaninmu da ingancin
.ayyukanmu a lokacin wannan zaman duniya

Su waye danginmu na gaskiya? Ga mai hikima, kowa
dangi ne, kuma kowanne "makwabci" Hakika, mai hikima
yana da ikon fahimta kuma ya fahimci cewa duk da cewa
rana tana haskaka haskenta akan wani yanki na kwal da
lu'u-lu'u, lu'u-lu'u, ba kamar kwal ba, yana da ikon
musamman na karɓar haske da haskakawa cikin haske. Ya
kamata mutum ya nemi rakiyar waɗanda tunaninsu da

motsin zuciyarsu suke da tsarki kamar lu'u-lu'u kuma ya kamata ya kebe lokaci don neman abokai na gaskiya. Wadanda ke rayuwa mai tsabta da gaskiya za su jawo hankalin abokai wadanda aka siffanta su da tsabta da gaskiya, yayin da wadanda ke rayuwa bisa ga dabi'un asali ba tare da fahimta ba za su jawo hankalin abokai irin .wannan

Idan kana daraja manyan manufofi da ka'idodi masu girma, yana da kyau ka guji hulɗa da mutanen da ba su yarda da wadannan manufofi da ka'idodi ba kuma wadanda ke rikitar da tunani da kuma dagula yanayi, don kada girgizarsu ta rage matakin girgizar ka. A lokaci guda, kada ka .ware kowa daga da'irar kaunarka

Bugu da kari, mutum bai kamata ya ba da kauna kawai ba, har ma ya yi zaman lafiya, ta yadda duk inda ya je, zai kirkiri jituwa da kwanciyar hankali, yana wartsake wadanda ke kewaye da shi da irin halayensa. Babu wanda yake son kusantar wani skunk mai kamshi mai kamshi - yi hakuri da furucin - kowa yana guje masa. Haka nan, mutum mai jin tsoro, mai saurin fushi, kuma mai jayayya yana bata wa wasu rai da kuma korarsu. Muna son mu zama kamar furen fure masu fure wadanda ke fitar da kamshi mai dadi wanda ke faranta wa zuciya rai. Mu yi kokari mu yada kamshin salama da iskar alheri duk inda muka je da duk inda muke .zama

Mulkin Allah ba ya cikin gajimare ko a wani wuri na musamman a sararin samaniya. Bayan duhu ne muke gani lokacin da muka rufe idanunmu, kuma lokacin da muka yi bimbini da addu'a, idon ruhun da ke goshinmu yana budewa a cikinmu, kuma muna ganin haske mai albarka kuma muna jin farin ciki yana ratsa kowace kwayar jiki, kuma muna jin cewa an dage labulen kuma an buɗe kofar sirri zuwa ga .mulkin Allah

Allah farin ciki ne mai sabuntawa koyaushe, farin ciki ne
wanda ya kunshi komai. Dole ne mu ji dadin da ke zaune a
.cikinmu kuma ya kewaye mu da rashin iyaka

Bayan iyakokin girgizar abu mai yawa akwai sani mara
iyaka, wanda ya kunshi komai, wanda ba za a iya
kwatantawa ba a cikin dukkan daukakarsa, fadinsa, da
rashin iyaka. Wannan shine mulkin sama, jin dadi na har
.abada, marar iyaka, kuma marar iyaka

Idan fahimtar rai ta fadada, kuma ta ji kasancewarta a
.ko'ina, to sai ta haɗu da ruhin allahntaka

Tsarki ya tabbata ga Maɗaukakin Sarki, wanda ke kan
karagar mulki a sararin sama, inda sama ta haɗu da teku.
Tsarki ya tabbata ga Maɗaukakin Sarki, wanda ke kan
karagar mulki a kan zaman lafiya da ke cikinmu; ta hanyar
mai da hankali kan Maɗaukakin Sarki a cikinmu, za mu iya
.samun ikonsa mara iyaka

Ilimi da ake samu daga nazarin littattafai ko daga
mutane ilimi ne mai iyaka, yayin da ilimin da ake samu kai
tsaye daga Allah yake ba da ikon hikima, kyawun tabbacin,
kwanciyar hankali na zuciya, da kuma kwanciyar hankali na
rai

Ya Ubangiji, ka koya mini yin addu'a da zurfin tunani da
kuma haɗa tunani da sha'awa mai zurfi, kuma ka bar
zuciyata ta tsarkaka kowace rana ta hanyar tsarkakakkiyar
kaunata gare Ka

Yanci daga kuntatawa na Karma'

ko ta hankali ko ta jiki, ko ta sani ko ba ta sani ba, yana ,
da tasiri na musamman ga rayuwar mutum Ayyukan da suka
gabata ba wai kawai waɗanda aka yi kwanaki, watanni, ko
shekaru da suka gabata ba ne, har ma da ayyukan da suka
.faru daga rayuwar da ta gabata

Kun mutu, kuma Ya rayar da ku, sa'an nan Ya matar da
ku, sa'an nan Ya sake rayar da ku; sa'an nan zuwa gare Shi
.ake mayar da ku

Illolin kyawawan ayyuka da munanan ayyuka A cikin
rayuwarsa ta yanzu, waɗannan alamun suna nan a cikin
rashin sani ko kuma rashin sani, kuma tasirin da mutum ke
ɗauke da shi (ko kuma wanda ransa ke ɗauke da shi) daga
abubuwan da suka gabata suna kwance kamar iri a cikin
rashin sani, suna jiran yanayi mai kyau Don tsiro da girma a
takamaiman lokacin karmic Dokar karma, wacce ke daidaita
abubuwa, ta kunshi aiki da martani, dalili da sakamako,
shuka da girbi

Kowanne mutum yana tsara makomarsa ta hanyar
tunaninsa da ayyukansa, kuma kuzarin da yake fitarwa, ko
da hikima ko wauta, ba makawa ya koma gare su a matsayin
wurin farawarsu, kamar yadda da'ira ke cika kanta da
cikakken daidaito [Tambayar ita ce] dole ne mai neman da
son rai ya fuskanci—ba tare da son ransa ba—sakamakon
ayyukansa na baya da ba makawa, ko kuma abin da ake kira
kaddara? Amsar ita ce a'a Allah shi ne doka da kauna, kuma
mai neman wanda ya juya gare shi da sha'awa ta gaskiya da
cikakken imani, ya daidaita ayyukansu da dokar Allah, kuma
yana neman kaunar Allah marar sharafi babu shakka zai
sami albarkar Allah wadda ke saukafa nauyi da inganta
.yanayi

Allah ya sanya mu a cikin wannan duniyar da ke cike da
ruɗu, kuma Ya san wahalarmu da gwaje-gwaje da
wahalhalun da muke sha. Mutane suna zurfafa duhun ciki na
jahilci na ruhaniya lokacin da suka ɗauki kansu a cikin
zunubi kuma ba su da ikon tserewa daga zurfinta. Ya fi kyau
su yi kokari su gyara kansu, suna neman taimako da tausayi
daga zuciyar rahamar Allah, suna fatan gafara daga Allah
.mai kauna, mai tausayi, da kuma mai gafara

Idan muka fahimci kusancinmu da Allah, wace karma ce
za ta iya ɗaure mu? Kada ka bari wani ya shawo kanka cewa
azabarka da wahalhalunka sakamakon karmarka ne. A
matsayinka na ruhi a cikin ainihinka, ba ka da karma. A'a,
dole ne ka fahimci wannan gaskiyar ta hanyar tabbatar wa
kanka cewa kai ɗaya ne da ainihin rayuwa, haske, da karfin
sararin samaniya. Idan ka fahimci wannan gaskiyar, ba ka da
abin tsoro, kuma Allah zai buɗe maka kofofi da yawa kuma
.ya ba ka damammaki da yawa

Idan ba ka jin daɗin yadda rayuwarka ke tafiya, ka
canza tunaninka ka kuma cika hankalinka da kuzari mai
.kyau, za ka ji bambancin da kanka

Babu buƙatar mutane su yi kuka da baƙin ciki game da
abin da suka rasa, ko kuma su danganta yanayin rashin jin
daɗinsu ga kurakuran da suka yi a wannan rayuwa ko a
baya, domin wannan nau'i ne na sakaci na ruhaniya. Dole ne
su yi aiki su cire ciyayi daga lambun rayuwa, sannan furanni
mafi daɗi da haske za su yi fure kuma su ba da 'ya'yan
itatuwa mafi daɗi da kyawawa Ta wurin alherinsa,
.Maɗaukaki

Mika wuya ga Allah ba yana nufin rashin amfani da
nufinmu don inganta al'amuranmu da kuma jiran Allah ya
daidaita yanayinmu ba tare da wani koƙari daga gare mu ba,
domin Allah yana taimakon waɗanda ke taimakon kansu

Ma'anar ita ce mu koyi yadda za mu je wurin Allah don
ya shirya da nufinmu da kuma albarkace mu da kuma
karfafa koƙarinmu na gaskiya. Idan muka shawo kan
matsalar rashin son mika wuya, muna samun kariya daga
Allah wadda babu wanda zai iya ba mu a wannan duniyar,
kuma muna samun karfi wanda babu wata jarabawa da za ta
.iya shawo kansa

Kowa zai iya kulla dangantaka ta musamman da Allah
idan ya san yadda zai buɗe zuciyarsa ga Allah kuma ya yi
marmarin kasancewarsa ta Allahntaka, wanda ke kawo farin
.ciki da tabbaci

Idan mutum ya ji yana buƙatar Allah sosai, yana sane da
cewa ba zai iya yin hakan ba tare da Shi ba, zai ga cewa
Allah yana amsawa ta wata hanya ko wata. Amma dole ne
su fara gina wannan ƙarfin jin daɗin, domin amsar ba za ta
.zo ba da gangan ba

Idan ba mu ba Allah matsayi na farko a rayuwarmu ba,
yanayin saninmu zai kasance cikin damuwa da ruɗani, kuma
ba za mu iya mu'amala da buƙatun rayuwa marasa iyaka
yadda ya kamata ba cikin ma'ana da kuma yadda ya
.kamata

Kuma ta yaya za a gina wannan sha'awar? Duk lokacin
da muka fuskanci bala'i ko wahala, kuma duk lokacin da
muka ji wani nauyi a cikin zukanmu, dole ne mu koma ga
Allah mu nemi taimakonsa, da sanin cewa duk wanda yake
kaunar Allah kuma yana kiyaye shi a cikin tunaninsa da
zuciyarsa, yanayinsa zai inganta. Yanayinsa yana canzawa
.zuwa mafi kyau

Idan muka motsa kuma muka girgiza ether Da
addu'o'inmu na zuciya da rokonmu na gaskiya, za mu fitar
da ainihin amsar Allah wadda ta ƙunshi abinci, warkarwa, da
.farin ciki

Ga waɗanda ke sha'awar abinci mai gina jiki na
ruhaniya, abubuwan da suka gabata na takaici da gazawa ba
su da mahimmanci. Darussa za a iya koya daga gare su,
kuma mutum zai iya sake gwadawa, maimaita ƙoƙarin tun
daga farko. Za a tabbatar da nasara, tare da taimakon Allah,
ga duk waɗanda ba su karaya ba saboda gazawa, waɗanda
ƙudurinsu bai raunana saboda bala'o'i ba, kuma waɗanda

suka yi imani da imani mara misaltuwa cewa Allah yana
goyon bayan wadanda suka dage. Wadanda ke kan hanya
madaidaiciya, kuma yana ba su bege, karfi, da fata, har sai
sun cimma burinsu na karshe da kuma cimma manufar
.rayuwa

Tunani karfi ne kamar wutar lantarki, da kuma yanayin
.tunani. Yana komawa ga tunani da kuma yadda ake tunani

Wutar lantarki tana da amfani kuma tana da illa; duk
wanda ya yi amfani da ita da kyau yana amfani da ita ga
aikinsa In ba haka ba, tana iya kashe shi. Haka kuma yana
tunanin Idan an shirya ta a kan hanyoyi masu kyau Tana
kawo farin ciki ga mai ita, in ba haka ba tana kawo masa
.matsala

Tunani kamar doki ne na daji, amma kuma takura shi ba
abu ne mai yiwuwa ba, kuma tunani mai kyau hanya ce ta
sarrafa tunani

Tunani mai kyau aboki ne na kud da kud Kuma tunanin
da ba shi da lafiya makiyi ne na dindindin

Tunani mai kyau yana jawo zaman lafiya da aminci,
yayin da tunani mara kyau ke harba kibiyoyi masu kisa
wadanda ke sake afkawa mai shi biyu. Saboda haka, ana
cewa, "Ladar tana kama da aikin." Muddin mutum ya aika da
kyawawan niyya, tunaninsa zai koma fitilu, yana haskaka
ɗakunan rai kuma yana korar tarin duhu, don ya ji dadi
sosai, idanunsa kuma su haskaka da murmushin gamsuwa!
Bari murmushin ya dade a idanunku Kuma aminci ya
.tabbata a gare ku

Rayuwa kamar nika ce da ke nika 'Ya'yan gwaji masu
amfani da gwaji, don yin burocin rai Kamar hanya ce mai
lankwasa, tare da furanni masu kyau a kowane gefe, malam
bude ido masu haske da bishiyoyi masu 'ya'yan itace masu

daɗi a rassansu, duk da haka ba mu da yawa mu tsaya Bari mu ji daɗin ganinta mu kuma ji daɗin daɗinta; hakika, sau da yawa muna kan kugiya don isa ga wurare masu faɗi, muna tunanin akwai kyawawan ra'ayoyi fiye da abin da muka gani. Amma yayin da muke kaura a hankali A kan hanyoyi masu fure da 'ya'ya, muna samun bishiyoyi waɗanda suka fi duhu fiye da sabo, sannan furanni suka bace. Tare da ita, malam buɗe ido da 'ya'yan itatuwa, sai .kawai mu sami kanmu a cikin hamada mara amfani

Rayuwar ɗan adam kamar ruwan teku ne, waɗanda aka tsarkake kuma suka zama sabo Sai lokacin da ka hau sama. Kamar mafarkin safe ne, yana kara haske yayin da shekaru suka yi yawa, domin abubuwa a lokacin suna bayyana kuma sun fi bayyana. Kamar tafiya ne a cikin yanayin da yanayin ke canzawa yayin da muke tafiya nesa. Sannan yanayin iri ɗaya yana canzawa yayin da muke kusantar sa, da .sauransu

Rayuwa ba ta kunyata masu hikima ba, domin suna mu'amala da ita da kyau kuma suna jin daɗinta Ba tare da barin ta ta mamaye su ba kuma ta hana su 'yancinsu Misali, suna jin daɗin ruwa Suna sha kuma suna wanka a ciki, amma ba sa barin kansu su nutse a ciki Suna jin daɗin tufafin da suke so Ba tare da bin ka'idodi da ka'idodi da ake ɗauka a matsayin na sama ba Suna jin daɗin cin abinci ba tare da barin cin abinci ya cinye su ba, saboda cin abinci mai yawa yana raunana jiki Kuma yana cinye fahimta Kuma zai lalata shi gaba ɗaya Don haka, mutum ya kamata ya ji daɗin rayuwa Amma ba tare da gajiyyar da hankali ta hanyar nutsewa ba

yin mu'amala da wasu Ba yana nufin yarda da su akan komai ba, ko kuma sadaukar da manufofi don kansu, domin wannan salon bin ka'ida ba shi da kyau kuma bai dace da gaskiya ba. Masu gyara da manyan mutane ba su yarda da

mutane da yawa da ke kewaye da su ba, duk da haka sun
riƙe manufarsu, domin sun fahimci cewa abin da suke yi shi
.ne daidai

Da farko dai, dole ne mutum ya kasance cikin jituwa da
Allah, sannan kuma da lamirinsa, sannan kuma da mutane

Bai kamata a yi watsi da ƙa'idar ba, kuma kada a yi
amfani da wasu dalilai na ɓoye don cimma wata manufa,
.domin hakan bai dace da mutanen da ke da manufa ba

Wa zai iya rayuwa ta hanyar da za ta faranta wa Allah
rai? Kada ku cutar da wasu, domin ba su da abin tsoro. Idan
wannan hanyar ba ta gamsar da wasu ba, ya isa mutum ya ji
daɗin ciki kuma ya ji daɗin kwanciyar hankali wanda ke sa
.shi ba tare da yardar mutane ba

Karfi da sha'awar rai Wajen komawa ga Allah Ana
kiransa maganadisun na ruhaniya Kuma tare da wannan
maganadisun, rai yana jawo albarka ga kansa da rawar jiki
mai kyau da duk kyawawan abubuwan ɗan adam waɗanda
.ke tunatar da ita alheri da adalci

maganadisun ta ruhaniya lko ne da yake jawo hankalin
mutum da kuma jawo shi ga kansa Abokai nagari da
abubuwa masu mahimmanci da mahimmanci da kuma
fahimtar abubuwa masu fahimta Wannan ikon ya samo asali
ne daga ƙarfin maganadisun mai jan hankali na Allah

Kyandir na Zaman Lafiya

Ɗauki tukunyar tunani Cika shi da kwanciyar hankali

.Ka ɗauki kwalbar ji na, Ka cika shi da rahamarKa

Ɗauki kwandon raina mara komai Cika shi da 'ya'yan
hikimarka

Zuba ruwan kaunarka a cikin raina Zan zuba shi a cikin
kofunan rai mai kishirwa

Rushe ganuwar girman kai Ka nutsar da ni cikin
cikakken kasancewarka

Hasken alfijir na soyayya

Bari ya leka daga budewar zuciyata

Yana tunatar da ni hasken rana na kaunarka

Yaduwa a sararin samaniyar rayuwata

Hasken kaunarki ya haskaka

A kaina, kuma an haskaka shi

Haskenka ya cika sararin ruhaniya ta

Kai ne rayuwar da ke riƙe jikina

Kuma tunanin da ke zaburar da tunani na

Kuma hikimar da ke kawar da jahilcina

Ina kunna kyandir mai siririn kaunata

Don karanta littafin zinare

An kiyaye ni a cikina tun zamanin da

Soyayyarki ta kasance kuma har yanzu tana nan

Kyandir ɗin zaman lafiya da ba a gani

Wanda ke kore duhu kuma yana nuna min sakonninku

Shafin yanar gizo yana kan shafukan zukata

Bari ɗaukakarka ta bayyana, ya Ubangiji

Allah ya haskaka hikimarka ya kuma haskaka ta

Jahilci, rashin jituwa, da kuma kishi
Daga bakin tekun na duniya har abada
Maida rauninmu zuwa karfi

Kuma mun raunana cikin kuduri
Yi wa jikinmu caji da wutar lantarki mai mahimmanci
Kuma ku cika hankali da ruhi da hasken warkarwarku

Ka riƙe hannunmu domin kada mu nutse cikin ruwan
gafala daga gare Ka, kuma ka cika rayuwarmu da kaunarka
da hikimarka. Bari mu ji cewa muna kusa da Kai sosai kuma
.hasken rahamarka yana haskaka mana a koyaushen

Ina sanya furannin tunanina masu raɗa da karfi

A cikin tsarin natsuwa

Kamshinta mai shiru yana waka

Kuma yana rera waƙar ɗaukaka

Kuma da hasken haskenka mai tsarki

Ina ganin kyawun wanzuwarki

Mafarkai na masu farin ciki sun cika

Lokacin da haskenka ke walƙiya a cikin raina

Labulen suna ci da wuta ta hikima

Ina ganin ɗaukaka, kuma farin cikina yana karuwa

Allah Ya haskaka muku da haskenSa

Kuma gaisuwa daga rai zuwa gare ku

Akwai buƙatu da buƙatu da yawa da duniya ta ɗora
mana kuma ta shawo kanmu game da mahimmancin su da

kuma rashin yiwuwar rayuwa ba tare da su ba ko kuma samun damar yin hakan ba tare da su ba. Amma babban abin da ake buƙata shi ne samun zaman lafiya na Allah, wanda tushensa ba ya bushewa kuma tushensa ba ya bushewa, kuma wanda ke ba da dandano da ma'ana ga .komai a rayuwa

Bari mu tuna cewa Allah shine ainihin halittarmu, kuma wannan kauna ita ce taga da muke kallon fuskarsa mai daukaka. Duk wanda yake son jin kasancewar Allah kuma yana kula da wannan babban sha'awar tunani da aiki, Allah zai amsa rokonsa kuma ya taimake su su rusa labulen da ke .hana su ganin hasken da ke da albarka

Duk wanda ya kuduri aniyar ci gaba a kan hanya ba zai hana shi komai ba, kuma babu wani cikas da zai hana shi har .sai ya cimma burinsa ya kuma cimma burin zuciyarsa

Lu'u-lu'u da Duwatsu na Ruhaniya

Wadanda ke fallasa raunin wasu kuma suna jawo musu kunya da kiyayya ba su da hikima da hukunci mai kyau. Ya kamata mu raina zunubi, ba mai zunubi ba, domin shi dan'uwanmu ne a cikin ruhi, duk da duhun jahilci da ke kewaye da shi. Manufar hukunci ya kamata ta zama warkarwa, ba ta yin murna da rauni ba. Ya kamata mu yi wa dan'uwanmu mai zunubi kamar yadda muke son a yi mana .idan muna cikin matsayinsa da halinsa

Duk wanda ya boye laifin dan'uwanansa a duniya, Allah zai .boye laifinsa a lahira

Kamar yadda muke yi wa wasu shari'a, haka dokar ruhaniya take yi mana hukunci iri daya. Bai kamata mu yi tsammanin abubuwa da yawa daga wasu ba, kuma kada mu yi tsammanin sakamako mai kyau daga kowa, ko da kuwa .suna yin iya kokarinsu

Mutum zai iya faɗuwa ya yi tuntube, amma zai kasance
cikin aminci matuƙar ya yi iya ƙoƙarinsa don sake hawa tsani
na nagarta da adalci

Kowace rana ya kamata mu yi ƙoƙarin daga hankalin
majiyyaci a jiki, a hankali, ko a ruhaniya a muhallinmu,
.kamar yadda muke taimaka wa kanmu ko 'yan uwanmu

Duk wanda ya yi ƙoƙarin rayuwa bisa ga dokokin Allah -
maimakon tsohon rayuwar son kai da ke kawo wahala da
wahala - zai ga cewa komai girman matsayin da yake
takawa a rayuwa, zai ci gaba da kasancewa muhimmiyar
rawa matuƙar ya yi aikinsa gwargwadon yadda daraktan
wasan kwaikwayo na sararin samaniya da kuma shugaban
dukkun ƙaddararmu: Allah Maɗaukakin Sarki

Idan muka yi mu'amala da wasu da gaskiya ta gaske,
ƙauna ta gaskiya, da kuma la'akari da yadda muke ji, za mu
kawo abokai nagari cikin rayuwarmu ba tare da sha'awar
kanmu ko lissafin son kai ba tare da la'akari da komai ba; in
ba haka ba, ba za mu iya gane abokanmu na gaskiya ba

Ya zama dole a kawar da munafunci da kuma yin kamar
ba a yi ba, sannan a yi abin da ba zai cutar da wasu da
.gangan ba

Bai kamata a yi fushi, a raina abokai, ko a yi musu
rashin jituwa ba, kuma bai kamata a ba su wani dalili na
ɗaukar munanan ra'ayoyi a gare mu ba. Bai kamata a
wulakanta abokai, a yi amfani da su, ko a ba su shawara ba
tare da an nemi shawara ba sai dai idan an nemi shawara.

Lokacin da aka nemi shawara, ya kamata a ba da ita da
gaske da kirki, ba tare da tsoron sakamako ba. Abokai suna
taimaka wa junansu ta hanyar sukar 'yan'uwa masu ginawa
.da kuma masu ginawa

Matsalolin rayuwa masu wahala ba sa zuwa don gurgunta nufinmu da kuma kayar da mu, sai dai don karfafa kudurinmu da karfafa imaninmu ga Allah da kuma amincewar kanmu. Wasu mutane suna kuskuren yarda cewa wadannan abubuwan da suka faru da kalubalen karfi ne masu barna da ba za a iya shawo kansu ba, don haka suna barin tunani mai kyau yana da mahimmanci don kunna karfin zuciyarmu don mu magance rayuwa da gwaje-gwajenta yadda ya kamata

Idan mutum bai yi gogayya da wanda ya fi shi karfi ba, ba zai yi karfi ba. Hakazalika, idan muka fuskanci wahalhalunmu da karfin hali da karfin hali, za mu kara karfi .da juriya

Hankalinmu muhimmin bangare ne na sanin Allah mai cike da komai A farkashin rakuman hankalinmu akwai tekun saninsa mara iyaka Lokacin da rakuman ruwa suka manta cewa bangare ne na babban teku, yana raba kansa da wannan ikon teku Sakamakon haka, tunanin mutane yana raunana saboda kuntatawa na abu kuma ba sa iya yin aiki mai amfani da wadata da yalwar samarwa Lokacin da hankali ya girgiza kurar jahilci ya karya sarkokin da ke daure karfinsu, za su kara samun ikon kirkira da mu'amala mai .kyau da rayuwa

Idan ka rike wani ra'ayi ka kuma cika shi da karfi, wannan ra'ayin zai canza zuwa karfin kuzari. Kuma lokacin da tunani ya zama mai karfi, zai iya kirkirar yanayi mai kyau don samun nasara, bisa ga taswirar da ba a gani ba da aka .zana a cikin tunani

Mutane suna gazawa saboda sun yarda da mawuyacin halin rayuwa ba tare da sun yi musu tsayayya ba, maimakon su yi musu tsayayya ba tare da sun miƙa wuya ba

Wajibi ne a motsa jiki da kuma kunna karfin zuciya

Wadanda suka shiga wurin kwanciyar hankali za su iya
sadarwa ta ruhaniya da wasu rayuka wadanda ke kaunar
Allah, kuma za su iya fahimtar yaren wardi da dukkan halittu
.masu rai

Ya Ubangiji, ka zama Sarki daya tilo da ke kan karagar
mulki bisa kaunata da sha'awata

Wadanda ke yin bimbini suna fuskantar kwanciyar
hankali mai zurfi, kuma ya kamata a kiyaye wannan
kwanciyar hankali na ciki ko da tare da wasu. Abin da
mutum ke koya a cikin bimbini ya kamata a yi shi a cikin
ayyukan yau da kullun da hulfa da wasu, ba tare da barin
.kowa ya dame shi ko ya dame shi ba

Idan kana son kirƙirar kyakkyawar dabi'a ko kwar da
mummunar dabi'a, mayar da hankali kan kwayoyin
.kwakwalwa inda hanyoyin halaye daban-daban suke

Domin kafa kyakkyawar dabi'a, da farko ka zauna a
hankali ka yi bimbini, kana neman taimakon Allah, ka mai da
hankalinka kan tsakiyar karfin niyya, wanda ke cikin goshin
tsakanin girarka, kuma ka tabbatar da dabi'ar da kake son
shukawa a cikin kwakwalwarka. Lokacin da kake son kwar
da munanan halaye, ka kuma mai da hankali kan wannan
cibiyar karfin niyya kuma ka tabbatar da cewa duk ramuka
inda wadannan halaye suka kafu. Tare da mayar da hankali
da karfin niyya, za ka iya goge har ma da zurfin ramuka na
tsofaffin halaye masu tushe. Ka sake tabbatar wa kanka
akai-akai cewa kana da isasshen karfin niyya don kwar da
.halaye marasa kyau daga yankin kwakwalwa

Lokaci mafi dacewa don irin wannan tabbatarwa shine
da sassafe lokacin da nufin da hankali suka kasance a
.fadake

Ci gaba da tabbatar wa kanka cewa kana da 'yanci daga
dukkann umarni kuma wata rana za ka ga cewa - Da taimakon
Allah - ka riga ka 'yantar da kanka daga halin da kake son
kawar da shi

Duk abin da kake tsoro, ka kore tunaninka daga ciki ka
bar wa Allah shi, ka karfafa imaninka ga Allah ka kuma
amine cewa zai iya taimaka maka

Wahala da yawa ta samo asali ne daga damuwa da
damuwa Me yasa za ku sha wahala alhali abin da kuke jin
tsoro bai ma faru ba tukuna? Ka yi tunanin hasken kariya na
Allah da ke kewaye da ku a kowane gefe, kuma za ku ji
kariyarsa mai ban mamaki

Tunda yawancin damuwarmu ta samo asali ne daga
tsoro, idan muka kawar da tsoro daga rayuwarmu, za mu ji
'yanci kuma waraka za ta kasance nan take Kowace dare,
kafin mu yi barci, ka tabbatar wa kanka cewa Allah yana tare
.da kai, yana kare ka kuma yana kula da kai

A cikin wannan wasan kwaikwayo na sararin samaniya,
mutane na dukkan kabilu suna nuna labarin rayuwa a kan
mataki na lokaci. Dole ne mu fahimci ma'anar rayuwa ba
.tare da mun shagaltu da ayyukanmu na ɗan lokaci ba

Sau da yawa fahimtarmu game da rayuwa tana da
karkacewa da karkacewa domin muna kallo da idanun son
kai da kuma iyakantaccen hangen nesa. Idan muka kalli da
.idon rai, da mun ga abubuwa daga wani mahangar daban

Idan muka buɗe idon hikima, za mu ga hasken Allah mai
cike da komai, kuma a cikin wannan hasken za mu fahimci
yanayin ruhaniyarmu, wanda yake nuna yanayin sanin
duniya wanda ke ratsa dukkan kwayoyin halitta da sassan
.duniya

Gaskiyar ruhaniya ta kewaye mu, tana kwankwasa
kofofin idanunmu a rufe, tana karfafa mu mu ga haske
maimakon duhu, mu yi aiki da hikima maimakon jahilci, mu
cika zukatanmu da kauna maimakon kiyayya, da kuma haɗin
kai wajen kafa zaman lafiya da kawo wadata da tsaro ga
duniyarmu. Lokacin da muka yi haka, jahilci zai bace,
bambance-bambancen yanayi zai bace, za mu ga haɗin kai a
.kidayar jama'a, kuma za mu kara jituwa da nufin Allah

Dangantakarmu da Allah ba ta da sanyi ko rashin kauna
ba ce, kamar yadda take tsakanin ma'aikaci da ma'aikaci Mu
iyalinsa ne, kulawarsa a gare mu koyaushe take, kuma yana
sauraronmu koyaushe Mu muhimmin bangare ne na
kasancewarsa, kuma dangantakarmu da shi tana da rai
kuma tana da karfi

Mahaliccinmu ya ba mu wadata mai yawa ta kauna,
fahimta, fahimta, alheri, da karfin ruhaniya, duk da haka
yawancinmu ba mu batar da wannan dukiyar akan komai ba
Allah yana so mu rayu cikin aminci, zaman lafiya, da haɗin
gwiwa na abokantaka, kamar yadda ya dace da iyali mai
daraja da kauna, amma kwadayi da lissafin son kai sun yi
tushe a cikin zukatanmu kuma sun haifar da rashin jituwa a
.tsakaninmu

Allah yana so mu zama shugabanni, amma mun zaɓi mu
zama bayi

Mutum ya yi nisa da gidansa na sama kuma ya rasa
aljanna ta ciki ta jin kusanci da Allah da Allah kusa da shi,
kuma ba zai iya sake samun wannan aljanna ba tare da
.kokarin kansa ba

Allah ya haliƙƙe mu cikin siffarsa, amma wannan
gaskiyar ta fita daga tunaninmu Mun yarda da ruɗin cewa
ƙaɗɗaɗarmu wahala ce kuma ƙaɗɗaɗarmu halaka ce Dole ne

mu yage labulen rufi da wufar hikima don ganin gaskiyar da
.ke bayanta mai haske

?Su wanene mu kuma menene ainihin halayenmu

Mutane suna da bambance-bambance a bayyane, ko a
yanayin tunaninsu ko motsin rai, rawar da suke takawa a
rayuwa, aikin da ayyukan da suke bi, ko sha'awar da suke ji.
Amma a farkashin duk wadannan bambance-bambancen
akwai abubuwa biyu da kowane dan adam yake so kuma
yake bukata ba tare da togaya ba. Daya shine 'yanci daga
kowane nau'in ciwo da bukata. Dayan kuma shine cikakken
farin ciki mai dorewa—cikakken gamsuwa, inda zaman
.lafiya, kauna, hikima, da farin ciki suke

A gaskiya, abin da mutane ke kokarin cimmawa shi ne
Allah, ko sun yi amfani da wannan sunan ko ba su yi amfani
da shi ba. Masu hikima suna cewa Allah shine ainihin jin dadi
da kuma ruhin farin ciki Kuma mutum ba zai sami cikakkiyar
gamsuwa ba sai dai idan ya fito kai tsaye daga tushen
sararin samaniya. Wannan muhimmin batu ne don fahimtar
.yanayin dan adam

?Amma ina mutane suke neman abin da suke nema

Suna neman sa ne kawai a cikin abubuwan duniya: a
cikin duniya, yanayi na waje, da alaƙa da wasu mutane.
Amma ba zai yiwu a same shi a cikin komai, ko wani, ko
kowane yanayi a wannan duniyar ba, idan aka yi la'akari da
.yanayin halitta

Halitta ta dogara ne akan ka'idar biyuntaka Ba zai yiwu
a sami hoto a launi daya kawai ba, domin babu yadda za a yi
ba tare da akasin haka ba. Hakazalika, ba zai yiwu ba ga
kowane fanni na rayuwa ya wanzu a ware daga biyuntaka.
Duk da haka, bayan mun bincika sha'awar da ke motsa
mutane, mun ga cewa kowannenmu yana son abubuwa

masu kyau, masu dadi, masu kyau, da masu kyau kawai, ba tare da dan sha'awar mu'amala da wani abu mara dadi ko .mara dadi ba. Amma hakan ba zai yiwu ba

A cikin wannan duniyar da ke da alaƙa da juna biyu, babu jin dadi ba tare da zafi ba, babu haske ba tare da duhu ba, babu alheri ba tare da mugunta ba, babu rayuwa ba tare da mutuwa ba. Bangarorin biyu na tsabar kudin ba za a iya raba su ba. Wannan yana nufin cewa abin da muke sha'awa .a cikin kanmu ba za a iya samunsa daga wannan duniyar ba

Mutane suna nema—eh, suna nema da dukkan karfinsu —amma ba sa iya samun abin da suke nema, wanda ke haifar da yanke kauna da rashin bege Wannan ba wai kawai yana haifar da yanke kauna ba har ma da babban fushi da fushi mai tsanani, kuma sakamakon haka ga ayyukan tashin hankali Duk wannan yana faruwa ne saboda ba sa neman abin da suke nema a wurin da ya dace, kuma sakamakon haka, ba sa samun abin da zukatansu ke so

Mutane a zamaninmu ba su da masaniya sosai game da ma'anar rayuwa da manufarta, saboda haka suna fama da .rudani da rudani

A dabi'ance, mutane halittu ne masu manufa. Idan ba su da wata manufa a rayuwa, kuma idan hankalinsu, kuzarinsu, nufinsu, da motsin zuciyarsu ba a shirya su ta hanya mai kyau da ginawa ba, za su juya zuwa ga hanyoyin da za su lalata kamar shan barasa da shan muggan kwayoyi, amfani da tashin hankali, da sauransu. Babban burin rayuwa shine sanin Allah kuma yana da muhimmanci ga mutane su daidaita ayyukansu da ayyukansu na waje ta hanyar ayyuka na adalci, ra'ayoyi masu kyau, kyawawan halaye, da kuma .hanyoyin da za su bi wajen amfanar motsin zuciyarsu

Wadannan bangarorin biyu na yanayinmu—na ciki ko na ruhaniya da kuma na waje—ba sa karo da juna idan aka

fahimce su daidai. Maimakon haka, suna tallafa wa junansu kuma suna taimaka mana mu haɓaka da haɓaka iyawarmu ta jiki, ta hankali, ta motsin rai, da ta ruhaniya da kuma .damarmu ta zahiri, ta tunani, da ta hankali

Mutane suna rayuwa cikin babban kogo, ba tare da motsa hankali ko motsa hankali ba. Suna jin gajiya saboda rashin manufa da rashin wani abu da zai iya ba rayuwarsu daraja da ma'ana. Matsakaicin mutum zai iya yin aiki da kuma yin abubuwa kamar suna da koshin lafiya a fannin ?tunani da tunani, amma shin suna farin ciki

Babban manufar rayuwa ita ce sanin ko mu wanene da kuma ainihin yanayinmu. Idan muka ba da zurfin fannoni na rayuwa kulawar da suka cancanta, ba makawa za mu ji daɗi, domin farin cikin ɗan adam yana da alaƙa da haɗuwa da ruhaniyar mutum, wanda ba tare da shi ba, babu wani .wanzuwa ko wanzuwa

Tsoron gazawa ko rashin lafiya yana tasowa ne ta hanyar yin tunani akai-akai game da shi har sai ra'ayin gazawa ya ratsa daga tunanin mai hankali zuwa cikin tunanin mai hankali kuma daga karshe ya kai ga mafi girman sani. Sannan, tsoro, wanda ya makale a cikin tunanin mai hankali da mafi girman sani, ya fara karuwa da girma har sai ya cika tunanin mai hankali da ciyayin tsoro waɗanda ba a iya kawar da su cikin sauƙi kamar tunanin farko lokacin da ya tsiro. Waɗannan ciyayi masu cutarwa daga karshe suna haifar da 'ya'yan itace masu guba da mutuwa. Abin farin ciki, ana iya kawar da tushen sa daga ciki ta hanyar mai da hankali sosai kan karfin hali da kuma sanya sanin cikakken imani ga Allah kuma yana iya taimaka wa waɗanda ke son .taimakawa kansu da kuma kare su daga lahani

A da, wani karamin kumfa yana shawagi a saman teku, yana tsoron guguwa da walƙiya, sai ta ji wata murya tana "raɗa mata: "Karamar kumfa ta rai, me ke damunki

Ba ka san cewa kai bangare ne na tekun na rayuwa ba?

Karamin kumfa ya duba ya fahimci wannan gaskiyar

Hankalin ɗan adam yana shawagi kamar karamin kumfa

A saman tekun sanin sararin samaniya, yana tunanin kumfa ne na ɗan lokaci, yana rawar jiki da tsoron rashin lafiya, talauci, da mutuwa Kai kumfa, shin kana jin tsoron tekun?

Duba kewaye ka lura da kyau Canza ra'ayinka daga kewayenka zuwa ga mulkin Allah mara iyaka Yi zurfafa bincike, faɗaɗa fahimtarka, domin ka sani kuma ka tabbata cewa kana da haɗin kai da babban tekunsa, kuma Allah yana tare da kai Yana kare ka, Yana kiyaye ka, yanzu da har abada

Gujewa tarkuna da tarkuna

Duk lokacin da ka ji wani babban sha'awa a zuciyarka yana karfafa ka ka cika ta, yi amfani da fahimta ka tambayi kanka, "Shin wannan kyakkyawar sha'awa ce da za a iya cika ta, ko kuma mummunan sha'awa ce da bai kamata a girmama ta ba?" Sha'awar abin duniya mara kyau tana karfafa munanan halayenmu ta hanyar ba mu bege na karya da farin ciki na karya. A irin waɗannan yanayi, dole ne a yi amfani da ikon fahimta don bayyana gaskiya. Mummunan halaye a karshe suna haifar da rashin farin ciki. Lokacin da ainihin halayensu ya bayyana, ba za su iya kama mutum a .cikin tarkon wahala da tarkon wahala ba

Tunani da labarai

A rayuwa da mutuwa, cikin bakin ciki da masifu, bangaskiyata a gare Ka, Ya Ubangiji, ta kasance mai karfi da rashin karfi, mai karfi da rashin girgiza

Kowace numfashin sha'awa da addu'ata tana buɗe

kofofi da tagogi a cikin raina waɗanda ta cikinsu nake wucewa zuwa ga ni'imar Allah

Kamar yadda rana ke haskakawa a wurare mafi
cunkoso, haka nan zan ga hasken kaunar Allah a dukkan
.fannoni na rayuwata da ayyukana na yau da kullum

Ya Ubangiji, ka albarkace ni, domin in tashe raina da
.wayewar gari, in kai shi ga bakin kofarka mai albarka

Labarin barewa mai laushi

Musk abu ne mai daraja mai kamshi mai karfi, wanda
ake samu a cikin cibiya ta barewa ta musk da ke zaune a
.tsaunukan Himalayas

Da zarar barewa ta kai wani lokaci, sai naman muski
mai jan hankali ya fara bullo daga cibiyarsa a boye, kuma
barewa ta fara jin haushin wannan kamshi mai kyau, ta fara
.rawa tana neman tushen wannan kamshi mai dadi

Yana motsawa daga wuri zuwa wuri, yana shakar
kamshi tsakanin duwatsu da karkashin bishiyoyi, yana
neman ko'ina tushen wannan kamshi mai ban sha'awa

A karshe, yakan yi fushi da tashin hankali da damuwa
idan ya rasa abin da zai fada kuma ya kasa samun abin da
.yake nema da sha'awa da sha'awa

A wani yunkuri na karshe na isa ga tushen miski, yana
tsalle daga manyan duwatsu masu tsayi zuwa cikin zurfin
kwarin don fuskantar makomarsa da kuma fuskantar
mutuwarsa, a lokacin ne mafarauta za su iya kama shi su
.kuma cire jakar miski ko glandarsa daga ciki

Dangane da wannan, daya daga cikin mawakan da suka
:yi fice ya fadi wani abu kamar haka

!Kai barewa mai kitse, wawa

?Me yasa kake shan wahala? Me yasa kake rashin barci

Ana samun wannan miski

!Da jakar cikinka, wawa

Ko da ka taɓa hancinka

Daga gare ku ne kamshin sirrin ya fito

Da ka ci abin da kake fata

Kuma ka rayu ba tare da kashe kuɗi ba

Abokai na, ba ku tunanin cewa yawancin mutane suna
yin abubuwa kamar barewa na musk? Kullum kuma har
.abada suna neman farin ciki a ko'ina a waje da kansu

Haka ne, suna neman farin ciki a cikin wasa, kuma suna
shagaltar da kansu ga gajiya a cikin sha'awa da sha'awa.
Suna hawa hanyoyin arziki masu santsi har sai sun yi tsalle
daga tsaunukan bege masu girma zuwa duwatsun takaici da
gazawa lokacin da ba su iya samun farin ciki na gaske da
.aka adana a cikin zurfin zukatansu ba

Idan muka juya tunaninmu zuwa ciki, muka kuma yi
tunani sosai, za mu sami a cikin natsuwar rai tushen farin
ciki na gaskiya da dorewa da muke nema a cikin natsuwar
.rai

Bai kamata mu zama kamar bareyin musk ba, wanda ke
mutuwa a neman farin ciki a wuraren da ba su dace ba.
Maimakon haka, dole ne mu kasance a faɗaƙe mu kuma mu
yi koƙarin neman farin ciki a cikin kanmu, ba a wajen kanmu
.ba

Labarin Maɓallin

Akwai wani mutum da ya zo wurina ya ce yana fama da
:ciwon zuciya mai tsanani, sai ya kara da cewa

Na gwada abubuwa da yawa, amma ban iya kawar da"

"ciwon zuciya ba

Bayan na yi tunani a hankali, sai na roke shi ya kawo
:min almakashi. Ya dube ni cikin rawar jiki ya ce

"?Kana da niyyar yanke min zuciya, yallabai"

Na yi dariya na amsa, "Ni ba likita ba ne Shin ka taɓa jin
labarin wani mutum yana amfani da almakashi don yin
"!tiyata

A karshe, ya kawo almakashi ba tare da son rai ba, don
haka na yanke ɗaya daga cikin maɓallan rigarsa na ce masa
kada ya dinka wani maɓalli a wurinsa, kuma kada ya sanya
hannunsa a wurin da maɓallin ya ɓace. Na kuma gaya masa
ya dawo gare ni bayan makonni biyu, kuma ina tsammanin
.zai warke a wannan lokacin

Mutumin ya yi dariya ya ce, "Zan yi kamar yadda ka
tambaya domin na amince da kai, amma ina ganin ita ce
"!maganin da ya fi ban mamaki da aka taɓa rubuta min

Bayan makonni biyu sai ya zo wurina da gudu, yana
:mamaki

Kwararrun sun tabbatar min da cewa na warke daga"
cututtukan zuciya. Don Allah, me ka yi? Shin ka cire wani
"?aljani daga maɓalli

Na amsa da murmushi: "Eh! Hannunki yana ci gaba da
"wasa da maɓallin, kuma maɓallin yana daidaita da zuciya

Wannan maɓalli shine aljani da ke haifar maka da ciwon
zuciya. Don haka na yanke maɓallin na ce maka kada ka
maye gurbinsa ko ka sanya hannunka a kan zuciyarka. Ta
haka, zuciyarka ta huta daga matsin lamba kuma ta daina
!cutar da kai

Komai yana tafiya da sauri, kuma mutane suna aiki da
abubuwa da yawa. A dabi'ance, ya fi kyau a girbe albarkar
duniya fiye da ɓata lokaci, a bar lokacin ya wuce ka sannan

a kare hannu babu komai. Amma abin da ya kamata mutum ya girbe shine girbi mafi wadata a rayuwa: kusantar Allah da saninsa Hanya daya tilo da za a cimma farin ciki na gaske ita ce a cimma wani abu a wannan duniyar da kuma cimma .nasarar ruhaniya

Wadanda suka san Allah ba sa fara ayyukansu na yau da kullun kafin su fara yin bimbini a kan Allah da kuma cika zukatansu da karfin allahntaka mai albarka

Bukatun duniya da yawa na iya hana wadanda ke neman burinsu na ruhaniya su kuma karkatar da su daga hanyar da suka zaɓa. Amma wadanda ke da kuduri mai karfi ba sa barin komai ya hana su tafiya; suna dagewa da kuduri .ba tare da la'akari da yanayi mai wahala ko mara kyau ba

Ko menene duniya ta ba mu, ba za ta gamsar da sha'awar zukanmu ba, wadanda ke sha'awar wani abu mafi karko, mafi girma a cikin mahimmanci, kuma mafi daraja fiye da duk abin da taskokin duniya da dukiya su ke .kunsu

Idan mutum ya mutu—Allah ya sa ka daɗe—babu wani iko a duniya da zai iya yi masa komai. Wanene zai iya taimaka mana bayan mun bar wannan duniyar? Allah Saboda haka, dole ne mu tuna cewa wannan duniyar tasha ce ta ɗan lokaci a tafiyarmu zuwa gidanmu na sama, inda za ?mu rayu har abada a gaban Mai Rahamah Mai Jinkai

Yawan dukiya ba ya tabbatar da lafiya, zaman lafiya, da inganci, amma samun zaman lafiya da inganci zai haifar da .daidaiton nasara a matakan ruhaniya da na zahiri

Yawancin mutane suna haɓaka ingancin tunani ne kawai don cimma nasarar abin duniya. Amma idan mutum ya zama mai iko da kansa kuma ya sarrafa ikon tunaninsa kuma ya yi aiki daidai da tsarin Allah, rayuwarsa za ta yi albarka, kuma

zai dandana ruhin ruhu yayin da yake a wannan duniyar. Ba
zai sake zama fursunan halaye da sha'awa ba, amma
saninsa zai canza zuwa zuciyar kasancewar Allah, kuma zai
zauna a can yana jin daɗin sabbin jin daɗi waɗanda ba sa
.jituwa da kwatanci

Jiki shine mafi girman kantin magani

Masu binciken lafiya sun gano cewa idan muka fuskanci
farin ciki mai yawa, jiki yana samar da magungunan rage
damuwa da sauran abubuwa masu rage damuwa waɗanda
suke da karfi da tasiri kamar waɗanda likitoci suka rubuta.
Jiki shine babban kantin magani a Duniya, wanda ke da ikon
samar da abin da ya dace a daidai lokacin da muke cikin
.jituwa da daidaiton ruhaniya da Allah ya sanya a cikinmu

Ba duk damuwa ba ce mai illa; damuwa tana tayar da
kuzarin da ke gudana a jikinmu kuma tana motsa aiki da
motsi Nazarin ya nuna cewa yawan damuwa yana da amfani

Amma matsalar tana tasowa ne lokacin da damuwa ta
wuce matakin lafiya

Kowannenmu yana da iyaka ta kansa ga damuwa, kuma
idan aka wuce wannan iyaka, sai mu kara damuwa fiye da
yadda ya kamata, kuma ba za mu iya sanin hakan ba har sai
.matsaloli sun fara bayyana a jiki, motsin rai, da tunani

Rayuwa tare da Allah farin ciki ne da farin ciki, yayin da
ba tare da Allah ba akwai damuwa, tashin hankali, wahala,
har ma da bala'i. To ta yaya za mu sami kwanciyar hankali
da natsuwa a cikin rayuwar da bala'o'i da masifu suka
?mamaye, kuma mu kawo ɗan farin ciki ga wannan duniya

Abu na farko da ake buƙata shi ne a san matsin lambar
.rayuwa a lokacin da muke karkashin tasirinsu

Allah Mai Hikima ne kuma Masani, kuma Ya bai wa jikinmu sigina kamar jin daɗi, rashin jin daɗi, kwanciyar hankali, da damuwa, kuma dole ne mu kula da waɗannan sigina Akwai wata hikima ta Allah a cikin jikinmu da ke kokarin gaya mana wani abu, kuma dole ne mu saurari waɗannan sakonnin a lokacin damuwa ko hutawa. Idan ka ji damuwa, ka mayar da hankalinka ga bangaren jikinka da ke fuskantar damuwa, sannan ka yi numfashi mai zurfi, a lokaci guda kuma ka matsa wannan bangaren a hankali har sai ya yi rawar jiki. Sannan ka huta ka saki tashin hankalin. Wannan zai taimaka wajen kiyaye daidaito mai kuzari da mahimmanci a jiki kuma ya kare shi daga illolin damuwa

Haka nan za mu iya sarrafa damuwar motsin rai ta hanyar numfashi Idan kun ji tsoro ko wani motsin rai mai cutarwa, ku shafa a hankali, zurfi, da kuma sau da yawa, kuna barin jikinku ya huta da kowane fitar numfashi. Wannan zai taimaka wajen rage bugun zuciyarku, dawo da zagayawar jini yadda ya kamata, saukaƙe kwararar kuzari mai mahimmanci ta cikin jijiyoyinku, da kuma taimakawa wajen kwantar da hankalinku da kuma share tunaninku

Rayuwa ba yanayi ne na gaggawa ba; kyakkyawan bayyanar allahntaka ne, kuma ya kamata mu ji daɗinsa. Bari mu tuna cewa murmushi iko ne; idan ba mu yi amfani da shi ba, za mu rasa wani muhimmin ɓangare na rayuwa

Mutane rayuka ne masu motsin rai da ji, kuma suna da jiki da suke sawa kamar tufafi ko suturar waje. Amma matuƙar muna rayuwa ne kawai a kan matakin jiki da motsin rai, za mu faɗa karkashin mummunan tasirin damuwa da tashin hankali

Idan muka yi daidai da yanayinmu mai mahimmanci, wato ruhu, farin cikin ruhu yana gudana cikin zuciya kuma ya rikide zuwa soyayya Jin wannan soyayya, wacce ke da alaƙa da kwanciyar hankali da natsuwar rai, da kuma aiki da

mu'amala a karkashin tasirinta mai jituwa, ita ce hanya mafi dacewa ta rayuwa ta halitta a cikin duniyar da ke cike da tashin hankali da sabani. Daidaita wannan farin ciki shine .mafita ga matsalolin rayuwa

Lura: Dangane da wannan magana: "Jiki yana samar da maganin rage damuwa da sauran abubuwa da ke rage damuwa da tashin hankali, ba su da karfi da tasiri fiye da waɗanda likitoci suka rubuta," wannan ba shawara ba ce da za a yi watsi da shawarwarin likita da magunguna, don haka .bukatar karin bayani

Lissafin maganadis

Mutum mai karfi da kuma halaye na mugunta + mutum mai kirki amma mai rauni = mugun maganadis ya fi alheri

Mutum mai rauni mai mugun nufi + mutum mai karfi mai kyawawan halaye = maganadis mai kyau yana cin nasara akan mugunta

Magnetism mai rauni na ruhaniya + mugun biomagnetism = karfin maganadis mai karfi

Karfin ɗabi'a mai karfi + karfin ɗabi'a mai rauni = karfin ɗabi'a mai karfi

Mutumin da ke da fushi da tashin hankali + mutumin da ke da tawali'u da kirki = maganadis na fushi ya fi tawali'u rinjaye

Karfi, daidaito, da kuma natsuwa + halin da wani lokacin ke haifar da rashin gamsuwa = karfin natsuwa yana rinjaye

Rashin karfi na yau da kullun + karancin rauni mai karfi = karfin maganadis

Nasara mai karfi mai kyau + nasara mara kyau =
ingantaccen nasara

Girgizar gazawa mai karfi + girgizar nasara mai karfi =
ko dai karfin maganadisu mai karfi ko karfin maganadisu mai
karfi, ya danganta da yanayi da yanayi

Hankali mai karfi, mai lafiya + cikakken jahilci = ko dai
wayo da fasaha ko jahilci da wauta

Ikon ruhaniya mai ban mamaki + ikon amfani mai ban
mamaki = maganadisu na ruhaniya - iko mai ban mamaki na
aiki

Da mutane za su iya ganin tarin halittun duniya a cikin
sararin samaniya da ke kewaye da su, watakila wasu za su yi
kokarin nemo waɗanda suka mutu Allah ya buɗe idanuna na
ruhaniya, kuma ina ganin da yawa daga cikin waɗannan
rayuka waɗanda suka bar duniyar duniya Ta hanyar mai da
hankali sosai kan idon ruhaniya (tsakiyar goshi), mutum zai
iya gani da hangen nesa na ciki duniyar mai haske wacce
dukkan rayuka masu kyau waɗanda suka hau zuwa sararin
samaniyar ether zuwa gaban Mafi Rahamar

A cikin mutane, zuciya tana aiki a matsayin mai karɓar
mara waya kuma ido na ruhaniya a matsayin mai watsawa
Ko da ba za ka iya ganin kaunattunka da suka mutu ba,
idan ka mai da hankali kan zuciya a cikin natsuwa, za ka
iya jin kasancewar waɗanda kake kauna waɗanda yanzu
suke rayuwa cikin jiki na zahiri, suna jin daɗin zaman lafiya
da amincin Allah kuma suna farin ciki da 'yancinsu daga
kuntatawar jiki, don haka za ka sami kwanciyar hankali a
cikin kwanciyar hankalinsu kuma zuciya ta gamsu game
.da su

Idan na furta sunan Allah, dukkan jikina zai narke cikin
farin ciki mai girma. Amma wannan yanayi ya zo mini ne

kawai bayan kokari mai yawa. Da farko, ban kasance mai
sha'awar sha'awa ba, domin hankalina ya bace a lokacin.
Amma yanzu, da zarar na mayar da hankalina da wayewar
kaina kan cibiyar ruhaniya - sararin da ke tsakanin gira - duk
tunani ya bace, numfashi ya kare da kansa, zuciya ta daina
bugawa, tashin hankalin hankali ya ragu, da kuma yanayin
saukowa kan rai, don in fuskanci farin ciki na ruhaniya kuma
.in lullube cikin ni'imar Allah

Karin maganar zinare

Farin ciki hakkina ne, gadona ne, kuma boyayyen
taskata ta Allah Ka shirya da ni in sami taskata a cikin kaina
.da ta fi mafarkin sarakuna

* **

Rayuwa motsi ne mai hankali tare da tsari na yau da
kullun. Tana siffanta kanta a cikin abubuwa marasa rai, ko
kuma tana daukar siffa mai rai da motsi. Rayuwa tana da
.komai kuma tana ratsa komai

* **

Ya Babban Masoyina, Kai ne rayuwa Kai ne burina da
burina

* **

Ka yi mini fure mai fure a cikin lambunka na sama, ko
kuma wani lu'u-lu'u mai sheki a cikin sarkar soyayyarka mai
haske, ko kuma ka ba ni babban girmamawa: mafi kankanta
wuri a cikin zuciya

* **

Duk inda wasu suka yaba da kokarinsa na yin nagarta, to
a nan ne zan iya bayar da mafi kyawun sabis

* **

Bari mu saka kafet din zinare na mafarki tare da zare
mai laushi na tunawa mai dadi da tunani mai kyau

* **

Soyayya kamar takarda ce da ke goge hankali kuma
tana kawar da rashin kunya daga hali

* **

Annoba, bala'o'i, da canje-canje masu karfi a cikin
yanayi waɗanda ke kawo barna, halaka, da cutarwa mai
yaduwa ba " ka'idodin Allah" ba ne Waɗannan bala'o'in sun
samo asali ne daga tunanin ɗan adam da ayyukansa. Duk
inda daidaiton nagarta da mugunta na duniya ya lalace ta
hanyar tarin rakuman ruwa masu cutarwa da girgizar kasa
da ke faruwa sakamakon munanan manufofi da kurakuran
ɗan adam, hargitsi yana mulki kuma halaka ta yadu ta biyo
.baya

* **

Zan ɗauki mafi kyawun abu daga kowace al'umma,
kuma zan yaba da kyawawan halaye na dukkan kasashe ba
tare da mai da hankali kan kurakuran su ba

* **

Kamar yadda muke damuwa da muhimmancin abinci
mai gina jiki na yau da kullum, ya kamata mu kuma kula da
sinadaran gina jiki na tunani da muke samarwa a zukanmu
.kowace rana

* **

Kalmomi masu daɗi magani ne mai ban mamaki ga
cututtuka da yawa, suna da karfin maganadisu mai karfi,
kusan sihiri, wanda ke kawo albarka da wadata ga mai
magana da su. Waɗanda ke amfani da kalmomi masu
kwantar da hankali da taushi suna jin wani karamin kwararar
ruwa yana gudana ta cikinsu ba tare da katsewa ba, cike
suke da nutsuwa mai zurfi. Wannan saboda wannan
kwararar ruwa tana da alaƙa da tushenta mafi girma,
kwararar ruwa mai ɗorewa wanda ke isa ga rayuka cikin
jituwa da wannan tushen, yana ba su damar isar da farin ciki
.ga waɗanda ke sha'awar zaman lafiya

* **

Kalmomi nawa masu daɗi daga zuciya suka kawar da
bakin ciki da yawa kuma muryoyi masu hikima nawa ne suka
!haskaka hanyoyi masu duhu da fitilun farin ciki da natsuwa

* **

Muna girma ta kowace irin gogewa da muka fuskanta,
matuƙar mun fahimci cewa za mu iya koyon darussa masu
amfani daga gare su. Kowane ciwo da wahala da muke
.fuskanta yana da ma'ana da manufa

* **

Duk da tsananin gwaje-gwajen, suna kama da wuta da
ke narkar da karfe don mayar da ita karfe mai kyau, mai
.ɗorewa, kuma mai amfani

* **

Duk nasarorin da na samu a rayuwata an cimma su ne
ta hanyar ikon tunani cikin jituwa da Allah. Lokacin da injin
samar da wutar lantarki na Allah ke aiki, duk abin da nake so
yana faruwa ba tare da togiya ba, da farko yana ɗaukar
siffar kira mara ganuwa, sannan ya bayyana da karfi mai
.karfi a zahiri

* **

Idan hankali ya yi wa Allah rada mai radawa daga zurfin
rai mai sha'awa, kiran ruhu zai taɓa zuciyar duniya, kuma
amsar za ta zo, ta kawo farin ciki mai yawa. Wannan
radawar hankali tana haɓaka nufin har sai ya sami karfin da
.ake bukata don cimma burin da ake so

* **

Idan tunanin mutum da nufinsa suka yi daidai da Allah,
ana ba shi iko marar iyaka, don haka kawai tunanin wani abu
ya isa ya cimma hakan, domin dokar Allah tana aiki ne don
.amfanin waɗanda suka yi daidai da nufin mafi girma

* **

Bai kamata mutum ya sadaukar da dukkan baiwar
hankali da Allah ya ba shi don neman abubuwa masu sauri
ba, don kada ya rasa kansa a cikin labulen son abin duniya
ya kuma kirƙiri kuntatawa da kuntatawa marasa amfani ga
kansa. Madadin haka, ya kamata ya yi amfani da ikon
iliminsa don samun abubuwan da ake bukata na rayuwa
kuma ya yi ƙoƙari ya haɓaka basirarsa ta ɗabi'a don

bambance tsakanin nagarta da mugunta, da tsakanin abin
.da ke cutarwa da abin da ke da amfani

* **

Gaskiyar ta wuce ra'ayoyi da ka'idoji, kuma da yawa
wadanda suka rungumi wannan hanyar suna daure kansu da
.sakamakon da suka cimma

* **

Ya Ubangiji, ka buɗe kofofin natsuwa ka kuma tsare
wurin ibadar tunanina na ruhaniya daga hare-haren radadin
mugunta. Ka kuma bar furannin sha'awata su yi fure a cikin
.lambun zuciyata yayin da nake jiran fitowarka

* **

Ilimin ka'ida ba zai iya samun ilimin allahntaka ba, kuma
yana da kyau kada a batar da lokacin mutum mai tamani
akan ka'idoji wadanda ba za a iya amfani da su a zahiri ba,
in ba haka ba mutum zai sami kansa a tsakiyar dazuzzukan
.ilimi masu yawa kuma ba zai iya wuce fagen ka'idoji ba

* **

Farin ciki shine sakamakon nasarar tunani akan yanayi
mai canzawa na rayuwa

* **

Wanda Allah ya gane zai iya zama wanda duniya ba ta
sani ba

* **

Idan mutum ya tsara kansa da ilimin ka'idoji [ba tare da
gwaji na gaske ba], zai zama kamar na'urar rikodi mai
daukuwa wadda ke maimaita karin magana da kuma
maimaita manyan jimli, wasu kuma za su dauke shi a
matsayin kwararren masani, amma irin wannan ilimin ba a
karfafa shi ta hanyar fahimtar gaskiya kai tsaye ba, kuma ba
.a daidaita shi da cimma burin ruhaniya ba

* **

Matsaloli za su ci gaba a duniya, to ina mutum zai iya
komawa don neman jagora da alkibla? Tunanin mutum,
wanda halaye, son zuciya, son zuciya, da tsattsauran ra'ayi

suka rinjayi, ba shi da wani amfani, kuma tasirin muhallin
mutum, iyali, kasa, ko duniya ba zai iya samar da jagora na
gaskiya ba. Saboda haka, dole ne mutum ya koma ga Allah
ya saurari muryar natsuwa da nutsuwa da ke fitowa daga
.zurfin rai, murya mai jituwa da gaskiya

* **

Bude zukatanku ga fitowar allahntaka domin ta gudana
ta cikinku ta kuma cika rayuwarku da albarkar ruhaniya da
alheri

* **

Ko da kuwa aikin da za ka yi da kuma duk wani nasarori
da za ka iya cimmawa, ka tuna cewa Allah ne tushen da ke
ba ka dukkan karfin da kake bukata don yin aiki da
.cimmawa

* **

Bari in tuna da kai, ya Ubangiji, cikin talauci da wadata,
cikin rashin lafiya da lafiya, cikin jahilci da hikima, kuma ka
bar ni in ga haskenka mai albarka wanda ke ba da lafiya da
waraka nan take

* **

A cikin kafaici na tunani, ina sha'awar jin muryarka mai
albarka Ka kore min muryoyin duniya masu tsauri da ke
boye a cikin tunanina Ina so in saurari muryarka mai
.natsuwa da daɗi har abada cikin natsuwar raina

* **

Rayuwa tana lulluɓe da duhu, kuma wani lokacin muna
tuntuɓe mu kuma muna jinkirin ci gaba Dole ne mu bar
hasken Allah ya zama fitilar jagoranmu yayin da muke tafiya
cikin hanyoyin duhu na rayuwa. Shi ne cikakken wata a cikin
daren jahilci da duhu, rana mai haske a cikin lokutan
farkawa, hasken jagora, kuma tauraron jagora ga waɗanda
.ke ratsa tekuna na rayuwa ta duniya, mai wucewa

* * *

Lokaci ya yi da mutum zai farkar da hankalinsa daga barcin
mantuwa zuwa farkawar ruhi

* **

Muna rokonka, ya Ubangiji, ka daga wayar da kan mu
daga zurfin jahilci da tunani mai kunkuntar, mai iyaka zuwa
ga zaman lafiya, haske, kauna, da tausayin dan adam na
.duniya baki daya

* **

Daga karshe abubuwa za su inganta domin ikon Allah da
abubuwan al'ajabinsa suna boye a bayan sabanin rayuwar
dan adam, kuma duk wanda bai gamsu da rashin makawa
na yanayin ba kuma ya yi kokarin shiga cikin tunaninsa da
imaninsa zuwa ga abin da ke bayan labule, za a buɗe masa
kofa wadda [kowane hannu mai imani ya buga]

* **

Imani ba ya nufin yin sakaci ko rashin yin mu'amala da
yanayi cikin hikima. Maimakon haka, komai abin da ya faru,
dole ne mutum ya tabbatar wa kansa cewa Allah ne kaɗai
zai iya tallafa masa a cikin mawuyacin yanayi idan ya juyo
.gare shi da dukkan zuciyarsa, ransa, da kuma yadda yake ji

* **

Da hankalinmu ya isar mana da dukkan gaskiya, da mun
ga Duniya a matsayin kogunan electrons, kuma da mun ga
.kowace kura a matsayin wani haske mai birgima

* **

Wadanda suka shiga cikin fahimtarsu daga abu zuwa
ruhi sun fahimci yanayin ruɗani kuma sun san ainihin
gaskiya

* **

Ko mutum yana cikin dazuzzukan Afirka, a fagen daga,
yana fama da rashin lafiya ko talauci, dole ne ya shawo kan
kansa cewa hannun Allah ya fi karfi fiye da haɗari kuma
.yana iya kare waɗanda ke neman mafaka a gare shi

Babu wata hanya mafi inganci ta kare kanka. Tabbas,
dole ne mutum ya yi amfani da dabaru wajen magance

abubuwan da suka faru kuma a lokaci guda ya yi imani da
.taimakon Allah

* **

Soyayyar da ke zaune a cikin zukatan dukkan halittu—
soyayyar dukkan uwaye, ubaye, abokai, da kaunatattu—ta
samo asali ne daga kaunar Allah

* **

Dole ne a bambanta tsakanin manyan ayyuka da
kananan ayyuka, tare da fifita mafi mahimmanci akan mafi
mahimmanci. Bugu da kari, babu wani aiki da ya kamata ya
saba wa wani. Littattafai suna gaya mana cewa lokacin da
wani aiki ya saba wa wani, shaida ce cewa ba aikin gaske ba
.ne

* **

Yayin da hasken rana ke yaduwa, zan yada hasken bege
ga zukatan talakawa da waɗanda aka yi watsi da su
[waɗanda al'umma ta yi watsi da su], kuma zan sanya sabon
.kuduri a zukatan waɗanda suke tunanin sun gaza

* **

Malam Paramahansa ya ce wa ɗaya daga cikin
almajiransa: "Kada ka ware kowa daga cikin da'irar
kaunarka. Ka riƙe kowa a cikin zuciyarka, za su kuma riƙe ka
".a cikin nasa

* **

Ya Ubangiji, ka taimake ni in yi amfani da nufina
koyaushe don cimma ayyuka masu amfani da nagari
Ka taimake ni in bi nufinKa domin dukkan tunanina su
amsa manufofinKa kuma su yi daidai da nufinKa
Ya taimake ni na farkar da ikon da ke boye, mai albarka
a cikina domin in shawo kan dukkan matsaloli da gwaji

* **

Ku farka ga wannan halin ruhaniya mai karfin hali da
tawali'u - wanda ya haɗa karfin zakuna da tawali'un kurciya

* **

Ba zan damu da sukar karya, ko kuma yabo da yabo mai
yawa ba. Burina kawai shi ne in yi nufinka, ya Ubangiji, in
.kuma sami tagomashinka
* **

Ba za ka iya tunanin irin farin cikin da zai cika ka ba idan
ka ji kasancewar Allah. Ranka zai bugu da kaunar Allah
marar iyaka. Soyayya ce da ta fi kowace kaunar dan adam
sau miliyoyi - soyayya ce da ke cika dukkan sha'awarka
.kuma take cika zuciyarka da farin ciki da gamsuwa
* **

Ta hanyar mayar da hankali a cikin zuciya, za ku iya
fuskantar jin daɗin ruhaniya kai tsaye a cikin kanku da
kewaye da ku. Idan kun haɓaka wannan wayewar, halayenku
zai girma cikin jituwa, kuma za ku sami kyakkyawar magana
.ga mutane da sauran halittu
* **

Ya Mai Kariya Mai Girma, ban damu ba ko na rasa komai
saboda kaddara ta, wadda ta samo asali ne daga kaina,
amma ina rokonka, mafakata daya tilo, da ka kare kyandir
.ɗin kaunata a gare ka daga iskar sakaci da mantuwa
* **

Bari mu sha ruwa mai tsarki mai wartsakewa na salama
da ke fitowa daga maɓuɓɓugan yanayi masu kyau, wanda
kudurinmu na yin tunani mai kyau da kuma samun
.kyakkyawan fata ya kara mana
* **

Lamiri wata ji ce mai fahimta da ke bayyana ainihin
yanayin mutum da manufofinsa. Idan lamirinka ya kasance
mai tsabta, kuma ka san kana yin abin da ke daidai, ba ka da
abin tsoro. Lamiri mai tsabta shaida ce ta kyawawan halaye
daga Allah. Samun 'yanci a kotu na lamiri yana nufin samun
.farin ciki da samun albarkar Allah
* **

Ka yi kokarin yin abubuwa masu karfin hali da faranta
rai waɗanda yawancin mutane ba sa yi, kuma ka ba
waɗanda wasu suka yi watsi da su kauna da zaman lafiya
* **

Malam Paramahansa ya ce wa ɗaya daga cikin
:almajiransa
Idan ba ka batar da lokaci wajen gina tunani ba, babu"
wani abin duniya da zai gamsar da kai. Wannan noma ba
azabtarwa ba ce, a'a, horar da sani ne don ciyar da tunani da
".ayyukan da ke haifar da farin ciki

Farin cikinka shine nasararka, don haka kada ka bari
wani ya sace maka shi Kare kanka daga waɗanda ke kokarin
dame ka Lokacin da nake yaro, nakan rasa hakurina duk
lokacin da wasu mutane ke yaɗa jita-jita game da ni Daga
baya, na fahimci cewa kwanciyar hankalina ya fi
muhimmanci fiye da amincewar mutane ko yabo
* **

Da ace ka san labarin kaunar Allah da wasu masu bauta
ke fuskanta tare da Allah! Babu wata kwarewa a rayuwa da
za ta iya kwatantawa da wannan farin cikin da na san wani
waliyyi wanda koyaushe yake cikin kaunar Allah, kuma
fuskarsa tana haskaka kaunar Allah mai tsarki. Idon Allah
koyaushe yana kan waɗanda suke kaunarsa, kuma ba ya
.taba barin su ko da na ɗan lokaci
* **

Kadan ne daga cikin waɗanda ke da sha'awar haɓaka
karfin tunani da ruhaniyarsu
* **

Kada ka bari kanka ya nutse har kasan bata lokaci. Ka
tashi daga barcin gaskiya mai ban sha'awa ta yau da kullun
ka nufi inda rayuwa mai kyau take, inda ake samun nasara,
.farin ciki, da kwanciyar hankali
* **

A cikinka akwai babban damar da ke jiran a saka
hannun jari, kuma kai kadai ne ke da ikon kunnawa da kuma
.amfana da shi

* **

Yanci daga ka'idodin munanan halaye da sha'awa'
marasa kyau yana kawo farin ciki mafi girma fiye da nasarar
abin duniya

Nasarar adabi tana kawo farin ciki na tunani wanda
yanayi na waje ba zai iya d'auke maka ba

* **

Za ka iya batar da duk lokacinka wajen tara kuɗi, amma
wannan kuɗin ba zai ba ka kwanciyar hankali da tsaro mai
d'orewa da kake nema ba. Akasin haka, zai kara kawo maka
baƙin ciki domin farin ciki da zaman lafiya suna cikin tunani,
.ba a cikin abubuwa da kansu ba

* **

Kada ka bari rauni ya shiga zuciyarka, ka yi taka-
tsantsan lokacin da kake hulɗa da mutanen da ke da
mummunan tunani da kuma hangen nesa na rashin bege,
kada raunin tunaninsu ya shiga zuciyarka, sai dai idan
hankalinka ya kai wani mataki na karfi ta yadda tunanin
wasu ba zai iya raunana shi ba, amma akasin haka, yana iya
.karfafa tunanin wasu da kuma kara musu kwarin gwiwa

* **

Allah ne ya fara zuwa, kuma bai kamata mu fara ko mu
kare ranarmu ba tare da tunaninsa ba. Dole ne mu tuna
cewa ba tare da karfi da kuzarin da muke samu daga Allah
ba, da ba za mu iya cika kowace irin aikinmu ba. Wannan
.shine babban aikinmu a gare shi

* **

Akwai hanyar kimantawa da kuma yin hukunci kan
al'adu da al'adu Da farko, kowace al'ada tana da hujja Idan
muka ga cewa hujja har yanzu tana da gaskiya, to al'adar
tana da ma'ana da fa'ida Duk da haka, ba hikima ba ne a bi
al'adu a makance Dole ne mu san abin da ke daidai kuma

mu bi shi, mu fahimci abin da zai iya kawo mana farin ciki
.sannan mu yi amfani da shi

* **

Idan ka ga mutane da yawa ba su da farin ciki ko
nasara, kada ka dauka cewa wannan shine kaddararsu. Za
ka iya mai da kanka duk abin da kake so ya zama. Nasarar
.da kake samu a cikin zuciyarka ita ce ke sa ka yi nasara

* **

Idan ba ka da komai a cikin kanka, ba za ka yi farin ciki
ba. Amma idan ba ka da komai a kusa da kai kuma kana
farin ciki a cikin kanka, babu shakka za ka yi nasara. Don
haka, ba zai yiwu a yi hukunci a kan mutane bisa ga yanayin
.da suke ciki ba

* **

A cikin taron jama'a mai yawa, akwai mutumin da ya kai
matsayin daukaka ta ruhaniya kuma yana jin dadin
kwanciyar hankali na ciki da farin ciki na ruhaniya mafi girma

* **

Na san tabbas cewa duk abin da nake bukata zai zo
mini, saboda haka ban damu da abin da makomar za ta
kunsa ba. Wannan ba alfahari ko zato ba ne, domin na taɓa
aiki da ingancin wannan iko mai albarka a rayuwata sau da
.yawa

* **

Ko ina iyo a saman rayuwa ko kuma ina nutsewa cikin
zurfin teku, na san cewa ina tare da Allah kuma yana tare da
ni, kuma babu abin da zai iya cutar da ni. Wannan ilimin ya
.ba ni farin ciki mai zurfi da ba za a iya misaltawa ba

* **

Babu shakka cewa siyan wani sabon abu abin jin dadi
ne. Amma bayan wani lokaci, wannan jin dadin yana raguwa
a hankali, kuma za ka iya rasa sha'awarsa gaba daya, ka
manta da shi kuma ka yi sha'awar wani abu. Duk da haka,
ba za a manta da lissafin wannan kayan ba, musamman idan
!ka saya a kan lokaci

* **

Ya kamata mutum ya mallaki ragamar rayuwarsa ya
kuma saukaka ta gwargwadon iyawarsa. Ya kamata ya
adana kuɗi don abubuwan bukata da gaggawa, ya fi ba da
fifiko ga tanadi fiye da kashe kuɗi kan abubuwan jin daɗi,
kuma ya taimaki wasu gwargwadon iyawarsa. Idan ka
taimaki wasu, taimako zai zo maka ta wata hanya, kuma ba
.za ka rasa komai ba kuma za a hana ka komai

* **

A cikin farin cikin dukkan zukata, ina jin karar ni'imarKa,
Ya Ubangiji, kuma a cikin abota ta dukkan masu aminci, Ina
jin kaunarKa Ina farin ciki kuma zuciyata tana farin ciki da
nasarar da wadata ta abokaina, kamar yadda nake farin ciki
da jin daɗin kaina da kwanciyar hankalina Yayin da nake
wahayi zuwa ga wasu, Ina ninka taskokin hikimata, kuma a
.cikin farin cikin kowa, ina samun nawa

* **

Babban abokin gaba na farin ciki shine rancen kuɗi don
siyan kayan jin daɗi. Mutane suna kuskuren yarda cewa ba
za su iya yin farin ciki ba sai sun sami wani abu na
musamman. Amma ko da bayan sun sami wannan abu, ba
za su sami farin ciki na gaske ba, duk da farin ciki na ɗan
lokaci da yake kawowa. Menene amfanin bin kawance na
farin cikin duniya wanda ke alkawarin karyewa? Ya kamata
mutane su rayu cikin sauki, ba tare da buƙatar dukiya mai
.yawa da ke buƙatar kulawa akai-akai ba

* **

Aljannata tana cikina Yayin da nake jin daɗin ni'imomin
Allah, ina gode masa, kuma farin cikina yana karuwa Ba tare
da wannan gamsuwa ta ciki ba, har ma jin daɗin duniya da
farin cikinta suna zama jahannama na fahimci cewa ba tare
da wannan farin cikin ciki ba, nauyin da aka ɗora mini da zai
.hana ni kwanciyar hankalina ya kuma hana ni farin ciki na

* **

Idan dukiya ta haɗu da rashin lafiya da matsaloli,
sakamakon zai zama da yawa Tsafta da kiwon lafiya suna
daga cikin karfin Yammacin duniya. Ana sarrafa kwari masu
cutarwa da kwayoyin cuta masu kisa yadda ya kamata a
kasashe masu tasowa, yayin da suke da yawa a wasu.
Amma kwar da waɗannan kwari ba shine babban abin da
za a cimma ba, saboda akwai wasu nau'ikan matsaloli a
kasashe masu tasowa, kamar su kuɗaɗen da ba su da
wahalar biya da kuma matsalolin kuɗi masu shakatawa
saboda tsarin siyan kashi-kashi—wahalolin da ke damun
.barci da kuma lalata kwanciyar hankali

* **

Mu muhimmin ɓangare ne na irin wannan fahimta da
.wannan babbar duniya ta fito daga gare ta

* **

Shin ka taɓa ganin garken tumaki? Idan ɗaya daga
cikinsu ya yi tsalle, sauran garken suna kwaikwayonsa ba
tare da bata lokaci ba Yawancin mutane haka suke, wani zai
iya kawo wani ra'ayi ko ya gabatar da wani sabon salo, wasu
kuma nan take za su hau kan wannan tsari su kwafi shi.
Wannan tsari ya dade tsawon tsararraki. Kowace kasa tana
da al'adu da al'adunta, kuma ba za mu iya iƙirarin cewa duk
sun yi daidai ko kuma sun yi daidai ba. Amma wa ya sani?
Wataƙila wasu daga cikin waɗannan al'adu da al'adu ba su
.da ma'ana kuma ba su da ma'ana

* **

Idan guguwar tunani mai cike da rudani ta lafa, za mu
shiga mulkin zaman lafiya mu kuma taɓa kasancewar
allahntaka

* **

Ka yi tunanin Allah, ko kyakkyawan wuri mai ban
sha'awa wanda ke karfafa zaman lafiya, ko kuma wata
kyakkyawar gogewa mai daɗi. Ayyukan tunani masu kyau da
.natsuwa suna karfafawa da wartsakewa

* **

Muna rayuwa ne a cikin duniyar da ke cike da rudani da
rudani. Kuna iya tunanin kuɗi yana nufin farin ciki, amma
idan kun same shi, kuna ganin har yanzu ba ku da farin ciki.

Kuna iya samun arziki kuma - Allah ya kiyaye - rasa
lafiyarku. Ko kuma kuna iya samun lafiya mai kyau ku rasa
kuɗinku. Ko kuma kuna iya samun wadata da lafiya amma
kuna fuskantar matsaloli da yawa tare da wasu, kuna ba da
alheri kawai don a gamu da fushi da kiyayya a madadin. Ba
tare da Allah ba, babu wani abu a wannan rayuwar da zai iya
.gamsar da ku da gaske

* **

Duniya ta zama ɗakin azabtarwa ga waɗanda ke rayuwa
cikin rashin sanin tsarin Allah. Amma idan ka ɗauki
abubuwan da suka faru a rayuwa a matsayin malamanka
kuma ka koya daga gare su ainihin yanayin wannan duniyar
da kuma rawar da aka ba ka a cikin wasan kwaikwayo na
sararin samaniya, waɗannan abubuwan sun zama haske mai
mahimmanci akan hanyar zuwa ga gamsuwa da farin ciki
.mai ɗorewa

* **

A can, bayan duhun da ba shi da duhu, shiru mara sauti,
da kuma rashin komai da ba a halitta ba, akwai ainihin
madawwami, wanda shine asalin wanzuwa kuma tushen
dukkun iko da halittu, waɗanda ake iya gani da waɗanda ba
.a iya gani ba

* **

Allah bai halicci wannan duniya don mu ci abinci, mu yi
barci, mu mutu kawai ba, amma don mu san nufinsa mu
kuma fahimci manufar wanzuwarmu. Wasu mutane masu
hikima sun fahimci ma'anar shirin sararin samaniya, amma
yawancin mutane makafi ne kuma ba su san wannan
.manufar ba

* **

Kudi bai taɓa zama burina a rayuwa ba; burina shine in
yi wa 'yan'uwana hidima a cikin ɗan adam. Saboda haka,
Allah ya buɗe mini kofofi da damammaki da yawa don in
.tallafa wa kaina da kuma cika aikina

* **

Allah ya halicci wannan duniya don ta yi aiki bisa ga
doka mai kayyadadden tsari kuma marar canzawa. Idan
muka karya ɗaya daga cikin waɗannan dokokin duniya,
muna hukunta kanmu. Wani wanda ya yi tsalle daga rufin
wani dogon gini zai karya kasusuwansa. Saboda haka, ba za
.mu iya yin watsi da dokar nauyi ba tare da shan wahala ba

* **

Idan muka yi zurfin nazari kan wayewar duniya kuma
muka binciko sirrin boyayyun wayewar zamanin da, babban
hoto zai bayyana, tare da layuka masu haɗe-haɗe, surori
daban-daban, da cikakkun bayanai, kuma za mu ga cewa
mutum yana da ɗabi'a ta mutum ɗaya da ta zamantakewa a
.lokaci guda

* **

Da Allah yana son mu rayu cikin sanin abin duniya
kawai, da mun gamsu da abubuwan duniya kuma mun
.gamsu da hanyoyin duniya

* **

Hasken tsarki, zaman lafiya, da farin ciki fiye da mafarki
suna walkiya suna rawa a cikin zurfinmu mai mahimmanci

* **

Da kowace irin gogewa da ta bayyana a sararin
rayuwarmu a lokacin wannan tafiya ta duniya tamu, dole ne
mu koyi yadda za mu faɗaɗa wayewarmu da kuma yadda za
mu kara fahimtar yanayin da ke kewaye da mu ko kuma
waɗanda muke fuskanta, sannan za mu iya rayuwa cikin
kwanciyar hankali da kuma mu'amala da mutane da rayuwa
.cikin sauki da aminci

* **

Yawancin mutane suna kwaikwayon wasu. Ya kamata
mutum ya zama na asali kuma mai kirkira, kuma ya kware a
.duk abin da yake yi

A Gabas, babban abin da aka fi mayar da hankali a kai
shi ne gina farin ciki na ruhaniya, yayin da galibi ba a yin
watsi da abubuwan rayuwa na zahiri ba. A Yamma, akwai
wasu abubuwan jin daɗi na zahiri amma kaɗan ne farin ciki
na ruhaniya. Abin da ake buƙata shi ne daidaito tsakanin su
biyun, domin mai da hankali kan wani fanni ɗaya kawai na
rayuwa yana haifar da rashin daidaito da rashin iya magance
.bukatun rayuwa cikin hankali

* **

Babban farin ciki - bayan farin cikin Allah - shine mutum
ya kasance cikin kwanciyar hankali da danginsa na kusa
waɗanda dole ne ya zauna da su kowace rana ta shekara

* * *

Mutane suna batar da lokaci mai yawa suna gaggawa da yin
abubuwa ba tare da sun yi wani abu ba. Sai kawai su yi
.tunani su yi koƙarin fahimtar abin da rayuwa za ta bayar

* **

Dole ne mu yi aiki don gina gine-ginen hikima na ciki a
cikin lambunan zaman lafiya waɗanda ke bunkasa kuma
suna haskakawa da furanni marasa adadi na kyawawan
.halaye na ruhaniya

* **

Yarjejeniyar ciki tushen karfi ne mai yawa kuma yana
samar da makamashi mai sabuntawa

* **

Idan aka duba rayuwa, mutum zai ga cewa nasara ba
abu ne mai sauƙi ba. Rayuwa sau da yawa tana da tsauri
kuma ba ta da gafara, kuma dole ne mu yi gwagwarmaya
don samun abin rayuwa. Ka yi tunanin koƙarin da ake buƙata
don kiyaye jikinka da kuma kiyaye shi lafiya kuma ba shi da

wata rashin lafiya! Ko da ka yi nasara a wannan, wannan
nasarar na ɗan lokaci ce. Jiki—za ka rayu tsawon rai—a
karshe za a kwantar da shi. Dole ne a yi yaƙi da karfi da
yawa, na ciki da na waje, don cimma nasarar da ake so.
Wadannan rundunonin suna aiki ba tare da gajiya ba don
.hana ka duk wani muhimmin ci gaba

* **

Ka yi kokarin kwantar da hankalinka a kowane yanayi,
kuma ka bar irin zaman lafiyarka ya yi fure da farin ciki da
murmushin gamsuwa

* **

Ko da manyan tsarkaka ba sa samun cikakken ceto sai
sun raba nasararsu da wasu, wato, abubuwan da suka
fuskanta na ruhaniya da kuma iliminsu mafi girma, ta hanyar
.taimaka musu su sami ilimi mai tsarki

* **

Saboda wannan dalili, waɗanda suka kai waɗannan
matakai kuma suka kai waɗannan jihohin suna da sha'awar
ba da fahimta ga waɗanda ke buƙatar hakan. Idan kana son
cimma nasara ta gaske, ba kawai za ka tabbatar da farin
.cikinka na kanka ba, har ma da farin cikin wasu

* **

Duk wanda ke da hankali zai iya samun kuɗi Amma idan
yana da kauna a zuciya, ba za su taɓa amfani da wannan
kuɗin don dalilai na son kai ba; maimakon haka, za su raba
shi da wasu Kuɗi la'ana ce da rashin daɗi a hannun masu
son kai da masu kwazo, kuma albarka da kyauta a hannun
.masu kirki da rayuka masu karimci

* **

Wani zai iya zaɓar yin shiru na tsawon lokaci, yana kin
yin magana da 'yan uwansa a wannan lokacin. Duk da cewa
wannan mutumin zai iya samun kwanciyar hankali a cikin
zuciya sakamakon haka, halayensa na son kai ne kuma
yana cutar da farin cikin iyalinsa. Ba za a iya ɗaukarsa a
matsayin wanda ya yi nasara da gaske ba sai dai idan

wadanda suke kauna suma sun amfana daga nasarar da
.suka samu

* **

Hakazalika, cimma nasarar abin duniya ba wai kawai
hakkinmu ne na jin dadin rayuwa da kanmu ba, har ma da
alhakin dabi'unmu ga wasu dangane da taimaka musu su
.inganta yanayin abin duniya da yanayin rayuwarsu

* **

Ina cikin kariya a bayan bangon lamirina mai tsabta. Na
kone duhun da ya gabata kuma ina damuwa da shi ne kawai
.a yau

* **

A yau na fahimci cewa ni dāya ce da hasken mafi
kyawun alheri kuma ni fitila ce ga wadanda ke
.gwagwarmaya da rakuman ruwan teku na bakin ciki

* **

Mutane suna da ra'ayoyi daban-daban da ra'ayoyi game
da nasara, ya danganta da burinsu a rayuwa. Ba sabon abu
ba ne a ji wasu mutane suna kwatanta nasara da sata, suna
faɗin abubuwa kamar, "Ya yi nasara barawo!" Wannan yana
nuna cewa nasara a kowane fanni da nau'ikanta abin so ne
kuma ana nema. Duk da haka, nasararmu bai kamata ta
.cutar da wasu ba

* **

Akwai kuma wani ma'auni na nasara: idan muka sami
damar kawo sakamako mai jituwa da amfani ga kanmu, ya
kamata mu haɗa da wasu a cikin nasararmu mu kuma raba
.musu 'ya'yan itacen da ke cikinta

* **

Nasara na nufin gamsuwa da gamsuwar mutum a cikin
muhallinsa Nasara ta gaskiya sakamakon ayyuka ne da aka
gina bisa ka'idodin adalci, kuma ta kunshi farin ciki da
walwalar wasu a matsayin muhimmin ɓangare na farin cikin
mutum. Idan muka yi amfani da wannan ka'ida a rayuwarmu

ta zahiri, ta hankali, ta dabi'a, da ta ruhaniya, za mu sami
.cikakkiyar ma'anar nasara

* **

A nan a cikin wannan duniya mai iyaka, muna fahimtar
tsayi, fad'i, da yawa, amma akwai wani matakin inda girma
ba ya wanzu; komai a bayyane yake kuma a bayyane yake—
komai sani ne da fahimta Jin dandano shine fahimta, kamar
yadda jin kamshi yake Jikinmu, tunaninmu, da jikinmu yanayi
ne na sani Kamar yadda muke iya gani, ji, kamshi, dandana,
da tabawa a cikin mafarki, haka nan ma, a wannan matakin
mafi girma, shin muna fuskantar duk wadannan abubuwan
?ta hanyar sani mai tsarki

* **

Ya Ubangiji, ka faranta mana rai ta hanyar jin
kusancinka, ka 'yantar da mu daga sarkakiyar sha'awa,
kuma ka ba mu farin ciki na ciki wanda abubuwan da suka
faru a rayuwa da abubuwan da ke faruwa a cikinta ba su
.shafe shi ba

* **

Idan hankalinmu ya daidaita da fahimta mai zurfi, sanin
ruhaniya yana farkawa a cikinmu kuma muna fuskantar
abubuwan al'ajabi na hikima da kauna ta Allah

* **

Idan muka kaunaci Allah gaba daya muka kuma juyo
gare Shi da dukkan tunaninmu da zukanmu, za mu ji muna
kusa da Shi kuma za mu ga cewa Shi ne babban mafarin
tsaro a rayuwa

* **

A cikin sararin samaniya da babu komai a ciki, akwai
alakar sararin samaniya da rayuwa ta har abada wadda ta
hada mu da dukkan abubuwa masu rai da marasa rai a cikin
sararin samaniya, rakuman rayuwa masu girma suna gudana
.ta cikin duk abin da ke wanzuwa

* **

Har abada ita ce ainihin gidanmu kuma wurin zama na
dindindin, kuma wanzuwarmu a cikin wadannan jikin rayuwa
ce ta ɗan lokaci, kamar ɗan hutu ga ayari da ke tafiya a
cikin hamada

* **

Idan muka daidaita kanmu da karfin kirkira na ruhi, za
mu haɗu da tunani na duniya da mara iyaka wanda zai iya
shiryar da mu da kuma magance matsalolinmu Ikon kirkira
zai gudana zuwa gare mu ba tare da katsewa ba daga
babban tushen halittarmu, wanda zai ba mu damar cimma
.nasarar kirkira a kowane fanni na ayyukanmu

* **

Soyayya tana girma da bunkasa a cikin yanayi na
aminci, hakuri, da girmama juna

* **

Ya Ubangiji, ka albarkace mu da hasken tunani mai
tsarki da kyawawan halaye, domin idan duhun munanan
halaye da tunani marasa tushe ya zo mana, nan take za a
kawar da shi. Ka taimake mu mu kaunace ka da kauna mai
zurfi wadda ba za ta iya kama mu ko kama zukanmu da
.zukanmu ba

* **

Abubuwan da ake samu cikin sauki ba su da matuƙar
muhimmanci. Mun san wannan daga nazarin rayuwar
manyar maza da mata da kuma yadda suka zama manya ta
hanyar haɓaka baiwarsu, cika ayyukansu, gina ɗabi'un
ɗabi'unsu, shiga cikin zurfafa bincike, da kuma guje wa son
kai. Amma sakamakon da suka samu da nasarorin da suka
.samu sun fi karfin kokarin da suka yi

* **

Yanci na gaskiya yana cikin 'yancin zaɓi wanda hikima'
ke jagoranta kuma wanda fahimta, daidaito, da kuma kuduri
.mai karfi ke tallafawa

* **

Idan ka farkar da nufinka, kudurinka, da kuma
fahimtarka, za a fitar da wasu ikoki da ba a gani daga mafi
girman sani - ta hanyar fahimtar rai - don taimaka maka da
kuma haskaka hanyoyin da ke kaiwa ga jin dadin tunani da
.farin ciki, tare da taimakon Allah

* **

Dole ne mutum ya buɗe hanyoyin rai ta hanyar
kokarinsa. Babu wanda ya zaɓi wahala da baƙin ciki da son
rai fiye da zaman lafiya da farin ciki. Jahilci shine tushen
wahala kuma cikaskin da dole ne a kawar da shi. Jahilci
wata cuta ce mai cutarwa, mai tushe mai zurfi, wadda ke
tsiro a cikin lambun ɗan adam kuma tana taruwa daga tsire-
.tsire masu kyau da amfani

* **

Dole ne a shawo kan jahilci ta hanyar niyya mara
misaltuwa da kuduri mai karfi Dole ne a noma kasan tunani
tare da mai da hankali sosai [a kan kyawawan halaye], kuma
a shayar da iri masu kyau da ruwan imani Lokacin da hasken
kauna mai karfi da ɗumi suka haskaka, irin alheri zai girma
ya shawo kan ciyayi da tsire-tsire masu cutarwa, domin duhu
.ba zai iya wanzuwa a gaban haske ba

* **

Jin dadin abubuwan duniya yana shuɗewa ya bace,
amma farin cikin allahntaka ba ya raguwa. Farin ciki ne na
allahntaka wanda ba shi da iyaka kuma ba za a iya kwatanta
.shi ba

* **

Bai kamata mu taɓa amfani da hanyoyin da ba su dace
ba don cimma farin ciki, kuma bai kamata mu yi watsi da
zaman lafiya da dukiyyar ruhaniya da muke da ita a cikinmu
don neman jin dadin ruɗani da rayuwa mai walƙiya wadda
za ta iya rataye a gabanmu ta hanyar ayyuka da halaye
.masu barna ba

* **

Natsuwa ita ce mafi kyawun kyamarar d'aukar
kasancewar Allah Ta hanyar ruwan tabarau na natsuwa mai
tsarki da daidaito, hoton mai albarka zai bayyana da
cikakken haske

* **

A zahiri, dukkan hikima tana cikin kanka kuma abin da
kawai kake bukata shine ka san ta sosai

* **

Gamsuwa ta gaskiya tana cikin inganta kai, ta yadda
wasu za su neme ka maimakon ka neme su. Ya kamata a ba
da soyayya da abota kyauta, ba tare da tsammani ko bukata
ba. Fata kawai tana haifar da bakin ciki da rashin jin dadi. Ko
da a lokacin da ake kokarin inganta kai, ya kamata mutum
ya tsaya shi kadai, cikin kwanciyar hankali da kwanciyar
.hankali a cikin karfin kyawawan halaye da darajar kansa

* **

Bari ruwan farin ciki da kyakkyawan fata su rika kwarara
daga zuciyata, kuma feshinsu mai wartsakewa ya taɓa duk
wadanda na haɗu da su

* **

Farin ciki na ruhaniya yana haifar da sha'awar taimaka
wa wasu ta kowace hanya, kuma yana haɓaka ikon godiya
ga jin daɗin dabi'a mai kyau wanda ke haifar da farin ciki, ta
haka yana rage sha'awar jin daɗin da ba shi da kyau

* **

Komai kankantar rawar da kake takawa, tana da
muhimmanci kamar manyan rawar da take takawa wajen
bayar da gudummawa ga nasarar wasan kwaikwayo na
.sararin samaniya da rayuka ke yi a kan mataki na rayuwa

* **

Cikakken sani sani ne cikakke, marar iyaka, yana
sabunta kansa koyausha kuma kerawarsa ba ta karewa,
kuma ta hanyarka yana kokarin bayyana wani bangare na
musamman na kansa

* **

Idan ka dandani soyayyar Allah koda sau ɗaya ne, ba za
ka taɓa daina ta ba domin babu wani abu makamancin haka
.a cikin dukkan sararin samaniya

* **

Wadanda suka san Allah sun kai mata kai na ruhaniya
masu zurfi, har ba sa gamsuwa da kawai ba wa masu zunubi
shawara ta ruhaniya, amma za su iya - ta wurin alheri da
taimakon Allah - su ɗora musu ikon ruhaniya wanda ke
. 'yantar da su daga sakamakon ayyukansu na zunubi

* **

Duk ayyukan alheri da mugunta suna ɓoye a cikin
kwayoyin kwakwalwa kuma suna bayyana a matsayin halaye
nagari ko mugunta ko halaye a cikin tunani

* **

Mutumin da ke fama da halaye marasa kyau saboda
kwayoyin kwakwalwarsa da aka ɗora masa karfin wadannan
halaye zai iya 'yantar da kansa ta hanyar karfin niyya,
tunani, addu'a ta gaskiya, da kuma ci gaba da tabbatarwa
mai kyau har sai duk halayensa marasa kyau sun canza
zuwa kyawawan halaye na zaman lafiya da natsuwa.
Wannan yana faruwa ne lokacin da karfin rai mai kyau ya yi
aiki don canza yanayin kwayoyin kwakwalwa mara kyau, ta
yadda wadannan kwayoyin za su cika da duk abin da ke da
.kyau, nagarta, da kyau

* **

Fahimta ita ce ido na ciki, hangen nesa na rai, da kuma
na'urar hangen nesa ta zuciya. Shi ne daidaito tsakanin
.kwanciyar hankali da tsarkin lamiri

* **

Kowace rana muna ganin yanayi daban-daban, kuma
kowace rana tana kawo sabon darasi da za a koya. Ana sa
ran mutum zai koyi darasin ta hanyar mai da hankali kan
babban manufar wanzuwarsa: don gane tushen wanzuwarsa
.da kuma tushen rayuwarsa

* **

Bari mu yi aiki don manta da bakin cikin da ya gabata
kuma mu kudura kada mu yi ta tunani a kansu da kuduri mai
karfi da himma, bari mu sabunta rayuwarmu, mu inganta
nasarorinmu, mu kuma gina kyawawan halaye da halaye
.masu kyau a cikinmu

* **

Duk wanda ya fallasa raunin wasu kuma ya jawo musu
kunya da kiyayya, bai yi kama da hikima da hukunci mai
.kyau ba

* **

Kalmomi ga dukkan lokaci da wurare

Wadanda suka yi jituwa da Allah suna ganin kyau mai
ban sha'awa kuma suna dandano mafi kyawun zaki wanda
ba za a iya dandanawa ta kowace hanya ba
Lokacin da raina ya kira gare ka, gajimaren shirunka ya
fashe, Ya Allah, ruwan sama na rahamarka kuma ya zuba a
cikin ruwa har sai ya zama ambaliyar alherinka mai yawa
Kogin ka mai albarka ya mamaye gabar rayuwata, kuma
raina ya nutse cikin ruwan har abada, kuma kumfa na
karamin raina ya narke a cikin teku na wanzuwarka mai cike
.da komai

Malamina ya koya mini yadda zan yi amfani da kusa na
hikima don in gina kaina haikali wanda ya cancanci
kasancewar allahntaka

Idan kana son cimma wani babban buri, fara da kirkirar
samfurin tunani a gare shi. Yanzu zaka iya kafa kowace
alkibla a cikin tunaninka idan ka dasa wani tunani mai karfi a
cikin zuciyarka; to dukkan rayuwarka za ta bi wannan
.ra'ayin, kuma ayyukanka za su yi daidai da shi
Idan ka taɓa zuciyar Allah, matsalolinka za su shuɗe,
kauna za ta cika zuciyarka, kuma abubuwan ban mamaki na
ruhaniya za su yi rawa kamar maɓuɓɓugan ruwa masu
.tsabta a cikin lambunan tunaninka

Gajimare da yawa suna kokarin boye ka su boye ka
daga gare ni, amma ta hanyar rabar hawayen sha'awa,
sunanka mai albarka ya bayyana a gare ni yana walkiya da
haruffan zinariya masu haske daga bayan duk labule da
mayafai

Tsarkakakkiyar lamiri tana nufin mu'amala da gaskiya
cikin gaskiya
Akwai bukatsu masu mahimmanci kuma abin da wasu ke
ɗauka a matsayin "bukatsu" waɗanda a zahiri ba su da
mahimmanci kuma ba su da amfani ya kamata a sauka
rayuwa ta hanyar mai da hankali kan bukatsu na asali da
.kuma kawar da jin daɗin da ba dole ba
Yaya girmanka, ya abota, kuma yadda kasarka take da
albarka da tsarki! Soyayya ita ce abincinka da amincinka
.abin shanka ne
Idan mutane biyu suna tafiya cikin jituwa da jituwa duk
da bambancin ra'ayi, suna haɗuwa da manufa ɗaya: don
samun kwanciyar hankali da natsuwa ta rai cikin tsantsar
soyayya da aminci ga juna, kuma inda mai kauna ba ya
neman jin daɗi a kan abin da yake so, to, a cikin lambun
alheri, furanni masu kamshi na abota suna fure kuma suna
.yadda kamshinsu mai daɗi
Duniya tana horar da hankalinmu ta wata hanya daban,
tana sa mu saba da abubuwa da yawa har mu fara tunanin
cewa farin ciki ba zai yiwu ba tare da su ba. Amma rayuwa,
musamman rayuwar yara, dole ne a sauka ta; in ba haka
.ba, rayuwa za ta koya musu ta hanyar takaici mai ɗaci
Gaskiya ta fi daidai kuma ta fi gaskiya fiye da tunani ko
tunanin kawai, amma abin da muke tunani ko tunaninsa
.wani lokacin yana iya zama gaskiya
Tunanin muhimmin abu ne a cikin tsarin tunani mai
kirƙira. Duk da haka, tunani dole ne ya girma ya rikide ya

zama tabbataccen imani, kuma wannan ba zai yiwu ba tare
.da karfin zuciya mai karfi ba
Idan ka yi tunanin wani abu da dukkan karfinka,
tunaninka zai canza zuwa ga imani na kanka, kuma lokacin
da za ka iya rike wannan yakinin
Duk da duk ra'ayoyin da suka saba wa juna, yakinin ku
zai bayyana a zahiri

Dole ne mutum ya koyi tsayawa kan kansa, tare da
samun goyon baya daga kyawawan halaye da kuma darajar
.kansa

Farin ciki na ruhaniya sabon farin ciki ne kuma yana
bayyana da yawa a cikin waɗanda ke tunani sosai game da
Allah. Farin ciki ne da ke taimakawa wajen yanke shawara
mai kyau da kuma yin abubuwa masu kyau, kuma idan aka
same shi, sha'awa da sha'awa marasa kyau suna shudewa
saboda suna rasa sha'awarsu idan aka kwatanta da farin ciki
.na ruhaniya

Mahaliccinmu Maɗaukaki ya ba mu rai, karfi, da hikima,
kuma wajibi ne mu ba shi kulawarmu da kuma daga
zukanmu gare Shi cikin kauna, godiya, da kuma fahimtar
.falalarSa da alherinsa

Ka taimake ni, Ya Allah, kada in kunna wutar fushi, kada
in kone da harshen fushi, zaman lafiya a cikin kaina da wasu,
Ka taimake ni in kashe wutar fushi da ruwan sama mai
.gudana na kaunata

Bari tafkin tawali'u na da salamata su kasance cikin
natsuwa da kwanciyar hankali, ba tare da guguwar rashin
gamsuwa da ke kawo matsala ba sai wahala
Yin ayyuka da aka yi bisa ga jin nauyin da ke kanka, ko
kuma sadaukar da sha'awarka ta sirri wajen hidima da
.kaunar wani mutum, ya fi yin hakan da tsoro
Ko da mutum ya daina karya dokokin Allah, ya kamata
ya yi hakan ne saboda kaunar Allah, ba don tsoron azabarSa
.ba

Duk abin da kake tsoro, ka kawar da tunaninka daga
gare shi ka bar shi ga Allah ka karfafa amincewarka da Shi
Tsoro yana tare da mutum koyaushe, kuma kawar da
shi yana yiwuwa ta hanyar tunani game da Allah da jin
kasancewarsa

Da farko yana iya zama da wahala a bi hanyoyin
nagarta, amma su hanyoyi ne masu albarka waɗanda ke kai
.ga kwanciyar hankali da farin ciki na gaske
Allah ya haskaka dukkan rayuwarmu, ya kuma sa
kaunarsa ta zauna a cikin zukatanmu, kuma haskensu ya
cika mana saninmu

Ya kaunataccena na allahntaka, furanni suna fure kuma
yanayi yana canzawa, kuma duk suna magana game da kai
Cikakken wata yana bayyana siffofin murmushinka, kuma
rana tana ɗauke da fitilar sama Ina iyo a cikin teku na
hawaye, ina cike da sha'awarka A cikin ganyen bishiyoyi da
jijiyoyin ɗan adam suna gudana rayuwarka da kuzarinka,
kuma ina jin bugun zuciyarka ta sararin samaniya tana
bugawa a cikin kaina

Idan na ji kasancewarka, sai in ji kamar ina farkawa a
wata duniya, kuma lokaci zuwa lokaci ina mafarkin wannan
duniya da wannan karamar jiki—nawa na farka cikin jin daɗi
marar iyaka, kuma mafarkina na rayuwa ta yau da kullun
yana kamshi da tunanin farin ciki na lokutan farkawa tare da
kai Na cire ciyayin mafarkin mafarki daga lambun mafarkina
kuma na dasa a madadinsu furannin wahayi na, inda
kamshin sha'awata zai jawo ka ciki, kuma za ka zo ka ɗauke
.ni zuwa sararin samaniyar jin daɗi na har abada

Ya Allah, Ka sanya ni mai haske da tsarki da tsabta
domin in fitar da hasken warkarwa a cikina
Ka kwantar da hankalina daga madubin da ke girgiza
domin ya nuna fuskarka mara iyaka
Buɗe tagogi na bangaskiya sosai domin in shaka
kamshin salamarki

Ya kai wanda kake haskakawa a cikin kanka, Ya Mai
girma wanda ke kin bayyanawa, ka kalli idanuna da ke
sha'awarka, don kada in ga komai a cikin rayuwa sai Kai
Bayan dukkan abubuwan da suka faru da bayyanar
rayuwa akwai muryar Allah mai shiru, wanda koyaushe yake
kiranmu ta hanyar furanni, littattafai masu tsarki, lamirinmu,
da duk kyawawan abubuwan da ke sa rayuwa ta zama mai
.daraja

Duk wani kokari da mai neman ya yi don isa ga
kololuwar ruhaniya Allah yana kidaya shi kuma yana da lada
mai kyau saboda hakan

Muna rokonka, Ya Ubangiji, ka haskaka zukatanmu da
hasken gaskiyarka, ka sa zukatanmu su buga da kaunarka,
ka kuma cika rayukanmu da farin cikinka da yalwar alherinka
Daga wannan sararin samaniya mai haske wanda
hankali ba zai iya shiga ba, Allah yana fitar da haskensa na
har abada. Kuma daga tunanin sararin samaniya akwai
wahayi mai girma da iko masu albarka, kuma ayyukan
kirkira suna gudana zuwa cikin tunani masu buɗewa da
.jituwa

Lokacin da ka ga cewa ranka, zuciyarka, kowace walkiya
ta wahayi, sararin sama mai shuɗi, taurari masu haske,
duwatsu, duniya, tsuntsaye, da furanni duk an haɗa su da
zare ɗaya na salon sararin samaniya, farin ciki na ruhaniya,
da haɗin kai na duniya, to za ka fahimci cewa duk rakuman
ruwa ne a kirjin teku mai tsarki wanda ba shi da bakin teku
Idan muka manta da Mahaliccinmu, mun cancanci

wahala. Dole ne mu fahimci cewa Allah shine
kaunataccenmu kuma yana kaunarmu, kuma wannan ilimin
.zai 'yantar da mu daga matsalolinmu da wahalhalunmu

Mai son Allah na gaskiya ba ya daina nemanSa, ko da ya
kasa samunSa bayan yunkuri da yawa. Kamar yadda
rakuman ruwa dole ne su koma zuciyar teku bayan guguwa
ta lafa, haka nan ma mai neman gaskiya; yana da imani a
boyce cewa cikas ɗin za su ruguje kuma ba makawa zai haɗu

da tekun sararin samaniya nan ba da jimawa ba—wannan
teku mara iyaka da ya fito daga inda yake dawowa kuma
.yake dawowa

Idan hankali ya ci gaba da tunanin kaunataccen
allahntaka, zuciya tana rera waƙoƙin farin ciki da farin ciki
Fitowar mutum daga abin da yake a yanzu zuwa abin da
zai kasance a nan gaba shine fitowarsa daga abin da yake a
yanzu zuwa abin da zai kasance a nan gaba

Mutum ba zai iya boye ainihin halinsa daga wasu ba,
rawar da tunaninsa zai bayyana a cikin halayensa kuma zai
.bayyana ta hanyar ayyukansu

Akwai mutane da yawa da ba su da ra'ayin da ya dace
game da 'yanci; suna dɓaukar 'yanci a matsayin yin duk abin
da mutum yake so ya yi, kuma ina kiran wannan 'yancin
'yancin sha'awa

Saboda rashin fahimtar ainihin yanayin 'yanci, wasu
iyaye suna bautar da 'ya'yansu ga al'ada ta hanyar cika
burinsu nan take. Yaron ya girma yana gaskata cewa
matuƙar an biya musu buƙatunsu, suna farin ciki, kuma
manufar rayuwa ita ce a cika kowace sha'awa. Amma daga
baya sai su gano cewa sun yi kuskure, domin duniyar waje
ta bambanta da rayuwar gida gaba dɓaya, kuma sun koyi
cewa biyan kowace sha'awa ba abu ne mai sauƙi ba! Wasu
na iya tura su gefe su yi watsi da su don bin sha'awarsu.
Saboda haka, yaron ya zama mai tauri da rashin nutsuwa a
zuciya saboda tsananin sha'awar biyan buƙatunsu. Saboda
haka, dole ne iyaye su taimaki 'ya'yansu su haɓaka nufinsu
da fahimtarsu don su rayu a duniya ba tare da faɗawa cikin
.tarko da tarkonta ba

Uwar ta ce, "Ku koya masa da kauna" Tabbas, yi wa
yara da kauna gaɓaɓaya abu ne mai kyau, amma yawan
zaki yana bata haƙora, haka nan, yawan kulawa yana bata
wa yara. Akwai buƙatar karfin hali da jajircewa, amma idan
aka yi wa yaro da kuma hukunta shi da mummunan laifi,
sakamakon zai yi muni. Ya kamata a sami daidaito a yadda

ake mu'amala da yara; kowane uba ya kamata ya daidaita halinsa da kauna da tausayi, kuma kowace uwa ya kamata .ta kara wa kaunarta hikima da hankali

Dole ne mutum ya kasance mai son Allah da kuma sha'awarsa a zuciyarsa. Na gwada ayyuka da yawa, amma .komai yanayin aikina, tunanina koyaushe yana tare da Allah Ya kamata mu ji daɗin wannan halitta, amma ba tare da barin ta ta bautar da mu ba. Kuma gogewa ta koya mini .cewa farin cikin samun Allah ba shi da misaltuwa

Kafin a fara manyan ayyuka, ya kamata mutum ya zauna a hankali, ya kwantar da hankalinsa da tunani, ya yi bimbini sosai, sannan ya nemi taimakon Allah domin samun .jagora na ruhaniya da kuma jagora mai kyau Bari in fahimci cewa murmushin da ke kan fuskar alfijir, a kan lebunan furanni, da kuma a kan fuskokin maza da .mata masu daraja shine murmushinka Ba zan fuskanci hotuna masu ban mamaki, rashin sa'a, rashin lafiya, ko duk wani cikas da ba a zata ba saboda na fahimci cewa sanin yakamata wanda ke da alaƙa da sanin sararin samaniya ba ya fuskantar gazawa da damuwa a .zahiri

Yanci yana nufin ikon yin aiki bisa ga hikima, ba bisa ga' umarnin sha'awa, halaye, da sha'awa ba. Yin biyayya ga girman kai yana haifar da bauta, yayin da miƙa wuya ga .motsin ruhu yana haifar da 'yanci daga kuntatawa Ko ina zaune a cikin gidan alfarma ko kuma karamin gida mai tawali'u, babu wani bambanci a gare ni, matuƙar .Allah yana tare da ni

Zan yi amfani da kuɗin da na samu na gaskiya don rayuwa cikin sauki, kafin in fara rayuwa mai cike da almubazzaranci

Ta hanyar imani da Allah da kuma amfani da karfin hali, mutum zai iya shawo kan rashin lafiya, gazawa, da jahilci, matuƙar girgizar nufin ta fi karfin girgizar cututtukan jiki ko na tunani. Yayin da rashin lafiyar ke ci gaba da karuwa, dole

ne nufin ya kasance mai karfi da kuma kayyadadden karfi,
kuma imani ya zurfafa da kuma karfi, domin cimma
.sakamakon da ake so

Ka yi mini wahayi, Ya Ubangiji, in dogara gare Ka kadai,
ba ga hanyar kariya ta dan adam ba. Kada in bari tsoro da
damuwa su gurgunta karfina mara iyaka don fuskantar
kowace jarabawa ta rayuwa. Kada in yi tunanin hadurra,
masifu, da bala'o'i saboda tsoron bayyanarsu ta zahiri ta
hanyar tunani da tunani. Kuma ka bari in gane, Ya Ubangiji,
cewa ko ina farkawa ko barci, ina farkawa ko na bace a cikin
mafarkin rana, ina raye ko ina mutuwa, kasancewarka ta
.kariya har yanzu tana kewaye da ni kuma tana kiyaye ni
Masu hikima suna cewa: 'Ya'yan kyawawan ayyuka da
kaunar Allah da nagarta suka haifar su ne jituwa da tsarki
'Ya'yan ayyukan da sha'awa da buri suka haifar su ne zafi da
.wahala 'Ya'yan munanan ayyuka jahilci da wauta ne
Ayyukan alheri suna kawo farin ciki, yayin da ayyukan
duniya wadanda son kai ke jagoranta ke haifar da wahala da
ciwo. Duk da haka, ci gaba da ayyukan mugunta, suna lalata
.ikon mutum na fahimta da fahimta

Idan kana son rayuwa cikin kwanciyar hankali da jituwa,
dole ne manufofinka su kasance nagari, kuma dole ne ka
yadda tunanin alheri da jin dadin soyayya. Idan kana rayuwa
mai kyau, za ka taimaki wasu ta hanyar misalinka da
.dabi'arka mai kyau

Da zarar na ji damuwa da ruɗani a raina, zan koma
natsuwa da tunani har sai na sami nutsuwa, kuma zan fara
kowace rana da tunani game da Allah da neman taimakonsa
.da shiriyarsa

Ku kudura kada ku bari ciyayin kiyayya masu shakewa
su girma su shiga gonar rayuwarku, lambu mai cike da
kyawawan halaye na ruhi mai daraja. Kuma gwargwadon
yadda kuka haɓaka waɗannan halaye masu kamshi, kamar
furanni, haka nan Allah zai bayyana muku babban sirrin
.rayuwa a cikinku

Manufar rayuwa ita ce samun kwanciyar hankali,
gamsuwa, rashin mutuwa, aminci, da kuma sanin gaskiya,
kuma a cikin zuciyar waɗannan sha'awar da ke motsa mu
.akwai ainihin allahntaka a cikinmu

Bari in sami 'yanci na a wurinka, Ya Ubangiji, in kuma
gane cewa ainihin gidana shine cikakken wanzuwarka kuma
ni muhimmin ɓangare ne na sanin sararin samaniyarka
Ya babban teku mai tsarki, bari kogunan sha'awata,
waɗanda ke gudana ta cikin hamadar cikas da cikas, a
karshe su haɗu a cikin zurfinka mai girma⁹

Sai a cikin sansanin Allah muke samun kariya da tsaro,
kuma babu mafaka mafi aminci fiye da jin kusanci da Allah
da kuma taɓa kasancewarsa

Tunda mutane suna karkashin halaye waɗanda ke tsara
sha'awarsu, halaye, halaye, da sha'awarsu, idan waɗannan
halaye ba su da kyau, hali zai zama mai cutarwa kuma
ayyuka za su zama mummuna. Saboda haka, yana da kyau a
fifita kyawawan halaye, kamar yadda suke jagorantar
ayyukanmu da tunaninmu zuwa ga kyawawan manufofi
.kuma suna kawo mana lafiya da farin ciki

Duk inda akwai rayuka masu bakin ciki da wahala, ina
samun ta'aziyyata wajen yi musu hidima da kuma ta'aziyya.
Zan yi iya kokarina don faranta wa wasu rai kuma zan
.tausaya musu kamar su nawa ne

Akwai iyawar tunani a cikin mutane, amma ba su da ci
gaba sosai a cikin yawancin mutane, kuma rashin haɓaka
waɗannan iyawar yana haifar da mummunan sakamako.
Kamar jiki, hankali yana buƙatar ingantaccen abinci mai gina
.jiki da motsa jiki don lafiya da kuzari

Lu'u-lu'u yana karɓar haske kuma yana nuna shi, haka
nan kuma rayuka masu tsarki, masu gaskiya waɗanda suka
.san Allah kuma suna haskakawa da kasancewarsa

Ya Ubangiji, Kai ne ainihin dukiya a rayuwa, kuma ta
hanyar nemo Ka da farko zan sami duk abin da nake buƙata
a cikin Ka

Mutane yawanci suna mai da hankali ne kawai kan
abinci, iska, da hasken rana don kiyaye lafiya mai kyau,
amma akwai lokacin da lafiya za ta lalace duk da yawan
wadannan hanyoyin rayuwa na waje. A lokacin ne ake
.bukatar sake cika ajiyar kuzarin jiki daga ciki

Idan jirgin ruwan hankalina ya kusanci duwatsun
sha'awa masu kwadayi wadanda suka hada da hadari da
hadari, wadanda guguwar jahilci mai karfi ke jagoranta, to,
Ya Allahna, ka zama fitilata kuma ka shiryar da ni koyaushe
.zuwa ga gabar adalcinka da alherinka

Tunani kamar harshen wuta ne wanda ya kamata a yi
amfani da karfinsa mai karfi don kona shingayen da ke hana
cimma nasara

Ana iya samun Allah ta hanyar kaunar Allah mai dorewa
Idan muka kaunaci Allah fiye da baiwarSa, zai zo gare mu Ya
ba mu 'yancin zaɓe da ikon zaɓi domin mu iya bambance
tsakanin baiwar duniya mai wucewa da marar muhimmanci
da baiwar kusanci gare Shi da kuma farin cikin
.kasancewarsa mai albarka

An ba mu kwakwalwa domin mu iya yin aikin tunawa da
abubuwa masu kyau har sai mun iya tunawa da mafi kyawun
alheri: Allah

Iskar kaunarka tana ratsa ni, Ya Ubangiji! Ganyena
kuma suna rawa da farin ciki da zuwanka, kararsu mai dadi
tana yawo a sararin sama, suna gayyatar gajiyyayu su huta
.a cikin inuwar salamata ta ruhaniya

Matsalolin rayuwa ba a yi su ne don cutar da mu ba;
maimakon haka, matsaloli da rashin lafiya suna ba mu
darussa abubuwan da suka shafe mu masu raɗaɗi ba a yi su
ne don su lalata mu ba, amma don tsarkake mu da kuma
hanzarta komawa ga tushenmu mai tsarki - Allah - wanda ke
aiki ta kowace hanya don taimaka mana da kuma dawo da
.mu gidanmu na sama

Har abada ita ce gidanmu na gaskiya, kuma tafiyarmu
zuwa wannan duniyar da kuma cikin waɗannan jikin na
zahiri kamar tafiya ta biza ta ɗan gajeren lokaci ce
Ya Ubangiji, na san cewa yabo ba ya ɗaukaka ni, kuma
suka ba ya rage mini ni. Ina kamar yadda nake a gaban
lamirina kuma a gabanka zan ci gaba a kan wannan hanya,
ina yin iya kofarina don bauta wa kowa da kowa kuma ina
kofarin samun tagomashinKa—a cikin wannan ne farin cikina
.yake—a nan ne farin cikina yake
Kai halitta ce ta musamman kuma asalinka abin birgewa
ne, don haka ka san ainihin kanka
Da wayewar garin zuwanka, furannin sha'awata za su yi
.fure su zama furanni masu kamshi da haske
Ya Ubangiji, ka gaggauta zuwan wannan rana da zan
saka sarkar waɗannan furanni masu raba in sanya ta a bakin
.kofarka mai albarka
Maimakon ci gaba da kofarin faranta wa kansa rai shi
kaɗai, ya kamata ya kuma yi kofarin kawo farin ciki ga
wasu. Idan ya yi kofarin bayar da tallafi na ruhaniya, na
ilimi, ko na zahiri ga wasu, zai ga cewa an biya masa
.bukatunsa kuma kofin rayuwarsa ya cika da farin ciki
Waɗanda suka yi nasara mai kyau a kan duhu a duniya
za su sami hasken ɗaukaka a matsayin rabonsu kuma za su
ji daɗin kwanciyar hankali da farin ciki na ciki
Ya Ubangiji, ka ci gaba da watsa irin albarkarKa a cikin
kasa ta zuciyata, an noma ta da addu'a, domin su girma su
zama bishiyoyi masu inuwa waɗanda rassansu ke ɗauke da
'ya'yan itatuwa mafi daɗi da daɗi na ilimin kai
Sau da yawa muna cikin azaba ba tare da yin kofarin
canzawa ba, kuma shi ya sa ba ma samun kwanciyar hankali
da gamsuwa mai ɗorewa. Idan muka dage muka yi kofari,
tabbas za mu iya shawo kan dukkan matsaloli. Dole ne mu yi
kofari mu matsa daga bakin ciki zuwa farin ciki, kuma daga
.bakin ciki zuwa jarumtaka

Ya Allah, Ka hada soyayyata da kaunarka, Ka hada
rayuwata da farin cikinka, tunani na da sanin sararin
samaniyarka, Ka kuma kashe kishirwata daga maɓuɓɓugar
farin cikinka na har abada

Zuciyar mai neman gaskiya koyausha tana radawa: "Ya
Allahna kuma Masoyina, ba na son in nutse cikin rudanin
wannan duniyar ruɗani, kuma abin da nake so shi ne in
farkar da kaunarka a cikin zukatan mutane Zuciyata, raina,
jikina, hankalina, da duk abin da nake da shi naka ne, Ya
Ubangiji" Wannan mai neman ya isa ga Allah ya kuma san
Shi

Ya Ubangiji, ka ba mu sabuwar fahimta ta gaskiya game
da 'yan'uwantaka. Bari mu yi watsi da yake-yake mu warkar
da raunukan al'ummai da balm na kauna da kuma ta'aziyya
mai dorewa ta fahimtar tausayi

Allah ya albarkace mu domin mu 'yantu daga tasirin
kwadayi, rinjayen yaudara, da kuma ikon ruɗani, kuma ya
taimake mu mu gina sabuwar duniya wadda rashin lafiya,
jahilci, da yunwa ba komai ba ne illa mafarkin wani abu mai
ban tsoro da ban tsoro na baya

Bari mu magance dukkan matsaloli ba da tunanin daji
ba, amma da fahimta, gaskiya, da kuma imani mara
.misaltuwa a gare ku da kuma adalcin ku na Allahntaka
Rayuwa ta hada mu a nan na dan lokaci, bayan haka za
mu bi hanyoyinmu daban. Amma idan kaunar Allah tana
cikinmu, ba kome inda muka je, domin komai nisan da muka
bata, za mu ci gaba da kasancewa cikin da'irar kaunar Allah
.kuma ba za mu taɓa rabuwa da gaske ba

Ya Ubangiji, ka sanya ni gaggafa ta ci gaba ta ruhaniya
da ke tashi sama da hanyoyin kunkuntar tunani da
tsattsauran ra'ayi

Kira ni zuwa ga sararin sama mafi girma da kuma mafi
girma, bayan girgizar kasa mai tsanani da gajimare da ke
toshe hasken rana

Bari in dauki fikafikan daidaito don in rayu daidai, in
kuma bar ni in yi tafiya zuwa ga wadannan sararin sama
masu tsayi sama da dukkan guguwa da guguwa, inda akwai
.sararin samaniya mai fadi da kuma fahimta mai girma
Salama tana zuwa ne lokacin da muka buɗe zukanmu
ga kauna da kirki. Waɗanda ke da zuciya mai kauna da aiki
tukuru a cikin ayyukan alheri suna fuskantar salama domin
tana zaune a cikinsu. Salama ita ce mafakar sama kuma
.tushen rayuwa mai daɗi

Ya kamata mu rika tunawa da kyawun allahntaka da ke
bayan furanni, hasken sararin samaniya da ke bayan rana,
.da kuma babban rayuwa da ke wal'iki a cikin kowane ido
Idan mutum yana da kirki da gaske kuma yana girmama
wasu, kuma yana mayar da yabo iri ɗaya, koyaushe za a yi
masa godiya da girmamawa

Zan yaɗa kaunata ga wasu domin in buɗe kofa don
kaunar Allah ta zo gare ni ta zauna a cikin zuciyata

Ya Ubangiji, ka bar ni in zama fitila ga waɗanda ke
nutsewa cikin zurfin bakin ciki. Ka taimake ni in kawo farin
ciki ga wasu cikin godiya saboda farin cikin ruhaniya da ka
.ba ni

Zan narke kiyayya a cikin wutar kaunata, kuma zan yafe
wa wasu kuma in ba da kauna ga dukkan zukata masu
kishirwa

Soyayya ta gaskiya ita ce soyayyar da ke farin ciki da jin
daɗin kaunataccen

Bari haskenka ya haskaka mana, Ya Ubangiji, kuma
kaunarka ta cika zukanmu har abada

Samun ruhin himma yana nufin samun ikon tunani mai
kirkira wanda ke ba mutum damar kirkira wani abu da babu
wanda ya taɓa yi kafin Kowa ya haifi wannan baiwar da Allah
.ya ba shi

Babban soyayya ita ce kaunar Allah, wadda ke sa
rayuwa ta zama kyakkyawa fiye da kalmomi. Lokacin da ka ji

Allah yana tare da kai, yana zuwa gare ka duk inda kake
.kuma yana shiryar da matakanka, kaunar Allah ta fara

Ikon gaskiya yana adawa da iska

Ya Ubangiji, idan na fuskanci matsaloli na ɗan lokaci, ka
bar ni in tuna da ni'imominka masu yawa a kaina a baya, da
sanin cewa taimakonka ba ya barina kuma kulawarka
koyaushe tana tare da ni a gare ka Ina mika godiyata ga
.kowace albarka da ta zo mini daga hannunka mai karimci
Digon soyayya yana haskakawa a cikin kyawawan
rayuka, kuma Allah ne kawai ake iya samunsa a cikin teku
na soyayya

Fahimta ita ce fitilar da ke haskaka hanyar mutum kuma
take kawo masa nasara

A lokacin bazara, Allah yana kawata yanayi da mafi
kyawun furanni da furanni tare da tufafi masu kyau da
launuka masu haske

Salama ita ce shelar farko da ke sanar da kusancin
Allahntaka Bayan haka, zaman lafiya ya rikide zuwa haske
fiye da farin ciki mara iyaka

Idan na zurfafa cikin teku na tunani, sai in ji wani irin
sauti mai albarka a cikin raina, sai in ji wata murya mai raɗa
"tana cewa, "Ina kusa

Dole ne mutum ya juya zuwa ciki, inda rai ke bayyana
kansa Daga zurfin rai yana bunkasa duk abubuwan da suka
.faru na rayuwa ta ciki

Lokacin da rai ya fahimci kansa da sanin Allah, sai ya ji
babban farin ciki da faɗaɗawa cikin sararin samaniya mara
.iyaka

Idan ka yi amfani da dukkan hanyoyin waje da
albarkatun da ke hannunka, ban da iyawarka ta halitta,
domin ka shawo kan dukkan cikas da ka iya kawo cikas ga
hanyarka, za ka bunkasa ikon da Allah ya ba ka: waɗannan
.iko marasa iyaka da ke fitowa daga zurfin rayuwarka
Soyayya tana tafiya a kan hanyar zinare da ke kaiwa ga

Allah

Zan yadda hasken fatan alheri da kyawawan manufofi
duk inda duhun rashin fahimta ya shigo
Idan matsaloli suka auka maka, amma ka ki daina kokari
da yin kokari, duk da dukkan cikas da cikas, to Allah zai
.amsa maka kuma ya yi maka nasara
Ya Ubangiji, zan cire furen bege daga lambun zuciyata
in sanya shi a matsayin sadakar kauna a bakin kofarka mai
tsarki

Tunda tunaninmu da kalmominmu su ne irin da zai kawo
mana girbin nan gaba, zan fara yau don cika sanina da
.tunani mai kyau da kyau

Ina tashi da tashi a cikin sararin sanina sama da kasa,
arewa da dama, ciki da waje da ko'ina don in ga cewa a
kowane kusurwar sararin samaniya ina nan kuma har yanzu
.ina nan a gaban Allah

Rayuwa a kowane lokaci cikin sanin dangantakarka da
Madaukaki mara iyaka Babu karshen saninka, kuma komai
yana walkiya da walkiya kamar taurari a sararin samaniyar
halittarka

Rabuwa, ko rashin hadewa, ita ce hanya mai hikima da
mai nema ke bi, yana tashi sama da abubuwa marasa
muhimmanci don manyan mutane. Bai daure kansa ga jin
daɗɗin sha'awa na ɗan lokaci don neman sabon farin ciki na
ciki Rabuwa ba karshen kanta ba ne, amma yana share
.hanyar bayyanar kyawawan halaye da ikon ruhaniya na rai
Mai nasara a ruhaniya yana ci gaba da mata kai masu
karfi a kan hanyoyin rayuwa

Ya kamata mutum ya yi amfani da rayuwarsa ta yanzu
sosai, ya kuma buɗe tagogi na zuciyarsa ya farka ya kuma
farfado da hankalin ruhinsa da ke barci

A bayan abin rufe fuska na canji da sauyi akwai
kasancewar allahntaka. Kuma duk wanda zai iya daidaita
madubin tunaninsa ya hana shi girgiza, zai ga fuskar
kaunataccen sararin samaniya a cikin wannan madubin
Soyayya ta fi mutuwa karfi da kuma barnar lokaci

Binciken kai shine mabudin nasara, kuma tunani madubi
ne wanda muke ganin kusurwoyin ciki wadanda idan ba
haka ba za su kasance a boye daga ra'ayinmu. Dole ne mu
gano gazawarmu, mu bambance tsakanin halaye masu kyau
da marasa kyau, sannan mu gano abubuwan da ke kawo
.cikas ga ci gaba da nasara

Kai abin mamaki ne, ya abota! Kai wanda ke debo ruwa
daga cikin ruwan tausayi na gaskiya, na abokantaka, kuma
wanda ganyensa ke jika da rabar zaki na ciki da na waje da
.ke fitowa daga zurfin zukata masu gaskiya da aminci
Na taɓa ganin wata karamar tururuwa tana kokarin
hawa tarin yashi, sai na yi tunani a raina: dole tururuwar
tana tunanin tana hawan tsaunukan Himalayas! Tarin yashi
ya yi kama da babba ga tururuwa, amma ba ga idanuna ba.
Hakazalika, miliyoyin shekarunmu na rana na iya zama kasa
.da minti ɗaya a cikin tunanin Allah

Dole ne mu horar da kanmu don yin tunani game da

manyan abubuwa kamar har abada da rashin iyaka

Na yi yawo a cikin duniyar rashin iyaka kuma na ga hazo
mai haske a cikin kasar haske, kuma a cikin wannan haske
mai rai na karanta ma'anonin sirrin da aka rubuta a shafukan
lokaci

Lokacin da kake barci, kana tunani da ji na shiru ba tare
da wani tunani ba. Amma lokacin da kake tunani da ji na
shiru ta hanyar tunani, abu na farko da kake fuskanta shine
yanayin kwanciyar hankali, kuma tsokoki na fuskarka suna
samar da murmushi wanda ke nuna kwanciyar hankali na
ciki. Amma dole ne ka duba bayan wannan yanayin
kwanciyar hankali don fahimtar tsarkin ranka - tsarkin da ba
shi da lahani ta hanyar motsin rai ko amsawa ta atomatik ga
tunani da ke da alaƙa da ji. Yanayin da kake fuskanta a
lokacin yana ɗaya daga cikin farin ciki mai sabuntawa na
.dindindin

Idan ka sanya kwano na ruwa a farkashin hasken wata
sannan ka motsa shi, za ka kirƙiri wani mummunan hoto na

wata. Lokacin da ruwan ya zauna a cikin kwano, hasken zai bayyana. Lokacin da ruwan da ke cikin kwano ya yi tsit kuma yana nuna fuskar wata da cikakken haske za a iya kwatanta shi da yanayin zaman lafiya mai tunani da kuma yanayin kwanciyar hankali mai zurfi. A cikin kwanciyar hankali na tunani, dukkan rakuman ji da tunani suna daina gudana daga tunani. Kuma a cikin wannan yanayi mai zurfi na kwanciyar hankali, mutumin da ke tunani, a cikin wannan kwanciyar hankali, yana ganin cikakken wata na kasancewar .allahntaka da ke nunawa a cikin tafkin rai Akwai yanayi huɗu da matsakaicin mutum ya saba da su: farin ciki bayan cika sha'awa, rashin farin ciki idan aka hana shi, gundura lokacin da ba farin ciki ko bakin ciki ba, da kwanciyar hankali lokacin shawo kan waɗannan motsin rai ko yanayin tunani na jin daɗi, zafi, da gundura Zaman lafiya yanayi ne mai matuƙar so, wanda ke tasowa daga rashin bakin ciki da jin daɗi, da kuma rashin gundura Waɗannan yanayi suna canzawa da kuma ratsawa a saman rai Bayan hawa rakuman ruwa masu cike da zafi da jin daɗi, gami da nutsewa cikin zurfin gajiya, akwai farin ciki a cikin shawagi a kan tekun kwanciyar hankali mai natsuwa. Amma farin ciki na ruhaniya ya fi zaman lafiya - jin daɗin rai - babban farin ciki ne na har abada wanda ba ya bacewa amma yana tare da rai har abada. Wannan babban farin ciki .za a iya samu ne kawai ta hanyar sanin kasancewar Allah Murmushin gaskiya murmushi ne na farin ciki na ruhaniya wanda aka samu daga tunani da tunani game da Allah da kuma jin kasancewarsa Murmushina yana fitowa ne daga wani babban farin ciki a cikina - farin ciki da kowa zai iya samu. Kamar kamshin da ke fitowa daga zuciyar fure mai fure Wannan babban farin ciki yana gayyatar wasu su nutse cikin ruwa mai tsarki na .ni'ima A cikin hasken gafara mai albarka, duhun kiyayya da aka tara tsawon shekaru da yawa ya shuɗe

Allah yana biyan duk wata bukata ga masu bauta masa
da sauri domin sun 'yantar da kansu daga son kai da ke bata
kokari da kuma bata bege

Wanda Allah ya kare, babu abin da zai iya halaka shi
Ba mu kadai ba ne a wannan duniyar, domin Allah yana
tare da mu, kuma akwai dangantaka mai dorewa, ta kud da
kud, da kuma ta abokantaka wadda muke samun goyon
.baya da farin ciki daga gare ta

Ya tauraro mai haske mai jagora a cikin sararin
samaniyar hikima, haskenki mai haske yana gayyatarar in
binciki sararin samaniyarki mai albarka, kuma tsuntsun da
nake sha'awa yana gudu da sauri, yana ratsa yanayi mai
duhu, mai duhu, wanda ke motsa shi ta hanyar sha'awarki
.da kuma jin dadin haskenki mafi tsarki

Halin mutum yana fara girma da fure lokacin da mutum
zai iya jin - ta hanyar jin dadi na ciki da na fahimta - cewa ba
jiki ne mai karfi na zahiri ba amma har abada na ruhaniya a
cikin jiki

Idan zuciyar almajiri ta cika da kaunar Allah, fuskarsa za
ta haskaka da murmushin kwanciyar hankali da hikima,
kuma jahilcin da ke lullube ransa zai ruguje ya bace gaba
daya

Idan ka kalli fure ko bishiya, za ka san cewa wadannan
kyawawan halittu ba su wanzu da kansu ba Allah ne ya
.siffanta su kuma ya ba su kamshi da kyau mai kyau

Kullum ka yi ayyukanka, kanana da manya, da kulawa
mai zurfi, kana tuna cewa Allah ne ke shiryar da matakanka
kuma yana karfafa kokarinka don cimma burinka mai kyau
Idan mutum ya haɗu da asalin ruhaniyarsa, zamanin da
aka manta da shi, da kuma ikon rai mara mutuwa yana
komawa ga saninsa. A cikin bimbini, mutum yana tuna cewa
.su rai ne marar mutuwa, ba jiki mai mutuwa ba

A ko'ina muke samun mutane, nagari da marasa kyau,
suna neman farin ciki ta hanyarsu. Babu wanda yake son
cutar da kansa. Don haka me yasa wasu mutane ke yin

abubuwa ta hanyoyin da ba makawa za su haifar musu da
zafi da bakin ciki? Domin wadannan ayyukan jahilci da rufi
?ne ke haifar da su
Muna rokonka, Ya Ubangiji, ka haskaka mana da hasken
hikimarka, ka kuma kawar mana da duhun jahilci da rufi
.daga gare mu

Mutum mai hankali ya kamata ya yi taka tsantsan
maimakon tsoro, kuma ya kamata ya gina karfin hali ba tare
da sakaci da gaggawa ba don kada ya fallasa kansa ga
.yanayin da zai iya haifar da tsoro da damuwa
Hikima ba ta dogara ne akan shigar da bayanai daga
waje ba, amma akan ikon yarda na ciki, wanda ke kayyade
adadin ilimin gaskiya da za a iya samu da kuma saurin da za
.a iya cimma wannan ilimin

Wannan duniyar kawai mataki ne da muke aiwatar da
ayyukanmu a karkashin jagorancin Daraktan Allah. Dole ne
mu yi aiki mai kyau ba tare da la'akari da yanayin ayyukan
da aka ba mu ba, koyaushe muna tunawa cewa ainihin
.yanayinmu shine jin dadi na har abada

Mafi hikima cikin masu hikima shine wanda ke neman
sanin Allah, kuma mafi nasara cikin masu nasara shine
wanda ya sami Allah

Ya Allah Masoyi, Allah ka sanya mu a matsayi na farko a
rayuwarmu, Allah ka sa kaunarka ta warkarwa ta cika
zukanamu, kuma Allah ka haskaka mana haskenka mai
.albarka ya kawar da duhun damuwa daga rayukanmu
Yanci yana nufin yin aiki bisa ga lamiri, ba bisa ga'
umarnin dabi'a da sha'awa ba. Yin biyayya ga girman kai da
sha'awarsa yana haifar da kuntatawa, yayin da bin umarnin
.hikima yana ba da 'yanci daga wadannan kuntatawa
Ana iya samun kwanciyar hankali ta hanyar habaka
kyawawan halaye da gangan, wadanda, idan suka girma
gaba daya, ba za a iya kwace musu su ba sai dai idan ya
.zabi ya bar su da son ransa

Yawancin mutane suna neman farin ciki ta hanyar amfani da hanyoyin da ba daidai ba. Wasu suna ganin za su iya ninka farin cikinsu ta hanyar daukar halaye marasa kyau da ayyuka marasa kyau waɗanda suke ba da alkawuran farin ciki mai dorewa da wadata, kuma waɗannan alkawuran karya ne suka ruɗe su, kamar yadda ba za a iya jin daɗin daɗɗanon farin ciki na gaske a cikin jahannama na ruɗani na .karya da ayyuka marasa kyau ba

Kowace minti har abada ce domin ana iya fuskantar har abada a cikin wannan minti Kwanaki, mintuna, da sa'o'i tagogi ne da za mu iya hango har abada Rayuwa gajeriya ce, amma a lokaci guda ba ta da iyaka kuma ba ta da iyaka. Rai ba ta da mutuwa, kuma a cikin wannan ɗan gajeren babi na rayuwar ɗan adam, dole ne mu yi amfani da duk wata dama .da ake da ita da kuma damar da ake da ita

Kalmomin ruhaniya suna kama da iri da ke buƙatar kasa mai kyau domin su yi girma, su yi fure, su yi 'ya'ya Ci gaban ruhaniya yana buƙatar tunani kai, sake tsara abubuwan da suka fi muhimmanci a rayuwa, gano da kawar da halaye masu cutarwa, da kuma kiyaye ka'idodi da dokoki na lafiya daidai da fahimtar ruhaniya da karuwar karfin .tunani

Idan almajiri ya ɗaɗɗani farin ciki na allahntaka, zai ga cewa Allah ya zama gaskiya a gare shi fiye da komai, kuma zai fahimci cewa taɓa kasancewar allahntaka ni'ima ce da babu wani jin daɗin da zai iya kamanta ta da jin daɗin da ke .tattare da shi

Allah yana aiki don farkar da hankalin mutum na ruhaniya kuma ya shirya da nufinsa zuwa ga hanya madaidaiciya ta hanyar kyawun kyawawan halaye, girman haƙuri, girman hikima, da kuma kyawun farin ciki na .ruhaniya

Ba zan dauki wasu a matsayin baki ba domin ina jin cewa kowa ɗan'uwana ne ko 'yar'uwata. Zan sa rayuwata ta yi nasara da gamsuwa domin in taimaki wasu su yi nasara su

cimma. Zan tausaya wa wasu kuma in nuna musu tausayi
yayin da nake nuna musu kaina. Zan kaunaci Allah kamar
yadda annabawa da waliyyai suka kaunace shi, kuma zan
.jefa son kai cikin rijiyar kaunar da nake yi wa wasu
Bayan wannan rayuwa ta duniya mai wucewa, wadda
take karkashin mutuwa, akwai rayuwa ta har abada, wadda
ba ta canzawa. Jiki yana kunshe da sinadarai waɗanda ke
rubewa kuma suna lalacewa, amma bayan wannan rayuwa
ta wucin gadi akwai rayuwa ta har abada, ta sama a gaban
Allah. Saboda haka, bai kamata mu iyakance dukkan
hankalinmu ga wannan jiki marar mutuwa ba, kuma
waɗanda suke son ta dole ne su jure wa gwaje-gwajenta su
.zama shugabanninta

A yau zan yi koƙarin taimaka wa waɗanda ke cikin
bukata da kuma ba wa masu jin yunwa abin da zan iya
Ina cikin aminci da kwanciyar hankali cikin kariyar Allah
kuma a bayan bangon lamirina mai tsabta Ina cikin ɗaya
daga cikin hasken alheri wanda ke jagorantar jiragen ruwa
na rayuka waɗanda rakuman baƙin ciki ke jujjuyawa a cikin
teku na rudani da damuwa
A yau ina jin Allah cikin girgizar kwanciyar hankali da ke
girgiza ni kuma tana motsa igiyoyin zuciyata
Zan yi duk abin da zan iya don faranta wa wasu rai,
kamar yadda nake koƙarin faranta wa kaina rai, kuma ta
hanyar farin cikina na ruhaniya zan yi wa kowa hidima a
gidan kaunar Allah kuma ba zan ji tsoron komai ba sai kaina
idan na yi koƙarin yaudarar lamirina

Daga lambunan rai

Kana da niyyar zuwa wani wuri, kuma ka yi gaggawar
isa can da sauri. Lokacin da ka isa, ka ga ba ka jin daɗin
wurin ba saboda sha'awa, damuwa, da kuma wataƙila har
ma da tashin hankali da kake ji. Madadin haka, yi koƙarin
kwantar da hankali, kwanciyar hankali, da kuma daidaito.

Idan tunaninka ya karkata ga damuwa da tashin hankali, ka
.danne su da karfi har sai sun sake samun nutsuwa
Jin dadi yana da mummunan tasiri ga daidaiton tsarin
jijiyoyi saboda yana aika kuzari mai yawa zuwa wasu sassan
jiki yayin da yake hana wasu rabon su na halitta Wannan
rashin daidaito a rarraba kuzari shine sanadin tsoro Jiki mai
natsuwa da annashuwa yana kwantar da jijiyoyin jiki kuma
yana haɓaka jin dadin tunani

Cikin jituwa da Allah, hangen nesa na ciki yana fara
bayyana a hankali Dole ne mutum ya kasance da cikakken
imani cewa Allah zai amsa kowace addu'a ta zuciya Duk
wanda ya juya gare shi yana neman haske zai sami ganinsa
a buɗe kuma hankalinsa da zuciyarsa su haskaka
Idan aka buɗe fahimta, tana bayyana a matsayin wani ji
da ke fitowa daga zuciya, jin cikakken haske da daidaito Ta
wannan ji, mai nema yana samun tabbaci mara misaltuwa
da jagora mai kyau don bin hanya madaidaiciya, kuma a
.hankali yana gane kuma ya amince da wannan ji
Wannan ba yana nufin barin tunani gaba ɗaya ba;
tunani mai natsuwa, mara son kai kuma yana haifar da
fahimta Tunanin motsin rai, wanda girman kai da girman kai
ke jagoranta, yana haifar da rashin fahimta da kuma yanke
.shawara mara kyau

Ka ki shakku masu barna da imani na karya da zuciya
ɗaya, ka kuma juya zuciyarka da ranka zuwa ga fannin imani
da cikakken aminci ga Allah. A cikin natsuwar tunani,
hankalinka zai iya mai da hankali kan gaskiya da fahimta
daidai. A cikin wannan gogewa, bangaskiya tana bunƙasa
kuma tana bayyana, kuma ta hanyar fahimta, za ka fuskanci
abin da ido bai taɓa gani ba, kunne bai taɓa ji ba, kuma
.zuciyar ɗan adam ba ta taɓa tunaninsa ba
Kowace numfashin sha'awa da addu'ata tana buɗe
kofofi da tagogi a cikin raina waɗanda ta cikinsu nake
wucewa zuwa ga ni'imar Allah

Kamar yadda rana ke haskakawa a kan titunan da suka
fi cunkoso, haka nan zan ga hasken kaunar Allah a duk
wuraren da ke cike da cunkoso a cikin ayyukana na yau da
.kullun

Ya Ubangiji, ka albarkace ni, domin in tashe raina da
.wayewar gari, in kai shi ga bakin kofarka mai albarka
Ya Ubangiji, ka ba ni ruhu mai karimci don in raba wa
wasu abin da nake da shi, ka kuma taimake ni in ga a cikin
tafkin tunani na hasken wata na raina yana haskakawa da
hasken kasancewarka

A yau zan zurfafa cikin teku na tunani da tunani game
da Allah har sai na sami lu'u-lu'u na hikima da farin ciki na
allahntaka

Zan so ka, ya Ubangiji, fiye da komai, domin ba tare da
,kai ba ba zan iya kaunar kowane dan adam ko wani abu ba
A cikin zurfin duwatsu da sararin sama mai natsuwa, da
kuma cikin zurfin raina da kuma kogon shiru, ina jin
kasancewar Allah kuma ina jin farin cikinsa koyaushe, kuma
ina shan ruwa daga mabuɓɓugansa masu tsarki waɗanda ba
.sa karewa ko bushewa har abada

Ina kaunarka kuma ina bauta maka, Ya Ubangiji, wanda
kaunarsa take mulki mafi girma a cikin kowace irin zuciya da
kauna

Wani ya roki malami Paramahansa ya nuna masa
hanyar da zai bi don ya zama mutum mai jan hankali da
kuma jan hankali, sai ya ce: Dole ne ka kasance cikin tunani
yayin da kake mu'amala da wasu domin rashin hankali yana
cutar da halin mutum fiye da komai. Hakika, ba ina nufin
rashin hankali na manyan mutane ba, waɗanda tunaninsu
.galibi yana cikin manyan al'amura
Kullum ka kasance mai lura da kuma sanin yakamata,
kuma za ka zama mai jan hankali

Babu wanda yake son a yi watsi da shi. Duk muna son a
yi la'akari da yadda muke ji kuma a yi la'akari da shi, haka
nan kuma, dole ne mu yi la'akari da yadda wasu ke ji mu

kuma mu nuna musu kulawa domin cimma jituwa da fahimta. Domin yin haka, dole ne ka kasance mai lura, mai .fahimta, kuma mai kula da duk wanda ke kewaye da kai Matattu ba su da ikon cin zarafin wasu, amma wanda .bai kula da su ba yana yi Idan kana tare da wasu, ka yi mu'amala da su da kyau, cikin kuzari, da kuma sha'awa, amma ka guji yin magana .game da kanka

Kowa yana son yin magana game da kansa, amma hanya ce mai rauni Bari wasu su yi magana game da kansu idan suna so; saurari abin da za su fada Bari su yi magana game da matsalolinsu, nasarorin da suka samu, da kuma ra'ayoyinsu, amma bari maganadisu ta yi magana a madadinka Hasken fitilar yana magana a sarari; bari rawar .jinkanta ta yi magana a madadinka daidai gwargwado Allah ya nuna mini a cikin wahayi cewa waɗanda suka mutu a yaki suna da mummunan mafarkin mutuwa, amma da zarar nagargarun sun tashi daga jiki, sai su farka kamar daga mafarki mai ban tsoro kuma suna farin cikin 'yantar da .su daga gare shi

Duk abubuwan da muka fuskanta a rayuwarmu wani ɓangare ne na mafarkin sararin samaniya. 'Dan Adam ya kirkiro mafarkin yaki, amma bayan waɗanda abin ya shafa sun bar gawarwakinsu, sai suka fahimci cewa mafarki ne mai ban tsoro wanda suka farka daga ciki, kuma suka fahimci cewa ba su mutu ba. Wannan gaskiya ce mai zurfi ta .metaphysics

Da mutum ya san mafarkinsa yake yi, ba zai sha wahala daga abubuwan da suka faru na mafarki masu tayar da hankali ba. Amma idan ya cimma burinsa a cikin mafarkin kuma wani ya yi masa mummunan rauni, wannan mafarkin mutuwa yana kama da jaraba ta gaske da ban tsoro har sai .ya farka ya gane cewa ba gaskiya ba ne Wannan kuma ya shafi yanayin bayan mutuwa. Da zarar mun bar jikinmu, za mu fahimci cewa hankalinmu bai mutu

ba, sai dai cewa an 'yantar da mu daga jiki da kuntatawa da
iyakokinsa na zahiri, kuma a cikin wannan 'yanci akwai
.babban 'yanci

Bai kamata mu taɓa neman mutuwa ba, sai dai mu
shirya hankalinmu ta hanyar kasancewa cikin jituwa da Allah
da kuma yin bimbini a kansa, ta yadda idan mutuwa ta zo a
.lokacinta za mu iya kallonta a matsayin mafarki kawai
Ina iya ganin yanayin mafarkin rayuwa da mutuwa duk
lokacin da na so Saboda haka, ban ba wa wannan jiki
muhimmanci sosai ba

Akwai ilimin halittar jiki na ruhaniya wanda ke karkashin
tsarin jijiyoyi wanda ke ba wa mutane damar isa ga mafi
girman mataakai na ci gaban sani

Kwakwalwar ɗan adam, wadda ta fi kwakwalwar
yawancin dabbobi girma, ban da manyan kifaye da giwaye,
ta fi rikitarwa kuma tana da karfin tunani. Wannan ya sa
kwakwalwar ɗan adam ta zama kayan aiki da ya dace da
mutane, waɗanda ke da wayewa mai zurfi fiye da sauran
halittu. Haɗakar kwakwalwa mai rikitarwa da rikitarwa tana
ba wa mutane damar yin tunani mai zurfi da zurfi. Saboda
haka, ɗan adam ne kawai zai iya kaiwa ga matakan fahimta
na gaba, kuma saboda haka, sanin Mahaliccinsa. Mutum mai
hikima shine wanda ke amfani da kwarewarsa ta ilimi don
hidima da fa'idar ɗan adam a matakan abu, ilimi, da
.ruhaniya

Lokacin sanyi ya iso cikin rigarsa mai sanyi, fari, mai
kama da lily

Sha'awata ta jin daɗin lokacin bazara ta shuɗe
An gaya min in nemi ɗumin zuciyarka mai kirki
Kuma da bazara ta bayyana, ana rawa, ana kawata ta
da kowane irin furanni
Ina da kamshi mai daɗi da kamshin gonaki da tuddai, an
ce in kaunace ka, ya Allahna

Kuma lokacin rani ya zo, yana rera waƙoƙin kore a cikin
ganyayyaki masu laushi, karar bishiyoyin poplar, da kuma
karar bishiyoyin pine
Ya dage cewa zan karanta muku
Har ma da kasa mai laushi da taushi ta shafa kafafuna
cikin gaggawa
Kuma ta roke su su kusanci wurin ibadarku da ke akwai
Kamshin turare mai laushi ya ce in bi hanyarsa
Zuwa ga haikalinka mai tsarki a cikin zuciyar wardi
masu girgiza da basil
Kuma tsuntsayen sun ce in yi maka waka kamar su
Da kuma iska mai karfi a kan rafuka da rafuka
Na farkar da kumfan soyayyata a gare ki, sai suka fara
yin wasa a saman babban kirjinki
Kuma da zare mai lankwasa na ciyawa, na koyi yadda
ake lankwasawa
Ina yi maka sujada, ya Ubangiji
Kuma turaren ya kuma gaya mini game da kamshin
turarenka mai ban mamaki
Kuma ta yaya zan ci gaba da cika zuciyata da
?kamshinka mai tsarki a gaban kursiyinka mara iyaka
Kuma kananan duwatsu, marasa sauti, masu hakuri sun
gaya mini domin in gan ka har ma a cikin wadanda ke
kofarin sace farin cikina
Shekarun da aka manta sun nemi in aika wa 'yan'uwana
.sakon kauna da kauna a cikin kowane minti da dakika
Kuma kowace tunani ta gaya min in nemi ki a cikin
zuciyarta
Soyayyata ta zaburar da ni na so duk abin da ke
wanzuwa ta wurinka
Kuma kaunata ta yi mini rada, "Ka kaunace ni da dukkan
"karfin da nake da shi, Ya Allahna
Wata rana na kwanta a kan gadon ciyawa da furanni
kuma na yi mafarkin cewa duk abin da ke cikin rayuwa yana
da kyau da farin ciki

Kaina yana kan dogayen ciyawa masu kore, da kauri,
.wadanda ke ratsa ni da iska mai d'auke da kamshi mai dadi
Sai aka tilasta min in taɓa hannuna da jikina, kuma
girman Mahaliccinsa ya bani mamaki. Haka ne, na yi
mamakin cewa ni, wanda na tabbata da gaskiyar jikina, wata
rana zan bar shi ya huta a duniya wannan jikin da zai yi
sanyi, ya yi fari, kuma ba ya motsi a lokacin mutuwa, yayin
da yanzu yake kama da rai kuma yana d'auke da daruruwan
.ji, miliyoyin tunani, da biliyoyin mafarki da fahimta
Wannan jiki shine matakin da surori na rayuwa suka
bayyana a kai, inda furannin murmushi ke furewa, sai kawai
mutuwa ta biyo baya, nan, a tsakiyar nama, kashi, da jini,
kuma a bayan kyawawan abin rufe fuska na fata, kerkeci na
cuta da dabbobin sha'awa suna boye. Kuma a nan ma, a
karkashin jiki, akwai wata hanyar sirri zuwa ga mulkin haske.
Wannan jiki zai bushe ya bace lokacin da ubangijinsa—rai—
ya rabu da shi ba tare da wata matsala ba. Kuma me zai
hana? Domin lokacin da mai haske na wurin zama na zahiri
ya gaji da rayuwa a cikin rumfa mai laka, mai rugujewa ta
abu, wanda igiyoyin jijiyoyi ke d'auke da ke buƙatar kulawa
akai-akai, yana samun kwanciyar hankali a wani gida a wani
kusurwar duniyar Allah—a wani yanki na rayuwa gaba d'aya
inda kamshin farin ciki ke ratsa ko'ina kuma ba tare da wata
.matsala ba

Rai marar mutuwa yana taka rawar rayuwa da mutuwa
tare da murmushi na dindindin, sannan ya tafi gidansa na
har abada

Shin masu kallon fina-finai dole ne su ci gaba da zama a
sinima har abada bayan an gama wasan kwaikwayo? Hakika
ba dole ba ne mutane su koma gida Haka nan, rayuka suna
zuwa nan don jin dadin wasan kwaikwayo na fim, sannan su
tafi su sake dawowa. Suna son kallon fina-finai da wasannin
kwaikwayo, kuma idan suka gaji da wasannin da suka yi
mafarkin yi, kuma suka kware darussan da Allah yake so su
.koya, suna komawa gidan jin dadi na har abada

Idan dabi'u ba a gina su bisa adalci ba, gihin da ke
budewa wanda wahala da wahala ke ratsawa. Idan dabi'u
sun dogara ne akan son kai, rikici mai kisa, da gasa mai zafi,
sakamakon zai gurbata saboda dalilai ba su da tsarki, kuma
.ba za a albarkaci kuɗi a irin wannan yanayin ba
Dole ne mutum ya tsarkake lamirinsa daga son kai
kuma kada ya yi koƙarin wadatar da kansa ta hanyar cin
zarafin wasu. Gaske gamsuwa ta ruhaniya ce, ba ta kayan
duniya ba, kuma ribar gaske a rayuwa ita ce mallakar
.taskokin hikima, ilimi, da kaunar Allah
Ya kamata mu rayu cikin sauƙi kuma koyaushe mu yi
koƙari mu taimaki wasu da kuma inganta yanayinsu
gwargwadon iyawa. Amma wannan kyakkyawan manufa ba
ta dace da son kai da kwadayi ba tare da la'akari da wasu
.ba

Wadanda suke duniya ba su da daidaito, don haka ba a
ɗaukar su a matsayin masu nasara ba. Rayuwa mai sauƙi da
daidaito fasaha ce mai ban mamaki da kuma alamar nasara.
Wadanda manufarsu kawai ita ce neman kuɗi ba za su sami
.tagomashi a wurin Allah ba
Gaskiya ne cewa Allah ya sanya mana jin yunwa domin
mu yi aiki mu kuma ciyar da jikinmu, amma ciyar da jiki ba
shine kawai manufar rayuwa ba. Manufar ta fi duk wani abu
na zahiri ko na ɗan lokaci, komai kyawunsa, ɗaukakarsa, da
.kuma kyawunsa

Daya daga cikin almajiran ya tambayi Jagora
Paramahansa yadda ake fuskantar kasancewar Allah. Ya
amsa, "Kowace dare, kafin ka yi barci, ka yi tunani har sai ka
ji hankalinka ya ratsa duniyar tunani kuma ya shiga wani
fanni. Amma, ba duka ba ne. Bayan ya juya hankali, dole ne
sha'awa ta tashi, kuma sha'awa za ta yi ta gudu kamar
ambaliyar ruwa zuwa ga Allah. Lokacin da almajiri ya mika
kansa gaba ɗaya ga Allah, ba zato ba tsammani sai ya ji
cewa ya taɓa kasancewarsa mai albarka kuma ya gane shi.
Zai ga babban haske mai haske, kuma zai iya ganin mala'iku

da rayuka masu kirki. Ko kuma zai iya jin kamshi mai guba
na sama, sannan zai san cewa Allah ya amsa masa, kuma
fahimtarsa za ta buɗe, kuma Allah zai bayyana masa sirrin
rayuwa. Ko kuma zai iya lulluɓe shi cikin babban kwanciyar
hankali yayin tunani. Idan ya ci gaba da yin bimbini kuma
Allah ya ba shi babban kaunarsa, zai ji farin ciki mai ban
mamaki fiye da yadda aka bayyana. Albarka ta tabbata ga
".wanda aka ba shi wannan kwarewar mai daɗi

Kaunar Allah tana buɗe kofar sama, ta inda mai nema

zai shiga gaban Allah

Idan mutum ya roki Allah, mai alheri da hikima, don ya
ba shi abincin rai madawwami, ba zai ba shi dutsen jahilci na
zahiri ba. Idan mai bauta ya nemi abincin hikima, Allah ba
zai ba shi macijin yaudara ba. Idan mai bauta ya roki Allah
ainihin ni'imar Allah wadda ke kashe dukkan kishirwa, ba zai
ba shi kunamar damuwa da damuwa ta tunani ba. Idan
mutane da aka yaudare sun san yadda ake ba wa 'ya'yansu
kyawawan kyautai, to, balle Ubangiji—wanda shi ne tushen
dukkann alheri da farin ciki—zai ba da ilimi da haske na
!ruhaniya ga waɗanda suke kaunarsa

Allah yana ba da mafi girman hikima da mafi girman
ilimi ga waɗanda suke neman su, kuma yana ba da kansa ga
mai neman gaskiya wanda ba ya karɓar madadinsa. Wanda
yake neman Allah da dukkan zuciyarsa da ransa shi ne mafi
hikima a cikin masu hikima, kuma mafi soyuwa ga mutane
ga Allah. Kuma lokacin da sha'awar mai bauta ta karu, yana
samun amsa mai ban mamaki da kauna daga Allah kuma
yana jin daɗin kauna ta musamman da waɗanda suke
.kaunar Masoyi ke fuskanta

Mutum mai hikima wanda ke taka rawar gani a cikin
wannan mafarkin sararin samaniya tare da sanin ruhi da
kuma sha'awar Allah mai girma yana kusa da Allah kuma
yana kauna a gare Shi. Yana da tsantsar kauna kuma yana
kaunar Allah ba tare da wani dalili na son kai ba kuma ba
tare da wani sharadi ba, kamar faɗin, misali, "Ya Ubangiji,

zan bauta maka bisa ga sharadin da ka ba ni lafiya, kudi, da
".rayuwa mai dadi

Tsakanin masu hikima da Allah akwai soyayya mai zurfi,
wacce ba ta da iyaka kuma ba ta da iyaka. Idan wani ya roki
Allah wani abu na musamman, Allah ya san cewa mutumin
.ya fi sha'awar baiwarSa fiye da Shi

Ba laifi ba ne mutum ya yi addu'a don a biya masa
bukatunsa, amma idan ya yi addu'a don sanin Allah ya kuma
ga hasken fuskarsa mai d'aukaka, bai kamata ya nemi wani
amfani na kansa daga gare ta ba, kuma bai kamata
tunaninsa ya takaita ga kyaututtukan da kansu ba, sai dai ga
Mai bayarwa da kansa. Lokacin da mai nema ya sami damar
yin haka da gaske, zai karbi duk wasu kyaututtuka ta
.atomatik daga tushen karimci da kuma teku na ni'ima
Daya daga cikin almajiran ya nemi shawara daga
malami Paramahansa kan yadda za a yi hali a wasu yanayi
:da kuma mu'amala da wasu, sai ya ce

Bi gaskiya kuma kada ka kauce mata, kuma ka guji
fadin duk wani abu da zai iya cutar da kai ko wasu, ko da
gaskiya ne, matuƙar ba ka kauce wa ruhin gaskiya ba. A
lokaci guda kuma, bai kamata ka yi amfani da akasin haka
.ba wajen yin karya don guje wa fadin gaskiya mai radadi
Ka yi gaskiya ga kanka da wasu ba tare da yin la'akari
da abubuwan da ba dole ba Ka fadi gaskiya kuma ka guji
fadin abubuwan da za su cutar da kowa ko su cutar da shi.
Kada ka bayyana duk sirrinka da sunan gaskiya da gaskiya,
domin idan ka fallasa rauninka, za su yi kokarin cutar da kai
ko yi maka ba'a duk lokacin da suka ji haka. Me ya sa za ka
?ba su makamin da za su iya amfani da shi a kanka
Yi magana da aiki ta hanyar da za ta kawo farin ciki da
zaman lafiya ga kanka da wasu

Yana da muhimmanci a samar da fahimtar ruhaniya
domin sanin bambanci tsakanin gaskiyar da ke kawo alheri
da kuma ba da labarin gaskiya ba tare da la'akari da
sakamakon da ka iya biyo baya ba, domin ana yin hukunci

ne bisa ga karshensu. Ba a ba da shawarar a fadfi duk abin
da ka sani ba, kuma ba a ba da shawarar a guji abubuwan
.da ya kamata wasu su sani don amfanin kansu ba
Idan ba ka da cikakken fahimta, ya fi kyau ka kasance
cikin nutsuwa a magana har sai ka fahimci gaskiya kai tsaye
.tare da samun sakamako mai kyau ga kowa
Ci gaba da tunani game da Allah kuma ka nemi
taimakonsa da shiriyarsa, kuma fahimtarka za ta buɗe ta
yadda za ka ga abubuwa a sarari kuma za ka iya bambanta
su da kyau

Yin caji ga kwayoyin jiki da kuzarin kuruciya

Karfin sararin samaniya yana gudana cikin jiki akai-akai
ba tare da katsewa ba, amma yawancin mutane ba su san
wannan karfin kuzarin da ke cikinsa ba. Waɗanda ke jin yana
fuskantar karuwar kuzari a cikin kwayoyin halittarsu da
kuma kwararar iska mai wartsakewa wadda ke ba su karfi
.mai sabuntawa

Duk yanayi yana girmama Ubangijin Duniya, kuma
ikonsa yana gudana ta cikin bil'adama. Matsalar tana cikin
rashin gina dangantaka mai karfi tsakanin bil'adama da
tushen dukkan iko. Muna rayuwa kai tsaye ta ikon
allahntaka, kuma duk sauran iko ba su da amfani ba tare da
.ikon Allah mai dorewa ba

Abinci, iskar oxygen, da hasken rana—waɗannan
abubuwan na iya samar mana da wani matakin lafiya, amma
muna buƙatar fahimtar yadda za mu sami cikakkiyar lafiya
daga Tushen Mara iyaka Tushen kayan suna kama da
ƙananan batura waɗanda daga ƙarshe ba sa aiki, yayin da
Tushen Mara iyaka babban janareta ne wanda ƙarfinsa ba ya
raguwa, yana ci gaba da samar wa rai kuzari, farin ciki, da
karfi. Saboda haka, yana da matuƙar muhimmanci a dogara
.ga Tushen Mara iyaka gwargwadon iko
Mutumin da yake so dole ne ya koyi hanyar da ta dace
don amfana daga wannan muhimmin abu kai tsaye daga
tushensa, kuma dole ne ya fahimci cewa tunani gaskiya ne,

domin duk abubuwan da suka faru na halitta misali ne na
tunanin Allah domin Allah ya yi tunani game da wannan
duniya kafin ya hali cce ta

Mutane da yawa sun yi imani da cewa tunani samfurin
jiki ne, amma tsari mai kyau na jiki, da kuma kyakkyawan
haɗin kai tsakanin sassansa da gabobinsa, a bayyane yake
cewa jiki shine kirƙirar tunani mai girma na sararin
.samaniya

Hankali shine babban abin da ke sarrafa jiki, kuma yana
da matukar muhimmanci mutum ya guji tunanin rashi na
ɗan adam kamar rashin lafiya, rauni, tsufa, da takaici,
sannan ya tabbatar wa kansa cewa wani aiki mara iyaka
yana gudana ta cikinsa, kuma wannan aikin yana da baiwar
hankali kuma yana iya cajin kwayoyin jiki da lafiya da
.kuzarin kuruciya

Tunani shine kwakwalwa, motsin rai, da kuma jin daɗin
kowace kwayar halitta mai rai; yana da ikon kiyaye jiki ko dai
yana aiki da kuma faɗaƙe ko kuma yana kasala da kuma
jinkirin tunani Tunani shine shugaba, kuma kwayoyin jiki
sune waɗanda ke karkashinsa, suna bin umarni da hani na
babban ubangijinsu: tunani

Muna ba da kulawa sosai ga ingancin abincin da muke ci
kowace rana, haka nan ya kamata mu kula da ingancin
abincin tunani da na tunani da muke bai wa kwakwalwarmu
.kowace rana

Masanin kimiyyar metaphysical ya ce jiki ba wani nau'in
lantarki bane amma wani nau'in sani ne da ke shawagi a
cikin teku na sanin Allah

Kowace rana dole ne mu karfafa karfin jikinmu, mu kara
karfin tunaninmu, mu kuma san ainihin kanmu ta hanyar yin
bimbini, tunani mai kyau, da aiki mai kyau, mai amfani
wanda ke amfanar jiki, hankali, da ruhi tare

Allah ya albarkace ni da farin ciki a tsawon waɗannan
shekaru masu tsawo na rayuwata Ko mutane suna ganin
murmushin gamsuwa a fuskata ko a'a, farin ciki na

allahntaka yana tare da ni koyaushe kuma ba ya barin ni.

Babban kogin ni'ima yana gudana koyaushe a karkashin
yashi na sanina kuma yana fashewa kamar mabuɓɓugan
.albarka waɗanda ke shayar da lambuna na rayuwata

Ba wani tashin hankalin da ke faruwa a rayuwa da zai
iya kawo cikas ga zaman lafiyata ba, haka nan kuma ba za a
iya kawar da farin cikin ruhaniya da nake ji ba
Ya yi wuya a sanya wannan yanayi na dindindin kuma
ba zai canza ba, amma 'ya'yan ruhun da nake jin dadinsa
yanzu kuma nake rabawa da wasu sun cancanci duk koƙarin
.da na yi a ciki

Ina tsammanin kuma ina aiki da ruhun Allah wanda ke
jagoranta kuma yana aiki da shi, kuɗi ba ta taɓa zama
burina a rayuwa ba, sai dai na yi wa 'yan'uwana hidima a
cikin ɗan adam. Saboda haka, Allah ya buɗe mini kofofi da
yawa na alheri don in ci gaba da rayuwata da kuma cika
aikina. Kuma duk lokacin da na buƙaci taimako, Allah yana
.ba ni nan take

Burina kawai shine in yi maka hidima, kuma shi ya sa
nake nan

Ikon Allah yana aiki a rayuwarku kuma za ku fuskanci
wannan gaskiyar da kanku lokacin da aka karfafa imaninku
kuma kuka fahimci cewa dukiya ta gaske ba ta samo asali ne
.daga nasarar abin duniya ba amma daga Mai Iko Dukka
Ko da yake rayuwa tana kama da wacce ba a iya
tsammani ba, mai son zuciya, kuma mai ban mamaki, cike
da shakku da matsaloli iri-iri da rikice-rikice, muna ci gaba
da kasancewa karkashin kariyar Allah koyaushe. Bai kamata
mu kara gishiri a kan al'amura ko mu rasa natsuwarmu a
gaban abubuwan da suka faru ba, domin idan muka bar
firgici ya mamaye mu, muna ba mugunta iko da zurfafa
tushenta, wanda ke girma da bunkasa a cikin kasa ta tsoro
.da damuwa

Bai kamata mu yi tsammanin samun farin ciki da
kwanciyar hankali mai ɗorewa a cikin jarabawar rayuwa ba;

maimakon haka, dole ne mu neme su mu gano su a cikin kanmu. Sannan, duk wata gogewa da muka fuskanta, za mu magance su kamar yadda muke kallon abubuwan da wani ya .fuskanta a fim, ko da dadi ne ko mai radadi

Mutum zai iya mayar da duk abubuwan da ya fuskanta

zuwa jarabawa masu zafi da rashin dadi idan ya bar hankalinsa ya yi haka. Suna iya jin dadin lafiya mai kyau amma duk da haka ba su fahimci darajarta ba. Amma idan suka yi rashin lafiya, za su kaskantar da kansu su kuma yaba da albarkar jin dadi. Ya kamata mu yarda da ni'imar Allah kuma mu gode masa saboda ni'imomin da Ya ba mu ba tare da jiran yanayi mai wahala ba don ya sa mu gode da kuma .godiya ga alherinsa

Ya kamata rayuwa ta kasance cakuda tunani da aiki.

Idan mutum ya rasa daidaiton tunaninsa, zai zama mai saukin shiga cikin damuwa, gajimaren bakin ciki, da azabar zafi. Kuma idan ya yi kokarin karya dokokin lafiya, wadata, da hikima, ba makawa zai sha wahala daga rashin lafiya, .talauci, da jahilci

Dole ne mu kiyaye manufarmu ta tsarki, mu kiyaye manufarmu ta tsabta, kuma mu yi aiki ta hanyar da za ta kawo mana kwanciyar hankali, kuma kada mu bari yanayin .rayuwa ya dame mu ya kuma lalata mana farin cikinmu haka nan kuma karfafa hankalinmu da kuma kin nauyin

raunin tunani da dabi'a da aka gada daga shekaru da tsararraki Dole ne a kone wadannan kazanta a cikin wutar sabbin kuduri da aiki mai amfani Ta wannan hanyar ginawa, mutumin da ya himmatu da gaske zai iya isa ga 'yanci da 'yanci

Dokokin farin ciki na har abada

An ce a lokacin da daya daga cikin sarakunan Indiya masu adalci ya yi mulki, babu wani abin da ya faru, ko mutuwa kafin lokaci, ko bala'o'i na halitta da suka faru da suka kawo cikas ga zaman lafiya da cikakken jituwa a .masarautarsa

Idan 'yan uwa suka rayu da aminci mafi girma, kowane
gida zai ji daɗɗin zaman lafiya, lafiya, da kauna. Amma idan
'yan uwa suka yi wa junansu muguwar son kai, gidan zai cika
da rashin jituwa da kiyayya. Wannan kuma ya shafi
al'ummai. Idan mutane suka rayu da gaskiya da riƙon
.amana, za su shaida Mulkin Allah a Duniya
Lokaci ya yi gajere Yau muna nan, gobe za mu tafi
Neman Allah shine babban gata na ɗan adam Dole ne mu yi
amfani da 'yancin da Allah ya ba mu a wannan rayuwar mu
kuma mu yi amfani da shi da kyau domin mu iya fuskantar
.gaskiya ta ruhaniya ta har abada da kanmu
Zunubi shine duk abin da ke haifar da ciwo da wahala
ga mutum. Kyakkyawan abu shine abin da ke sa shi farin ciki
har abada. Idan mutum bai mallaki jituwa ta ruhaniya a cikin
tunaninsa da kwanciyar hankali a cikin kansa ba, sabon gida,
sabuwar mota, ko wani sabon abu ba zai iya kawo farin ciki
da kwanciyar hankali ga ransa ba; maimakon haka, azabar
da ke cikinsa za ta ci gaba da kasancewa koda kuwa an sami
.waɗannan sabbin abubuwa da kari
Jin daɗi na gaske yana cikin ikon yin tsayayya da yanayi
da kuma jure duk wani gwaji na waje. Ana samunsa ne
lokacin da za ka iya jure wa azaba mai raɗaɗi da wahalhalu
masu tsanani da son zuciya da yunkurin wasu na cutar da
kai suka haifar, kuma ka amsa laifukansu da kauna da
gafara. Lokacin da ka sami damar kiyaye kwanciyar
hankalinka duk da radadin yanayi na waje, to za ka ɗaɗɗana
.farin ciki
Littattafai Masu Tsarki sun bayyana cewa waɗanda suka
yi watsi da dokokin Allah kuma suka bi sha'awarsu da
sha'awarsu ta wauta ba za su sami farin ciki ba ko kuma su
cimma burinsu na karshe. Suna karfafa mai neman gaskiya
ya sanya Littattafai Masu Tsarki su zama hasken jagora
kuma ya yi hukunci wajen tantance abin da ya kamata a yi
da abin da ya kamata a guje masa, da kuma fahimtar
.al'amura da kuma yin aiki bisa ga hikima

Wadanda ke da karfin gwiwa su ne wadanda ke aiki da
gaskiya Farin ciki yana zuwa ne kawai daga tunani mai tsarki
da ayyuka masu adalci Idan kana farin ciki yanzu, za ka yi
farin ciki a nan gaba, duka a nan da kuma a duniya mai
.zuwa

Dole ne mu tara girbin sa'a ta hanyar tattara 'ya'yan
hikima yayin da rana ta damarmaki ke haskakawa. A wata
ma'anar, dole ne mu yi amfani da damammaki kafin lokaci
.ya kure

idan ba ka yi Ka yi amfani da wannan damar, domin)
(amfani da wannan damar ba, za ta zama abin nadama
Allah ya bamu dokokin ruhaniya da ake kira umarni
Amma wadannan dokoki ana yin watsi da su kuma ana karya
su kowace rana da ko'ina Sai dai idan mutane sun fahimci
ma'anar ruhaniyarsu, koyaushe za su yi gunaguni game da
su kuma su juya baya ga su. Wadannan dokokin fa'idodi ne
na dabi'a marasa lokaci wadanda dukkan addinan Ibrahim
suka amince da su. Duk da haka, nassoshi sau da yawa ba
sa bayyana bangarorin tunani na wadannan dokoki da
fa'idodin da ke tattare da bin su. Mutane suna karɓar
wadannan dokoki a wuraren ibada amma ba sa bin su a waje
da su, suna ba da hujjar hakan ta hanyar iƙirarin cewa
wadannan dokoki ba su da amfani, ba su da ma'ana, kuma
ba su dace da zamani ba. Duk da haka, keta wadannan
.dokoki shine tushen duk wata wahala a duniya
Amma menene fa'idar wadannan umarni kuma ina
?fa'idodinsu suke

Littattafai masu tsarki suna ba da shawara ga mutum ya
yi tunani game da Allah, ya nutsar da hankalinsa a cikinsa,
ya mika dukkan al'amura gare Shi, kuma ya bauta Masa da
ibada ta gaskiya, ba tare da gauraye da munafunci ba kuma
.ba tare da kazanta ta hanyar zato ba
Sanin Allah ya kamata ya zama babban burin rayuwa Ba
za a iya cika ayyukan duniya ba tare da ikon da Allah ya bai

wa ɗan adam ba. Yin ayyuka na yau da kullun yayin
.mantawa da Allah kuskure ne kuma zunubi ne
Zunubi yana nufin jahilci: yin aiki ta hanyar da ta saba
wa mafi kyawun alherin mutum
Me yasa mutane ke jin bakin ciki da nadama? Domin ba
su yi abin da ya dace ba domin ba Allah ne ya fara
zukatansu ba
Babu wani abu a rayuwar mutum da ya kamata a ɗauka
a matsayin mafi muhimmanci fiye da Allah. Idan mutum da
gaske yana kula da Allah kuma yana cika aikinsa na
ruhaniya a gare shi, yanayinsa zai inganta ta kowace hanya,
kuma zai ji aminci da kwanciyar hankali duk da duk wani
.yanayi da ya kewaye shi
Da zarar mutum ya fara bauta wa dukiya, kuɗi, shahara,
ko wani abu banda Allah, rashin farin ciki ya zama nasa.
Wadanda suka mai da hankalinsu kan wadannan abubuwa a
zahiri suna bauta musu, don haka ba sa kusantar Allah sai
dai su nisanta kansu daga gare Shi. Amma wadanda suka yi
tunani game da Allah, suka yi tunani a kansa, suka kuma yi
magana da Shi a cikin zukatansu suna kusantar Shi kuma
.suna jin daɗin rayuwa a cikin zumuncinsu na shiru da Shi
Allah kaɗai ne ke da ikon cika mafarkin ɗan adam da
fatan samun farin ciki mai ɗorewa. Saboda haka, bai kamata
.a bar komai ya ɗauki matsayin Allah a cikin zuciya ba
Akwai alamomin tsarki da za su iya taimaka wa mai
nema ya tuna Allah ya kuma kusance shi. Duk da haka, idan
mutum ya fara bauta wa wadannan alamomin, cutarwarsu
za ta fi karfin fa'idarsu. Ya kamata a yi bauta ga Allah kaɗai,
.domin babu wani abu da ya cancanci bauta
Ko menene yanayin ibadar al'ada, Allah ya yarda da ita
matuƙar mai bauta yana yin ta da sanin ruhi da kuma
sha'awarsa. Duk da haka, mutane da yawa ba sa fahimtar
ainihin ibada, kuma tunaninsu da zukatansu suna karkata
daga Allah zuwa ga al'adun, don haka ba sa amfana sosai
.daga bautarsu

Masu bauta ta gaskiya ba sa barin saninsu ya takaita ga
kowace siffa ko siffa, amma suna mai da hankali da kauna
mai zurfi da cikakken kulawa ga ruhun allahntaka da ke
.bayan dukkan siffofi da siffofi
Allah cikakke ne kuma babu iyaka, kuma babu wani
hoto ko mutum-mutumi da zai iya d'auke shi
Ana iya cewa Allah yana bayyana kansa a cikin duk
wanda yake kaunarsa da gaske kuma yana cikin jituwa da
Shi, domin yana nan a ko'ina don haka yana nan a cikin
kowa Duk da haka, ba kowa ne ke da ikon bayyana
kasancewar Allah ba. Rana tana haskakawa daidai
gwargwado a kan kwal da lu'u-lu'u, amma lu'u-lu'u yana
karba kuma yana nuna hasken rana, yayin da kwal ba zai iya
ba. Haka nan, dukkan mutane suna nutsewa cikin hasken
Allah, amma kaɗan ne kawai za su iya karɓar wannan
hasken kuma su nuna shi a cikin tunaninsu da ayyukansu.
Don yin haka, dole ne su tsarkake kansu ta hanyar bimbini
.da bin koyarwar Allah da umarni
Idan muka ambaci sunan Allah, dole ne mu san abin da
muke faɗa sosai. Idan za ka iya fahimtar tunanin mutane
yayin addu'a, za ka ga cewa yawancinsu suna tunanin komai
sai Allah, duk da cewa suna faɗin sunansa! Irin wannan
.addu'ar ba ta da amfani kuma ba ta da amfani
Idan muka yi addu'a, ya kamata mu yi kofari mu mai da
hankalinmu ga Allah, maimakon kawai mu maimaita sunansa
mai albarka yayin da muke barin tunaninmu ya yaɗu. Wata
goggo ta kan yi addu'o'inta a kan duwatsun addu'a,
waɗanda ba kasafai suke fita daga hannunta ba. Amma ta
shaida mini wata rana cewa duk da yin wannan ibada
tsawon shekaru arba'in, Allah bai amsa addu'o'inta ba. Ba
abin mamaki ba ne! "Addu'o'inta" ba komai ba ne illa halin
.tsoro
Idan muka yi addu'a, bai kamata mu yi tunanin komai
ba sai Allah. Ya kamata mu yi kofari mu kasance masu
gaskiya a cikin bautarmu da kuma sadaukar da kanmu a

cikin addu'o'inmu. Yin amfani da duwatsun addu'a da kuma kiran sunan Allah akai-akai abin karɓa ne idan aikin ya samo asali daga zuciya kuma yana da goyon bayan gaskiya da tunani mai zurfi. Duk da haka, wannan aikin na iya zama .atomatik akan lokaci

Dole ne mu yi wa Allah rada a zukanmu, a kan rosary na bege da kaunar Allah; wannan bauta ta gaskiya ce da ke taɓa zuciyar Allah. Yin furuci da sunan Allah cikin sanyi da tunani mai yawo sabo ne da rashin girmamawa. Lokacin da mutum ya yi addu'a, dole ne zuciyarsa da tunaninsa su cika da kaunar Allah. Yin tunani a hankali ta hanyar motsa jiki na yoga yana taimaka mana mu kusanci Allah, babban tushen ɗaukaka da ɗaukaka, kuma yana taimaka mana mu yi .tunani da kuma tattaunawa da Shi

Yana da mahimmanci a keɓe rana ɗaya a mako don yin bimbini a ruhaniya (idan zai yiwu) don yin bimbini a kan Allah da kuma samun natsuwa, kwanciyar hankali, da kwanciyar hankali na ciki Lokacin da aka kashe ta wannan hanyar zai zama maganin kwantar da hankali ga matsaloli .da damuwa da kuke fuskanta a sauran mako

Kowa yana buƙatar yin kwana ɗaya a kowane mako a keɓe ko kuma "janyewa ta ruhaniya" don warkar da raunuka da radadin motsin zuciyarsa. Lokacin da wannan rana ta zama ta zaman lafiya, farin ciki, da gamsuwa, za ku yi .tsammanin sa'a bayan mako

Kadaici shine farashin girma Za ku yi mamakin kyawawan sakamakon da za a samu ga hankalinku, jikinku, da ruhinku ta hanyar wannan ja da baya ta ruhaniya da alaƙa da ruhinku da kuma Allah. Idan kuna burin samun farin ciki na gaske, dole ne ku nutsar da kanku cikin teku na salama ta Allah da sassafe bayan kun farka, da kuma kafin .ku yi barci da dare

Masanan Indiya sun ba da shawarar ba wai kawai a keɓe kwana ɗaya ba, har ma a jaddada buƙatar yin bimbini a cikin takamaiman lokuta huɗu kowace rana Da safe, kafin a tashi

a ga kowa, ya kamata a ji dadin natsuwa da kwanciyar hankali Da tsakar rana, ya kamata a kwantar da hankali kafin cin abincin rana, sannan a sake jin dadin lokacin kwanciyar hankali kafin cin abincin dare A karshe, kafin a kwanta da dare, ya kamata a sake shiga yanayin kwanciyar .hankali

Wadanda suka yi shiru sosai a lokacin kadai da kuma a cikin wadannan lokuttan huɗu na yau da kullun, tabbas za su ji dadin jituwa da Allah. Wadanda ba za su iya kiyaye duk wadannan lokuttan ba, ya kamata su keɓe akalla sa'o'in safe da yamma. Ta yin haka, rayuwarsu za ta canza zuwa mafi kyau, kuma za su ji dadin farin ciki; gogewa ita ce mafi .kyawun shaida

Idan ka ci gaba da rubutawa da sanya hannu a cikin ba tare da ajiye isassun kuɗi don rufe asusun bankinka ba, za ka kare da kuɗi. Haka kuma ya shafi rayuwarka Ba tare da ajiyar kwanciyar hankali a asusun rayuwarka ba, kuzarinka zai kare, kwanciyar hankalinka zai ɓace, kuma farin cikinka zai ɓace. A takaice, daga karshe za ka sha wahala a fatara ta motsin rai, ta hankali, ta jiki, da ta ruhaniya. Amma zurfafa tunani a kan Allah a kullum zai rama maka raunin da ke cikin .ranka

Mai neman Allah yana yin bimbini kowace rana, yana tattaunawa da Allah da dukkan kauna da sha'awa a cikin zuciyarsa, yana rokonsa ya bayyana kansa Idan kai mai son Allah ne kuma kana sha'awar ganin kasancewarsa, dole ne ka nutsar da hankalinka da jikinka cikin salamarsa, kuma rayuwa za ta yi maka murmushi, kuma al'amuranka za su inganta ta hanyoyi da yawa Mutum mai natsuwa ba kasafai yake yin kuskure ba kuma yana cin nasara inda dubbai suka gaza

Wadanda ba sa tunanin Allah ko kuma ba sa kula da shi suna shiga cikin bakin ciki da bakin ciki. Suna zama masu .fushi kuma suna rikidewa su zama injinan tafiya

Rana ta hikima da kwanciyar hankali za ta fito a sararin
natsuwa kuma za ta lullube wanzuwarka da haskenta mai
warkarwa matuƙar ka yi ƙoƙarin ruhaniya ka kuma ba wa
Allah matsayi na farko a zuciyarka

Ranar tunani yakamata ta kasance rana ta hutawa ta
hankali da ta jiki da kuma gina zaman lafiya ta ciki. Duk wani
aiki da zai samar da hikima da zaman lafiya aiki ne mai
.albarka a wannan rana

Dangane da girmama iyaye, littattafai masu tsarki sun
ba da shawarar a yi musu mu'amala mai kyau: "Ka girmama
mahaifinka da mahaifiyarka" da kuma "Ka kyautata wa
"iyaye

Ya kamata a girmama uba da uwaye na ɗan adam a
matsayin wakilan Allah, wanda ya ba su baiwar ƙirƙirar ɗan
adam. Uwa ita ce misalin ƙaunar Allah tsantsa, domin uwa
mai ƙauna tana gafartawa inda babu wanda zai yi. Uba shine
.bayyanar hikimar Allah da kariyarsa ga 'ya'yansa

Bai kamata mutum ya ƙaunaci ubansa da mahaifiyarsa
ba banda Allah, amma a matsayin bayyanar wannan ƙaunar
Mai karewa da mai hikima Ruhun Allah mafi girma ya zama
uba da uwa don taimaka wa yaro, don haka dole ne a
girmama shi a cikin iyaye

Littattafai kuma suna ba mu shawara game da kisa don
neman kisa, domin a lokacin mutum zai zama mai kisan kai
Bai kamata mutum ya ɗauki ran wani a cikin wani lokaci mai
tsanani ba. Duk da haka, idan aka yi wa ƙaunatattun mutane
barazana, dole ne mutum ya yi yaƙi don kare waɗanda Allah
ya ba su amana, domin aiki ne mai tsarki a kare iyalinsa da
.kasarsa

Dangane da haramcin zina, manufar da ta dace ta haɗin
kai tsakanin mata da maza ya kamata ta zama haihuwar
'ya'ya da aka halicce su cikin siffar Allah da kuma bayyanar
tsantsar soyayya da ma'auratan da ke ganin Allah a cikin
junansu ke ji. Wadanda ke rayuwa kawai a matakin jiki, ba
tare da la'akari da soyayya ta gaskiya ko kuma babbar

manufar da aka kirkiri sha'awar jima'i ba, suna yin zina bisa ga wannan umarni. A wannan yanayin, ba su da bambanci da dabbobi da ke biyan bukatun jima'i sannan su ci gaba da .tafiya

Allah ya halicci wannan sha'awar kirkire-kirkire a cikin

maza da mata don haihuwa da kuma bayyana soyayya ta gaskiya a rayuwar aure, kuma bai kamata a yi amfani da ita ba ta hanyar da ba ta dace ba, sai dai a mayar da ita zuwa .aiki mai tsarki da ilimi

Idan za ka iya sarrafa da kuma rarraba ikon jima'i a cikin

rayuwarka, za ka iya haɓaka manyan kwarewar tunani don rubutu, zane, ko kuma bayyana baiwar da ba a iya gani ba ta .hanyoyi da yawa

Kuma idan a karshe ka sami damar sarrafawa da canza

ayyukan kirkira a ruhaniya, za ka fuskanci babban zaman lafiya, kauna mai girma, da kuma karuwar farin ciki na ruhaniya

Waliyyan Allah da shugabannin ruhaniya waɗanda suka

canza ayyukansu na jima'i a ruhaniya, manyan mutane ne da za su iya yin abubuwan ban mamaki da ban mamaki a .duniya da kuma a cikin binciken gaskiya na asiri

Saboda haka, mafi girman amfani da sha'awar jima'i

shine ɗaukaka karfinsa, wato, tura kuzarinsa zuwa ga wani babban manufa domin ya bayyana hikima, manyan ra'ayoyi, da kuma manufofin ruhaniya. Bai kamata mutum ya sami jin daɗi daga tunanin jima'i ko sha'awar abin da aka haramta ba. Lokacin da aka cimma wannan nau'in kamun kai, mutum zai sami kyakkyawan hangen nesa game da jima'i da kuma .babban manufarsa

Yin bauta ga al'amuran jima'i yana nufin rasa lafiya,

kame kai, da kwanciyar hankali na hankali, kuma a takaice, duk abubuwan farin ciki da mutum ke bukata

Littattafai masu tsarki kuma suna karfafa mu kada mu yi

sata Idan kungiyar mutane dubu za su yi sata daga junansu, kowannensu zai sami makiya 999. Saboda haka, bai kamata

mutum ya keta hakkin wasu ba, ko kuma ya kwace musu kasarsu, zaman lafiya, kauna, mutunci, ko duk wani abu na kayansu ko na ruhaniya. Idan ba ka ji sha'awar d'aukar abin da ba naka ba, abin da kake bukata ko sha'awa zai zo maka.

Sata tana farawa ne da farko a cikin tunani lokacin da mutum ya fara hassada ga wasu. Dole ne a cire irin sha'awar mugunta daga tunani. Kyauta ta ruhaniya ita ce hanya. Sannan, mutum zai jawo wadata ta halitta, kuma albarka za ta kwarara zuwa gare su daga tushen da ya sani da kuma tushen da ba su sani ba. Dokar Allah ce marar kuskure. Game da barayi da mutane masu son kai, suna batar da rayuwarsu suna neman abin duniya, idanunsu koyausha suna kan abin da wasu ke da shi, koda kuwa asusunsu yana .cike da zinariya

Sai dai idan an yi watsi da son kai na duniya, duniya ba za ta iya sanin farin ciki ba Farin ciki yana zuwa ne kawai ta hanyar haɗin gwiwa ta ruhaniya. Yana zuwa ne lokacin da mutum ya ji bukatun wasu kamar nasu ne kuma ya yi wa wasu aiki yayin da yake .yi wa kansa aiki

Wata muhimmiyar doka ita ce a guji bayar da shaidar karya. Cin zarafin kowa ta hanyar karkatar da gaskiya wata hanya ce ta lalata jituwar zamantakewa. Idan mutum yana son a yi masa alheri, ya kamata ya yi wa wasu mu'amala .yadda ya kamata

Ya kamata a rika faɗin gaskiya koyausha, amma dole ne a bambanta tsakanin faɗin gaskiya da kuma faɗin gaskiya kawai. Ambaton wani a matsayin gurgu ko makaho yana da illa kuma ba shi da amfani; ya kamata mutum ya yi la'akari da yadda wasu ke ji kuma ya guji kunyatar da su. Hakazalika, bayyana gaskiya da za ta iya cin amanar wani ba tare da wata manufa mai kyau ba kuskure ne. A gefe guda kuma, bai kamata mutum ya yi karya don guje wa faɗin gaskiya ba; maimakon haka, mutum zai iya yin shiru a .wasu yanayi don guje wa kunya ko cutar da wasu

Dole ne mutum ya yi hattara da hassada, wata cuta mai halakarwa da ke cin zarafin kwanciyar hankali na rai. Yawan kwadayin abin da ke na wasu, haka nan rashin jin daɗi da bakin cikin mutum ke karuwa. Mai kishi yana rayuwa cikin wahala, ba ya taɓa sanin ɗanɗanon natsuwa. Ya fi kyau a gare su su girmama kansu, su dogara da kansu, su nemi .wadatar ruhaniya ta ciki

Mutuncin mutum da darajarsa ta zahiri sun fi duk abin da zai so ko ya yi marmarin mallaka. Allah yana bayyana a cikin kowane mutum ta hanyar da ba ta bayyana a cikin wani mutum ba. Fuskarsu ba ta bambanta da ta wani mutum ba, kuma ransu ba ta bambanta da ta wani mutum ba, domin a cikinsu akwai babbar taska ta dukkan halitta—kuma wannan babbar taska ita ce Allah

Ba a ɗaure mu da abubuwan da suka gabata ba Idan mutum yana da imani mai kyau kuma yana yin aiki yadda ya kamata, zai fi farin ciki fiye da waɗanda ba su da imani kuma ba sa yin ayyukansu a yaƙin rayuwa Imani mai kyau da aiki na adalci (wanda aka tallafa da kyawawan manufofi da kyawawan manufofi) suna nan a duk inda farin ciki ya kasance, kuma ana rasa su duk inda farin ciki ya kasance. Daga wannan, za mu iya kammala da cewa su muhimman yanayi guda biyu ne na farin ciki, waɗanda ba za a iya cimma su ba tare da su ba. Waɗanda ke son farin ciki suna buƙatar kawai su mallaki waɗannan muhimman abubuwa guda biyu, waɗanda su ne ginshikansa da .ginshikansa

Mutane ba za su iya sarrafa—a yadda suke so— abubuwan da ba su da iyaka na sararin samaniya, kuma ba za su iya gyara ko goge su ba. Waɗannan abubuwan suna da alaƙa da juna sosai da tsarin rayuwar ɗan adam, kuma mutane ba za su iya aiki a ware daga gare su ba. Duk da haka, za su iya sarrafa tunaninsu don daidaitawa da .waɗannan abubuwan
Kada ku cutar da shi

Kakanninmu sun fi mu farin ciki ba wai don suna da
abubuwan duniya da jin daɗi fiye da mu a yanzu ba, ko
kuma saboda ba su da sauƙin fuskantar matsalolin rayuwa,
amma saboda suna da daidaiton tunani wanda ya ba su
kwanciyar hankali, kwanciyar hankali, gamsuwa, da kuma
.farin ciki a takaice

Ba su dogara ga yanayi na waje don farin cikinsu ba,
kuma ba su miƙa wuya ga yanayi na waje wanda zai hana su
ba. Jin daɗinsu, kwanciyar hankali, farin ciki, da gamsuwa
sun kasance na halitta, na al'ada, lafiya, kuma mai ɗorewa.

Mu ma, ya kamata mu gina waɗannan ji idan muna son
?samun farin ciki. Kuma wanene a cikinmu ba ya yin hakan

Kaddara sakamakon aikin da muka yi na baya na
'yancin zaɓe ko 'yancin zaɓe Ta hanyar ayyukanmu na baya
na 'yancin zaɓe, mun kawo kuma mun ci gaba da kawo wa
kanmu kaddara da kaddara. Duk da haka, ba a ɗaure mu da
abin da ya gabata ba, kuma ba a ɗaure mu da sakamakon
ayyukanmu har abada ba. Za mu iya gyara abin da muka
shuka kuma mu goge abin da muka rubuta idan muna so mu
yi koƙari mu gyara tafarkinmu da inganta ingancin girbinmu.

Idan muka kawar da irin ayyuka masu radadi kuma muka
shuka iri mafi dacewa da yanayin rai, tabbas za mu girbe
'ya'yan farin ciki daga waɗannan kyawawan iri da aka shuka
a cikin kasa ta rai. Dole ne mu yi amfani da 'yancin zaɓe
yanzu, yanzu ba gobe ba, idan muna son samun karin farin
.ciki ko rage wahala da zafi

Saboda haka, sharuɗɗan farin ciki suna cikin ɗan adam,

kuma abin da kawai zai yi shi ne ya magance wannan
daidaiton da ba ya kuskure, kuma sakamakon zai kasance a
gare shi idan ya yi mafi kyawun kimantawa kuma ya
magance shi Amma mutumin da ke da karfin nufi yana cikin
jituwa da Allah

Karfin tunani mai zurfi

Idan ka mayar da hankali kan hasken rana Ta hanyar
mayar da hankali kan karamin wuri, yana samar da zafi,
kuma wannan zafi na iya kunna itace. Yadi, takarda, da
sauransu. Haka nan, idan ka mayar da hankali kan
hankalinka sosai. Karfinsa mai karfi. Don kona mugunta da
tushen shakku, dalilin duk wani gazawa, da kuma sa hasken
.hikima ya haskaka da haske da haske

Idan tunani ya yi daidai da Allah, tushen dukkan alheri
da kuma asalin dukkan ikoki masu albarka, zai fahimci
kasancewar Allah kuma ya mallaki dukkan abubuwan da ke
haifar da nasara. Waɗannan abubuwan suna da alaƙa da
babban ikon Allah, wanda ke iya kirƙirar sabbin dalilai na
.nasara a kowane fanni

Allah ya saka da alkhairi da kuma kyakkyawan aiki da
kuma kyakkyawan aiki

Matsaloli da matsaloli suna tasowa ne daga rashin sanin
ayyukan da suka gabata, waɗanda suka aikata a wani lokaci
da wuri. Wahalar da suke sha a yanzu ta samo asali ne daga
tunani da ayyukan da suka furta, waɗanda suka yi tushe a
cikin kasan saninsu, suka tsiro suka zama shuka kuma suka
ba da 'ya'ya waɗanda ke nuna halayen waɗannan tunani da
.ayyukan

Idan ka kalli rana mai nisan mil mil a sararin samaniya,
wannan babban tauraro yana bayyana kasa da Duniyarmu.

Duk da haka, diamita ta Duniya tana da kusan mil 7,900,
yayin da diamita ta rana ta fi sau ɗari. Idan za ka iya sanya
duniyarmu ta Duniya kai tsaye a gaban rana, zai bayyana a
matsayin karamin digo idan aka kwatanta da ita. Ka yi
tunanin faɗin rana yana faɗaɗa har sai girmanta ya mamaye
sararin samaniya mai shuɗi. Saman da muke gani karamin
guntu ne, ɗan tabo kawai, na sararin samaniya mara iyaka
wanda ke ratsa sararin samaniya. Ko da rana ta ci gaba da
faɗaɗawa zuwa rashin iyaka, har yanzu ba za ta iya kewaye
da rashin iyaka ba. Wannan mafarkin sararin samaniya na

kankanta da iyaka yana iyakance ikon tunani na fahimtar
.faɗin sararin samaniya, asalinsa, da iyakokinsa
Wanda ba ya karkashin girma da ma'auni, wanda ba shi
da iyaka ko asali, shi ne Allah, wanda yake ko'ina kuma yana
wanzuwa a mafi nisan sararin samaniya. Yana cikin taurari
masu nisa, kamar yadda yake a cikin ku da kuma a cikina,
kuma yana sane da kowane sarari da yake ciki Komai
"kankanta ko babba. Daga littafin "Man's Ultimate Man' Buri

Addu'o'i

,Ya Ubangiji

Dauki hannuna daga duhu zuwa haske

O natsuwar sararin samaniya

Ina jin muryarka a cikin radadin rafuka da kuma radadin

tsuntsayen dare

A cikin kukan iska, hayaniyar rakuman ruwa, da kuma

tsawar girgizar kasa

Ya Ubangijin da ake kauna

Ba da kalmomi nake bauta maka ba, sai dai da sha'awar

zuciya mai konewa da kewarka

Bari in ga fadinka mai girma

Kasancewarka a bayan komai koyausha

Watakila zan gane cewa ni ɓangare ne na halittarka

wadda ba ta canzawa har abada

Teku mai ambaliya

Da ace kogunan sha'awata masu lankwasa za su iya

gudana ta cikin hamadar cikas da cikas

A karshe, babban rikicinku ya haɗu

Ka taimake ni in saurari muryarka, ya Ubangiji

Sautin sararin samaniya wanda girgizar duniya ta fito

daga gare shi

Bari in fahimci kasancewarka ta hanyar sautin albarka

(Om - Amin)

wakar Tsarki ga dukkan muryoyin masu albarka

Faɗaɗa wayar da kan jama'a yayin da nake sauraron

wakokin rayuwa

Bari in ji kamar tekun mai sararin samaniya
Kuma motsin jikin yana rawa a kirjinsa
Bari murƙar mafi tsarki ta yi ta ratsa zuciyata
Faɗaɗa wayewar da nake da ita daga jiki zuwa sararin
samaniya

Zan iya jin daɗin dawwamammen farin ciki, mai cike da
komai

Fashewa daga tekun mai cike da haske

O iko mara iyaka

Ya hikima ta har abada

Ka cika raina da motsin zuciyarka na ruhaniya

Ya murƙar kalmar sararin samaniya mai albarka

Gyara kurakuraina

Ina bukata

Dauki hannuna daga duhu zuwa haske

Duk lokacin da na tuna da Kai, Ya Ubangiji, ambaliyar

sha'awa mai zafi tana tasowa a cikina, tana girgiza ji na

kuma tana gudana daga zuciyata zuwa kowace kwayar

halitta a jikina, tana cika ta da kaunar Allah

Babban burina shine in isa ga ainihin rayuwarka kuma in

yi farin ciki a gabanka

Kuma ba zato ba tsammani kofar rai ta buɗe, kuma na

!yi matuƙar farin ciki da ganin haskenka mai haske

Abin da ya gabata ba a san shi ga yawancin bil'adama

ba, ban da wasu mutane kaɗan da aka zaɓa waɗanda suka

waye, duk da haka, rashin sanin abin da ya gabata shi ma

yana da amfani a gare mu. Domin da mun san duk abin da

muka yi a wannan rayuwa da kuma a rayuwarmu ta baya, da

yawan ayyukanmu ya mamaye mu kuma ya ruɗe mu gaba

ɗaya. Hakika, nufinmu ma yana iya gurgunta ta hanyar

girgiza, wanda zai sa mu kasa ci gaba da ayyukanmu kuma

ya bar mu cikin damuwa. Ko da a cikin wannan rayuwar

duniya, mantawa albarka ce daga Allah, yana hana tunanin

abin da ya gabata, musamman waɗanda suka yi ɗaci da

.raɗaɗi, su mamaye tunaninmu da ji

Amma abin godiya, hasken allahntaka a cikinmu
koyaushe yana haskakawa da bege da sha'awar ci gaba da
tafiya mai karewa ta rayuwa. Dole ne mu gode wa Allah
saboda wadannan ni'imomi guda biyu: mantawa da abin da
.ya gabata da fatan nan gaba
Bai kamata mu yanke hukuncin cewa kaddara tana
kawo cikas ga 'yancin zaɓe ba. Duk da haka, dole ne mu yi
iya kokarinmu don tsayayya da mummunan tasirin da
yawancin mutane ke dangantawa da kaddara da kaddara,
kuma mu yi amfani da 'yancin zabinmu bisa ga imaninmu na
ciki, muddin wadannan imani sun dogara ne akan imani mai
kyau kuma an gina su ne bisa dokokin Allah, waɗanda ba
tare da su ba mutum ba zai iya dandana farin ciki na gaske
.ba

Idan muka fara wani aiki, bai kamata mu tsorata da
yanayi mara kyau ba, sai dai mu kasance masu kyakkyawan
fata, tare da cikakken imani cewa babu abin da zai iya hana
mu aiwatar da nufinmu da kuma aiwatar da 'yancinmu na
.zabi

Idan muka kasa cimma burinmu, abin yarda ne mu
yarda da cewa akwai cikas na cimma burinmu wanda ya
hana mu cimma shi. Dole ne mu dage mu kuma ninka
kokarinmu don cimma burinmu. Dole ne kuma mu tabbatar
wa kanmu cewa komai karfi da karfin cikas da kalubalen da
za su iya kasancewa, har yanzu muna da isasshen karfi don
kawar da su da kuma shawo kansu. Ko da mun gaza duk da
duk kokarinmu, babu bukatar yanke kauna da takaici,
muddin mun fahimci cewa nufin dan adam ya fi karfi fiye da
kaddara, wanda namu ne. Saboda haka, bai kamata mu
daina kokarinmu ba, komai yawan lokacin da muka gaza,
domin akwai kofofi a bude koyaushe. Kawai muna bukatar
mu ci gaba da kokari da maimaita kokarin har sai an bamu
nasara. Allah zai bamu taimako muddin muka dogara gare
Shi kuma muka yi kokarinmu. Wanda ya bi hanyar zai isa

inda ya nufa, kuma wanda ya dogara ga Allah ba zai yi
.takaici ba

Idan mutum yana son wani abu, kuma wannan sha'awar
tana da karfi da gaggawa, wannan sha'awar ba ta taɓa barin
saninsa ba, duk inda ya je da duk inda ya juya, kuma duk
abin da damuwarsa da damuwarsa za su kasance Ta hanyar
aikinsa na yau da kullun da nacewa, wannan sha'awar tana
da babban kuduri da kuzari. Wannan raɗawar hankali ta fi
karfi da tasiri fiye da addu'ar da aka yi da na'ura, wadda ba
ta wuce motsa lebe ba. Wannan shine abin da masoyan
Allah ke yi; suna raɗawar kaunarsu ga Allah ba tare da
gushewa ba, kuma raɗawarsu tana da zuciya da kuma
rashin jin magana, a cikin dukkan ayyukansu na yau da
kullun. Wannan raɗawar zuciya ba ta ɗauke musu hankali
ba, kuma ba ta saba wa sauran ayyukansu ba. Yayin da
sha'awarsu ga Allah ke karuwa, kaunarsu ga Shi tana karuwa
da zurfafa, har sai sun taɓa kasancewarsa kuma sun ga
haskensa da idon rai, suna ɗanɗano farin ciki mai yawa da
.kuma jin kwanciyar hankali fiye da yadda aka kwatanta
Allah yana aiko mana da darussan da muke bukata a
rayuwa domin mu amfana da su mu kuma sami fahimta da
gogewa Duk wanda ya guji waɗannan darussan za a tilasta
masa ya koyi su Komai tsawon lokacin da zai ɗauka
Kowace jarrabawa aboki ne idan muka koya daga gare
ta, kuma azzalumi ne idan muka batar da damar muka yi
amfani da ita ta hanyar gunaguni, fushi, da rashin yanke
.hukunci mai kyau

Idan muka sami fahimta mai kyau da kuma ra'ayin da
ya dace game da rayuwa, za ta yi kyau Kuma babu rikitarwa

lamuran tunani

Mutum ba zai iya ci gaba da rayuwa cikin farin ciki har
abada ba, ko kuma ya nutse a farkashin ruwan bakin ciki
mai karfi, ko kuma ya nutse cikin zurfin gajiya. A cikin
wannan duniyar da ke cike da bambance-bambancen
abubuwa biyu, matsakaicin mutum yana fuskantar hawa da

sauka. Yana tashi cikin farin ciki kuma yana nutsewa cikin zurfin rashin kulawa, kuma rakuman bakin ciki suna jujjuya shi. Kuma ba kasafai yake sanin wani yanayi na sani ba. Ba da damar yanayi ya jefa tunani a kai ta wannan hanyar Yana nufin mika wa mutum nufinsa ga kaddara mai ban sha'awa .da canzawa

Abin da mutum yake bukata don rayuwa mai nasara da gamsuwa ita ce daidaiton tunani
Ana iya cimma wannan ne kawai ta hanyar mai da hankali kan .tunani. Kula da ikon tunani

Ko da bakin cikin da ya fi zurfi yana warkarwa da lokaci,
don haka babu amfanin yin tunani a kan bakin ciki Kowace rana ta rayuwarmu Bakin ciki mai tsawo game da wanda aka kaunace shi da ya rasu ba ya taimaka masa ko mu, kuma ba ya canza komai a zahiri Kwarewar rashin karfin hali ko kuma hukunta kai Tunani kan kurakuran da suka gabata ko gazawar da suka gabata ba shi da amfani. Yana sa rayuwa ta .zama abin bakin ciki kuma yana hana iyawar tunani

Bai kamata mu bari kanmu mu fada cikin ramin aiki mai ban sha'awa ba, domin wannan yanayi ne na tunani wanda ba shi da dadi, domin yana damun hankali kuma yana kone .iyawar boye a cikin wutar rashin kulawa

Dole ne a kawar da gazawa daga tushenta, kuma dole ne a noma gonakin rayuwa da himma da jajircewa sannan a shuka iri na alheri domin a girbe girbi mai yawa da taimakon .Allah

Iron a cikin Azurfa Jubilee

An taɓa gayyace ni zuwa bikin cika shekara ta azurfa ga wasu ma'aurata waɗanda suka yi kama da ɗaya daga cikin ma'auratan da suka fi farin ciki, amma da na shiga gidansu sai na ji wani abu ba daidai ba, sai na tambayi ɗalibai biyu na su lura da yadda suke mu'amala da juna a lokacin da yamma, kuma daga baya suka gaya mini. Mijin da mata sun yi murmushi a gaban wasu suka yi wa juna magana da kalmomi masu dadi kamar "Eh, masoyiyata" da "Tabbas,

masoyiyata," da sauran irin waɗannan kalmomi masu daɗi.

Amma da zarar sun yi tunanin suna kaɗai, sai su yi ta faɗa
.da kalamannan batanci ga junansu

Na yi magana da su na ce: Kun gayyace ni zuwa bikinku,

amma yanayin yana cikin tashin hankali kuma ina jin akwai
rashin jituwa sosai a wannan gidan, kuma a gare ni da alama
akwai karfe da yawa a cikin wannan bikin cika shekara ta
.azurfa

Da farko, sun yi fushi, amma daga baya suka yarda
cewa na yi gaskiya suka nemi afuwa. Ta ci gaba da cewa: Me
?kuke samu daga jayayya da jayayya a kowane lokaci
Da alama kuna zaune tare don kiyaye suna a matsayin
cikakkiyar ma'aurata, amma kuna buƙatar yin haka da
junanku kuma ku rayu cikin kwanciyar hankali da jituwa don
.jin daɗinku da kwanciyar hankali

Abincin maganadisun

Idan mutane suna magana game da abinci ko abinci mai
gina jiki, yawanci suna nufin abincin jiki da ake ci don ci
gaba da rayuwa. Duk da haka, akwai wasu nau'ikan abinci
masu gina jiki waɗanda ba su da kasa da abinci na zahiri,
kuma galibi sun fi haka, kamar abinci mai gina jiki na hankali
ko na ruhaniya. Ayyukan tunani ko tattara hankali, hikima da
.fahimtar ruhaniya

Abincin jiki yana karfafa kwayoyin jiki, yayin da abincin
hankali ke cika hankali da ra'ayoyi masu kyau, kuma abincin
.hikima yana farfado da rai da haɓaka iyawarsa
Ciyar da hankali yawanci ya kunshi ra'ayoyin da mutum
ke tunani da waɗanda yake karɓa daga wasu ta hanyar
.hulɗa da su

Mutane masu natsuwa da kyawawan halaye suna
taimakawa wajen sanya tunaninmu ya zama mai jan hankali
da lafiya

Ba abu ne mai wahala a tantance ko mutum yana
samun isasshen iliminsa daga yanayi mai natsuwa ko kuma
mai cike da rudani ba. Damuwa, damuwa, da rudani duk

suna fitowa ne daga hulɗa da mutanen da ba su dace ba, ko
abokai ko dangi. Wannan yana haifar da tunani mai ban
tsoro da kuma mummunan yanayi
Jiki yana samun kuzari da kuzari daga abinci na zahiri,
yayin da abinci mai maganadisun ke ba wa jiki da tunani
kuzarin kuzari waɗanda suka fi sauƙin narkewa fiye da abinci
mai karfi da ruwa, waɗanda ba za a iya canza su zuwa
.makamashin rai cikin sauƙi ba

Lokacin da za ka iya canza jahilci zuwa hikima, rauni da
rauni zuwa lafiya da kuzari, kuma ka yi tafiya cikin aminci da
jarumtaka - ko da kai kaɗai - a kan hanyoyin rayuwa, kuma
ka fuskanci farin ciki na ciki wajen samun lamiri mai rai da
tsaro, da imani mara misaltuwa ga adalcin Allah da nasarar
adalci akan kuskure da gaskiya akan rufi

Kuma idan ka yi kokarin bayyana tunaninka kowace
rana zuwa ga manyan mata kai masu kyau, kuma kana da
zuciya mai kauna da godiya, da kuma kyakkyawar niyya ga
wasu, abincinka na tunani zai zama mai ban sha'awa,
sannan za ka jawo hankalin kanka duk abin da ke da kyau da
amfani, daga abubuwa, mutane da yanayi, waɗanda ake
.bukata don ci gaba da tafiya zuwa ga gabar tsaro da aminci
Idan ka yi kokari don samun abin da kake bukata, kuma
ka gamsu da abin da Allah ya tanadar maka, za ka fi wadata
a cikin ruhi da gamsuwa fiye da waɗanda suka shagaltu da
.abin duniya da kuma sha'awar jin daɗinsa na ɗan lokaci
Idan mutum ya nemi Allah, wanda shi kaɗai ne aboki na
gaskiya, fiye da dukkan abokai, zai yiwu a kafa abota ta
gaskiya a cikin dukkan dangantaka ta ɗan adam: ta iyali, ta
. 'yan'uwa, ta aure, da ta ruhaniya

Abota muhimmin abu ne a cikin dangantakar aure,
kuma ya kamata a ba da fifiko ga kusancin hankali da motsin
.rai, jin daɗin ɗabi'a, da kuma kauna da abota ta gaske
Waɗanda ba za su iya bambancewa tsakanin soyayya ta
gaskiya da sha'awar sha'awa ba suna samun takaici sau da
.yawa

Idan aure ya ginu bisa manyan manufofi da girmama
juna, zai zama haɗin kai mai farin ciki da nasara tsakanin
rayuka biyu masu kauna. Kuma suna haɗin kai don rage wa
juna nauyin rayuwa, da kuma kawar da damuwar rayuwa ta
.hanyar tausayi da fahimtar juna da abokantaka
Babu wanda zai iya iko da ni ko ya kwace mini
wasiyyata, sai dai idan na bar tunani da ayyukan wasu su yi
tasiri a kaina

Ya Ubangiji, na fahimci cewa ina da dama marar iyaka a
gabana Don bincika iyawata da kuma gano karfin
ruhaniyata, zan maye gurbin abubuwan da suka shafi
rayuwa da manyan buri Kuma zan fahimci cewa ruhun
aminci yana tare da ni koyaushe
A yau zan cika tunanina da kyakkyawan fata, zan
nisanta kaina daga abubuwan da ba su da daɗi, kuma zan yi
aiki da abin da zai kula da jiki, hankali, da ruhi cikin daidaito
.da daidaito

Rawar rai da mutuwa tana nan a koyaushe, amma zan
'yantar da kaina har abada ta hanyar kare asalin ruhaniyata.
Kuma lokacin da guguwar gwaji da wahala suka fuskance ni,
zan tashi a cikin jirgin ruwa na raina a ketaren teku na rai
.zuwa gaɓar teku mai aminci da allahntaka

Idan na yi aiki kuma na kirƙira zan tuna cewa Allah yana
aiki ta wurina; Shi ne Ubangijin halittu kuma zan iya haɗuwa
da shi ta hanyar yin bimbini sosai a kansa

Ya Allahna, na fahimci cewa tunanina zai kawo min ko
dai gazawa ko nasara, ya danganta da wanne tunani ne ya fi
karfi a rayuwata. Don haka, zan yi koƙarin tunawa cewa
kana miƙa mini taimako kuma yana shirya ni don dalilan
.nasara

Idan bala'o'i da rashin sa'a suka same ni, zan daga
hankalina in kuma karfafa kudurina na shawo kansu. Zan
rungumi gaskiya da gaskiya a cikin mu'amalata da
mu'amalata da kowa, kuma zan saki tunanin kauna da fatan
.alheri. Sannan Allah zai tallafa mini da ikonsa da hikimarsa

Ya Ubangiji, zan yi amfani da karfina da basirata don
cimma kananan abubuwa da farko, sannan in ci gaba zuwa
manyar nasarori

Ko da an cika dukkan burin abin duniya, har yanzu suna
kawo farin ciki mara cikawa ne kawai, kuma samun Allah
shine kawai farin ciki na gaskiya da zan gano tafkunan farin
ciki marasa iyaka Kuma ba ya daina gudana da gudu, a cikin
.lambunan rai da ciyayinta masu koren kore

Karin maganar zinare

Farin ciki hakkina ne, gadona ne, kuma boyayyun
taskokina na Allah ne Ka shirya da ni, Ya Ubangiji, domin in
.sami taskokin da suka fi mafarkin sarakuna a cikin raina

* **

Mazaunin zukata mai tsarki yana haskakawa cikin
almajiransa - daga rahamarsa da tausayinsa - fitilu masu
haske na hikima waɗanda ke kawar da duhun jahilci

* **

Rayuwa motsi ne mai hankali tare da tsari na yau da
kullun. Tana siffanta kanta a cikin abubuwa marasa rai, ko
kuma tana daukar siffa mai rai da motsi. Rayuwa tana da
.komai kuma tana ratsa komai

* **

Ya Babban Masoyina, Kai ne rayuwa kanta Kai ne burina
da burina Ka sanya ni fure mai fure a cikin lambunka na
sama, ko kuma wani lu'u-lu'u mai sheki a cikin sarkar
kaunarka mai haske, ko kuma Ka ba ni babban girmamawa:
mafi kankanta wuri a cikin zuciyarka

* **

Duk inda wasu suka yaba da kokarinsa na yin nagarta, to
a nan ne zan iya bayar da mafi kyawun sabis

* **

Bari mu saka kafet din zinare na mafarki tare da zare
mai laushi na tunawa mai daɗi da tunani mai kyau

* **

Zuciya mara komai [ba tare da tunani mai kyau da
ginawa ba] masana'anta ce ta matsala, damuwa, yanke
kauna, da rashin bege

Idan soyayyar duniya ta zauna a cikin zuciyarka, za ta
kawo maka farin ciki mai dorewa da sabuntawa wanda babu
wani abu da zai iya ba ka

Furannin rayuwa da ke fure a cikin lambun duniya suna
da kyau sosai kuma suna da dadi a gani. Amma mafi girma
da ban sha'awa shine tushen kyau da hikima da ke wanzuwa
a wani wuri, daga inda muka fito kuma inda za mu sake
.komawa mu haɗu

Da almajirin ya farka da safe, sai ya tabbatar wa kansa:
"Ba ni da jiki, ni ruhu ne da ba a gani... Ni farin ciki ne... Ni
haske ne... Ni hikima ce... Ni kauna ce Kuma ko da yake ina
zaune a cikin wannan jiki, ruhuna ba ya mutuwa kuma ba ya
"taɓa lalacewa

Kamar yadda digon raba ke taimaka wa furanni su yi
fure da girma, haka nan alheri ke ciyar da abota da kuma
habaka girmanta
* **

Akwai rakuman ruwa da ke bayyana a saman teku da
rakuman ruwa da ke bacewa cikin zurfinsa; a duka biyun,
suna cikin teku kuma daya ne tare da shi. Hakazalika,
mutanen da ke iyo a lokacin "rayuwa" a saman tekun sararin
samaniya ko waɗanda suka bace a cikinsa a lokacin
."mutuwa" suna cikin tekun har abada
* **

Hangen wata ba a iya ganinsa a fili a cikin ruwan da ke
cike da ruwa, amma da zarar saman ruwan ya natsu, hasken

wata zai bayyana sarai. Haka yake ga tunani: idan ya natsu,
.za ka iya ganin fuskar ranka da cikakken haske da daidaito

Ya Ubangiji, ka aiko min da hasken rana na hikimarka
domin ta jagorance ni a cikin kwanakin farin cikina na cimma
nasara, da kuma hasken cikakken wata na rahamarka
lokacin da nake tafiya cikin duhun dare na bakin ciki

Bimbini shine hanyar da kake haɗuwa da tunanin duniya
baki ɗaya, kuma idan ka daidaita da wannan sanin da ba shi
da iyaka za ka iya sanin duk sirrin halitta

Sha'awar kusantar Allah da kuma saninsa ba ta zuwa da
kanta ba, sai dai dole ne a gina ta, kuma rayuwa ba ta da
.wani amfani idan babu wannan sha'awar

Rayuwar duniya tasha ce ta ɗan lokaci, kuma babban
aikin ɗan adam shine fahimtar manufa da manufar wannan
tafiya. Manufar ita ce sanin Allah, kuma ba za ta iya zama
.wani abu ba

Amincinka shine taskarka mai daraja, don haka kada ka
bari wani ya kwace maka wannan taska daga gare ka

* **

Koyi tsayawa kai kaɗai, aminci da kwanciyar hankali a
cikin katangar kyawawan halaye da darajar kai

* **

Komai yana wanzuwa saboda Allah yana wanzuwa Kuma
domin yana wanzuwa, kai ma yana wanzuwa Godiya ga
wanzuwarsa, kana jin daɗin jin daɗin rayuwa. Saboda haka,
.godiyarka ga Allah ya kamata ta kasance mai zurfi

Littattafai masu kyau na iya zama abokai marasa
magana, masu ladabi, da kuma masu girmamawa. Kada ku

yi watsi da waɗannan littattafan a lokutan wahala, domin ba
za su taɓa barinku ba, ba kamar abokai na zahiri waɗanda
.za su iya barinku ba

Duk wanda ke da lafiya mai kyau, rayuwa mai daɗi, da
kuma karfin tunani mai kyau, amma ba shi da farin ciki, bai
yi nasara a rayuwa ba tukuna. Idan da gaske za ka iya cewa,
"Ina farin ciki, kuma babu wanda zai iya ɗauke mini farin
.ciki," ka sami siffar Allah a cikin kanka

Ka jaddada natsuwa da kwanciyar hankali, kuma ka aika
da tunani mai kyau da kyawawan niyya kawai idan kana son
rayuwa cikin kwanciyar hankali da jituwa. Ka rayu rayuwa da
aka gina bisa adalci da takawa, kuma duk waɗanda
rayuwarsu ta shafi naka za su amfana kawai daga
.kasancewa tare da kai

Idan ba ku da abokai, ko kuma idan abokanka suna ɓata
lokacinku, ko kuma idan ba ku yi mu'amala da su ba, to ku
bar littattafai [da kayan aiki] waɗanda ke da hikima su zama
abokanka, domin za ku iya shiga ta kofofin shafukansu zuwa
.duniyar ra'ayoyi masu ban mamaki da ban sha'awa

Neman Allah yana nufin samun duk abin da zuciya ke
so, kuma zama na ruhaniya yana nufin buɗe kofofin lafiya,
farin ciki, da nasara

A cikinmu akwai wani haske na ikon allahntaka wanda
ke kirƙira kuma yana riƙe da dukkan rayuwa kuma yana jiran
a kunna shi

Karatu aiki ne mai matuƙar amfani ga tunani; yana
motsa kwakwalwa kuma yana sa ta sassauka. Awa ɗaya ko
biyu na karatu a kowace rana zai ba kowa tushen ilimi
daban-daban cikin 'yan shekaru, muddin ya zaɓi littattafai

masu amfani. Kada ku bata lokaci ko ku cutar da kwarewar
hankalinku ta hanyar karanta littattafai masu arha ko
.littattafai marasa ma'ana

Wadanda ke da sha'awar zamantakewa za su sami
sabon kuzari a cikin littattafai masu mahimmanci don
taimakawa dan adam ta hanyar darussan da ke cikin
.littattafan da maza da mata masu hazaka suka rubuta

* **

Karatu aiki ne mai matukar amfani ga tunani; yana
motsa kwakwalwa kuma yana sa ta sassauka. Awa daya ko
biyu na karatu a kowace rana zai ba kowa tushen ilimi
daban-daban cikin 'yan shekaru, muddin ya zabi littattafai
masu amfani. Kada ku bata lokaci ko ku cutar da kwarewar
hankalinku ta hanyar karanta littattafai masu arha ko
.littattafai marasa ma'ana

* **

Dole ne a kawar da son kai da girman kai domin su ne
manyar cikas ga ilimin ruhaniya

* **

Ba tare da jin Allah ba, wannan duniyar tana kama da
cike da rikici, tashin hankali, da bakin ciki mai zafi. Farin ciki
.yana cikin jin kusanci da Allah

* **

Wadanda suka san Allah suna da farin ciki da farin ciki a
zukatansu. Domin suna jin tsaro mai albarka da natsuwa,
guguwar fushi ba za ta iya girgiza su ba, kuma tsoro ba zai
.iya shiga zukatansu ba

* **

Littattafai masu kyau abokanka ne na ku; ta hanyar su,
za ka iya jin manyan mutane suna magana a hankali a gare
ka, suna ta'azantar da kai da kuma ba ka shawara mafi
kyau. Rashin gina sha'awar karanta littattafai masu kyau
.yana nufin rasa gadon tsararraki

* **

Ba tare da taimakon Allah ba, mutane za su gaza, domin
karfi da hikimar da ake bukata don cin nasara a yakin
rayuwa suna fitowa ne daga tushe mara iyaka. Idan mutum
ya yi watsi da Allah, sai ya yanke layin ceton da ke ba shi
.taimako da tallafi da ake bukata don nasara
Masu neman waɗanda ke kwankwasa kofar damar
ruhaniya za su ga cewa kofa a buɗe take a gare su domin
Allah yana taimakon waɗanda ke taimakon kansu
Idan kana cikin jituwa da Allah, dukkan yanayi yana
cikin jituwa da kai
* **

Soyayya kamar takarda ce da ke goge hankali kuma
tana kawar da rashin kunya daga hali
* **

Idan kwatsam ka sami Allah a ko'ina, kuma idan ya zo
gare ka, ya yi maka wahayi, kuma ya shirya da kai, labarin
kaunar Allah ya fara
* **

Kauna na iya haskakawa a cikin zukata kuma ta aika
hasken warkarwa ga wasu
* **

Ku nemi sanin Allah tun kuna karami da karfi, domin a
tsufa da rashin lafiya ba za ku iya sake nemansa ba A
zamanin da mutane suka fara fahimtar ainihin ma'anar
rayuwa, jiki yana raguwa, kuma suna ciyar da sauran
rayuwarsu suna kula da karfinsu na zahiri maimakon neman
.gaskiya
* **

Zan ɗauki mafi kyawun abu daga kowace al'umma,
kuma zan yaba da kyawawan halaye na dukkan kasashe ba
tare da mai da hankali kan kurakuran su ba
* **

Kamar yadda muke damuwa da muhimmancin abinci
mai gina jiki na yau da kullum, ya kamata mu kuma kula da

sinadaran gina jiki na tunani da muke samarwa a zukanmu
.kowane rana

* **

Kalmomi masu daɗi magani ne mai ban mamaki ga
cututtuka da yawa, suna da karfin maganadisu mai karfi,
kusan sihiri, wanda ke kawo albarka da wadata ga mai
magana da su. Waɗanda ke amfani da kalmomi masu
kwantar da hankali da taushi suna jin wani karamin kwararar
ruwa yana gudana ta cikinsu ba tare da katsewa ba, cike
suke da natsuwa mai zurfi. Wannan saboda wannan
kwararar ruwa tana da alaƙa da tushenta mafi girma,
kwararar ruwa mai dorewa wanda ke isa ga rayuka cikin
jituwa da wannan tushen, yana ba su damar isar da farin ciki
.ga waɗanda ke sha'awar zaman lafiya

* **

Kalmomi nawa masu daɗi daga zuciya suka kawar da
bakin ciki da yawa kuma muryoyi masu hikima nawa ne suka
!haskaka hanyoyi masu duhu da fitilun farin ciki da natsuwa

* **

Muna girma ta kowane irin gogewa da muka fuskanta,
matuƙar mun fahimci cewa za mu iya koyon darussa masu
amfani daga gare su. Kowane wahala da wahala da muke
fuskanta tana da ma'ana da manufa Duk da tsananin
waɗannan abubuwan, suna kama da wuta da ke narkar da
karfe, tana mayar da ita karfe mai kyau, mai karfi, kuma mai
.amfani

* **

Duk nasarorin da na samu a rayuwata an cimma su ne
ta hanyar ikon tunani cikin jituwa da Allah. Lokacin da injin
samar da wutar lantarki na Allah ke aiki, duk abin da nake so
yana faruwa ba tare da togiya ba, da farko yana daukar
siffar kira mara ganuwa, sannan ya bayyana da karfi mai
.karfi a zahiri

* **

Idan hankali ya yi wa Allah rada mai radawa daga zurfin
rai mai sha'awa, kiran ruhu zai taɓa zuciya duniya, kuma
amsar za ta zo, ta kawo farin ciki mai yawa. Wannan
radawar hankali tana haɓaka nufin har sai ya sami karfin da
.ake bukata don cimma burin da ake so

* **

Idan tunanin mutum da nufinsa suka yi daidai da Allah,
ana ba shi iko marar iyaka, don haka kawai tunanin wani abu
ya isa ya cimma hakan, domin dokar Allah tana aiki ne don
.amfanin waɗanda suka yi daidai da nufin mafi girma

* **

Ko menene damuwarmu, Allah ne ya kamata ya zama
abu na farko a rayuwarmu Daya daga cikin muhimman
abubuwan ci gaban ruhaniya shine ci gaba da yin rada ga
Allah da zuciya ɗaya, inda kai da kanka za ka fuskanci canji
mai kyau mai ban mamaki wanda zai burge ka sosai

* **

Bai kamata mutum ya sadaukar da dukkan damar
tunani da Allah ya ba shi don neman abubuwa masu sauri
ba, in ba haka ba zai rasa kansa a cikin labyrinths na son
abin duniya kuma ya kirkiro wa kansa kuntatawa da
kuntatawa waɗanda ba ya bukata. Madadin haka, ya kamata
ya yi amfani da ikon tunaninsa don samun bukatun rayuwa
kuma ya yi kofari ya haɓaka ikon ruhaniyarsa don
bambance tsakanin nagarta da mugunta, da kuma tsakanin
.cutarwa da amfani

* **

Gaskiyar ta wuce ra'ayoyi da ka'idoji, kuma da yawa
waɗanda suka rungumi wannan hanyar suna ɗaure kansu da
.sakamakon da suka cimma

* **

Ya Ubangiji, ka buɗe kofon natsuwa ka kuma tsare
wurin ibadar tunanina na ruhaniya daga hare-haren radadin
mugunta. Ka kuma bar furannin sha'awata su yi fure a cikin
.lambun zuciya yayin da nake jiran fitowarka

* **

Ilimin ka'ida ba shi da ikon samun ilimin allahntaka, *
kuma yana da kyau kada a bata lokacin mutum mai tamani
akan ka'idojin da ba za a iya amfani da su a zahiri ba, in ba
haka ba mutum zai sami kansa a tsakiyar dazuzzukan ilimi
.masu yawa kuma ba zai iya wuce fagen ka'idoji ba

* **

Farin ciki shine sakamakon nasarar tunani akan yanayi
mai canzawa na rayuwa

* **

Wanda Allah ya gane zai iya zama wanda duniya ba ta
sani ba

* **

Idan mutum ya tsara kansa da ilimin ka'idoji [ba tare da
gwaji na gaske ba], zai zama kamar na'urar rikodi mai
ɗaukuwa wadda ke maimaita karin magana da kuma
maimaita manyan jimli, wasu kuma za su ɗauke shi a
matsayin kwararren masani, amma irin wannan ilimin ba a
karfafa shi ta hanyar fahimtar gaskiya kai tsaye ba, kuma ba
.a daidaita shi da cimma burin ruhaniya ba

* **

Matsaloli za su ci gaba a duniya, to ina mutum zai iya
komawa don neman jagora da alkibla? Tunanin mutum,
wanda halaye, son zuciya, son zuciya, da tsattsauran ra'ayi
suka rinjayi, ba shi da wani amfani, kuma tasirin muhallin
mutum, iyali, kasa, ko duniya ba zai iya samar da jagora na
gaskiya ba. Saboda haka, dole ne mutum ya koma ga Allah
ya saurari muryar natsuwa da nutsuwa da ke fitowa daga
.zurfin rai, murya mai jituwa da gaskiya

* **

Bude zukatanku ga fitowar allahntaka domin ta gudana
ta cikinku ta kuma cika rayuwarku da albarkar ruhaniya da
alheri

* **

Ko da kuwa aikin da za ka yi da kuma duk wani nasarori
da za ka iya cimmawa, ka tuna cewa Allah ne tushen da ke
ba ka dukkan karfin da kake bukata don yin aiki da
.cimmawa

* **

Ya Ubangiji, bari in tuna da kai a cikin talauci da*
wadata, cikin rashin lafiya da lafiya, cikin jahilci da hikima,
kuma ka bar ni in ga haskenka mai albarka wanda ke ba da
lafiya da waraka a wannan lokacin

* **

A cikin kafaici na tunani, ina sha'awar jin muryarka mai
albarka Ka kore min muryoyin duniya masu tsauri da ke
boye a cikin tunanina Ina so in saurari muryarka mai
.natsuwa da dadi har abada cikin nutsuwar raina

* **

Rayuwa tana cikin duhu, kuma dole ne mu bar hasken
Allah ya zama fitilar jagoranmu yayin da muke tafiya cikin
hanyoyinta masu duhu. Shi ne cikakken wata a cikin daren
jahilci da duhu, rana ce ta haske a cikin lokutan farkawa,
hasken jagora, da Tauraron Arewa ga wadanda ke ratsa
.tekuna na rayuwa ta duniya, mai wucewa

* **

Lokaci ya yi da dan adam zai farka daga barcinsa na
mantuwa zuwa farkawa ta ruhaniya. Muna rokonka, Ya
Ubangiji, ka daga hankalinmu daga zurfin sakaci da tunani
mai kunkuntar, mai iyaka zuwa sararin zaman lafiya, haske,
.kauna, da tausayin dan adam na duniya baki daya

* **

Daga karshe abubuwa za su inganta domin ikon Allah da
abubuwan al'ajabinsa suna boye a bayan sabanin rayuwar
dan adam, kuma duk wanda bai gamsu da rashin makawa
na yanayin ba kuma ya yi kokarin shiga cikin tunaninsa da
imaninsa zuwa ga abin da ke bayan labule, za a buɗe masa
.kofa

* **

Imani ba ya nufin yin sakaci ko rashin yin mu'amala da
yanayi cikin hikima. Maimakon haka, komai abin da ya faru,
dole ne mutum ya tabbatar wa kansa cewa Allah ne kaɗai
zai iya tallafa masa a cikin mawuyacin yanayi idan ya juyo
.gare shi da dukkan zuciyarsa, ransa, da kuma yadda yake ji

* **

Da ace hankalinmu zai iya isar mana da dukkan gaskiya,
da mun ga duniya a matsayin kogunan electrons, kuma
kowace kura a matsayin wani taro mai birgima na haske.
Wadanda suka shiga duniyar abu zuwa ga ruhaniya sun
.fahimci yanayin ruɗani kuma sun san ainihin gaskiya

* **

Ko a cikin dajin Afirka, ko a fagen daga, ko yana fama
da rashin lafiya ko talauci, dole ne mutum ya shawo kan
kansa cewa hannun Allah ya fi kowace haɗari kaɗi kuma
yana iya kare waɗanda ke neman mafaka a gare shi. Babu
wata hanyar kariya mafi inganci. Tabbas, dole ne mutum ya
yi amfani da hankali wajen magance abubuwan da suka faru
.yayin da yake dogara ga taimakon Allah a lokaci guda

* **

Soyayyar da ke zaune a cikin zukatan dukkan halittu—
soyayyar dukkan uwaye, ubaye, abokai, da kaunatattu—ta
samo asali ne daga kaunar Allah

* **

Dole ne a bambanta tsakanin manyan ayyuka da
kananan ayyuka, tare da fifita mafi mahimmanci akan mafi
mahimmanci. Bugu da kari, babu wani aiki da ya kamata ya
saba wa wani. Littattafai suna gaya mana cewa lokacin da
wani aiki ya saba wa wani, shaida ce cewa ba aikin gaske ba
.ne

* **

Yayin da hasken rana ke yaɗuwa, zan yaɗa hasken bege
ga zukatan talakawa da waɗanda aka yi watsi da su
[waɗanda al'umma ta yi watsi da su], kuma zan sanya sabon
.kuduri a zukatan waɗanda suke tunanin sun gaza

* **

Malam Paramahansa ya ce wa daya daga cikin
:almajiransa
Kada ka ware kowa daga cikin da'irar kaunarka. Ka riƙe"
".kowa a cikin zuciyarka, za su kuma riƙe ka a cikin nasu

* **

Ya Ubangiji, ka taimake ni in yi amfani da nufina
koyaushe don cimma ayyuka masu amfani da nagari
Ka taimake ni in bi nufinKa domin dukkan tunanina su
amsa manufofinKa kuma su yi daidai da nufinKa
Ya taimake ni na farkar da ikon da ke boye, mai albarka
a cikina domin in shawo kan dukkan matsaloli da gwaji

* **

Ku farka ga wannan halin ruhaniya mai karfin hali da
tawali'u - wanda ya haɗa karfin zakuna da tawali'un kurciya

* **

Ba zan damu da sukar karya ba, ko kuma yabo da yabo
mai yawa ba. Burina kawai shi ne in yi nufinka, ya Ubangiji,
.in kuma sami tagomashinka

* **

Ba za ka iya tunanin irin farin cikin da zai cika ka ba idan
ka ji kasancewar Allah. Ranka zai bugu da kaunar Allah
marar iyaka. Soyayya ce da ta fi kowace kaunar ɗan adam
sau miliyoyi - soyayya ce da ke cika dukkan sha'awarka
.kuma take cika zuciyarka da farin ciki da gamsuwa

* **

Ta hanyar mayar da hankali a cikin zuciya, za ku iya
fuskantar jin daɗin ruhaniya kai tsaye a cikin kanku da
kewaye da ku. Idan kun haɓaka wannan wayewar, halayenku
zai girma cikin jituwa, kuma za ku sami kyakkyawar magana
.ga mutane da sauran halittu

* **

Ya Mai Kariya Mai Girma, ban damu ba ko na rasa komai
saboda kaddara ta, wadda ta samo asali ne daga kaina,

amma ina rokonka, mafakata daya tilo, da ka kare kyandir
.din kaunata a gare ka daga iskar sakaci da mantuwa

* **

Bari mu sha ruwa mai tsarki mai wartsakewa na salama
da ke fitowa daga mabubbugan yanayi masu kyau, wanda
kudurinmu na yin tunani mai kyau da kuma samun
.kyakkyawan fata ya kara mana

* **

Lamiri wata ji ce mai fahimta da ke bayyana ainihin
yanayin mutum da manufofinsa. Idan lamirinka ya kasance
mai tsabta, kuma ka san kana yin abin da ke daidai, ba ka da
abin tsoro. Lamiri mai tsabta shaida ce ta kyawawan halaye
daga Allah. Samun 'yanci a kotu na lamiri yana nufin samun
.farin ciki da samun albarkar Allah

* **

Ka yi kokarin yin abubuwa masu karfin hali da faranta
rai wadanda yawancin mutane ba sa yi, kuma ka ba
wadanda wasu suka yi watsi da su kauna da zaman lafiya

* **

Malam Paramahansa ya ce wa daya daga cikin

:almajiransa

Idan ba ka batar da lokaci wajen gina tunani ba, babu"
wani abin duniya da zai gamsar da kai. Wannan noma ba
azabtarwa ba ce, a'a, horar da sani ne don ciyar da tunani da
".ayyukan da ke haifar da farin ciki

Farin cikinka shine nasararka, don haka kada ka bari
wani ya sace maka shi Kare kanka daga wadanda ke kokarin
dame ka Lokacin da nake yaro, nakan rasa hakurina duk
lokacin da wasu mutane ke yada jita-jita game da ni Daga
baya, na fahimci cewa kwanciyar hankalina ya fi
muhimmanci fiye da amincewar mutane ko yabo

* **

Da ace ka san labarin kaunar Allah da wasu masu bauta
ke fuskanta tare da Allah! Babu wata kwarewa a rayuwa da

za ta iya kwatantawa da wannan farin cikin da na san wani
waliyyi wanda koyaushe yake cikin kaunar Allah, kuma
fuskarsa tana haskaka kaunar Allah mai tsarki, idanun Allah
koyaushe suna kan waɗanda suke kaunarsa, kuma ba ya
.taɓa barin su ko da na ɗan lokaci

* **

Kadan ne daga cikin waɗanda ke da sha'awar haɓaka
karfin tunani da ruhaniyarsu

* **

Kada ka bari kanka ya nutse har kasan bata lokaci. Ka
tashi daga barcin gaskiya mai ban sha'awa ta yau da kullun
ka nufi inda rayuwa mai kyau take, inda ake samun nasara,
.farin ciki, da kwanciyar hankali

* **

A cikinka akwai babban damar da ke jiran a saka
hannun jari, kuma kai kaɗai ne ke da ikon kunnawa da kuma
.amfana da shi

* **

Yanci daga umarnin munanan halaye da sha'awa'
marasa kyau yana kawo farin ciki mafi girma fiye da nasarar
abin duniya. Nasarar ilimi tana da walwalar tunani wanda
yanayi na waje ba zai iya ɗaukewa ba. Kuna iya batar da duk
lokacinku wajen tara dukiya, amma wannan dukiya ba za ta
ba ku kwanciyar hankali da tsaro mai ɗorewa da kuke nema
ba. Akasin haka, zai kawo muku baƙin ciki mafi yawa domin
farin ciki da kwanciyar hankali na gaske suna zaune a cikin
.tunani, ba a cikin abin duniya ba

Idan ka kafu sosai a cikin ainihin kanka, za ka cika
kowane aiki kuma ka ji daɗin dukkan kyawawan abubuwa
tare da farin ciki na allahntaka

* **

Kada ka bari rauni ya shiga zuciyarka, ka yi taka-
tsantsan lokacin da kake hulɗa da mutanen da ke da
mummunan tunani da kuma hangen nesa na rashin bege,
kada raunin tunaninsu ya shiga zuciyarka, sai dai idan

hankalinka ya kai wani mataki na karfi ta yadda tunanin
wasu ba zai iya raunana shi ba, amma akasin haka, yana iya
.karfafa tunanin wasu da kuma kara musu kwarin gwiwa
* **

Allah ne ya fara zuwa, kuma bai kamata mu fara ko mu
kare ranarmu ba tare da tunaninsa ba. Dole ne mu tuna
cewa ba tare da karfi da kuzarin da muke samu daga Allah
ba, da ba za mu iya cimma komai ba. Saboda haka, babban
.aikinmu yana gare shi
* **

Akwai hanyar kimantawa da kuma yin hukunci kan
al'adu da al'adu Da farko, kowace al'ada tana da hujja Idan
muka ga cewa hujja har yanzu tana nan, to al'adar tana da
ma'ana da fa'ida Duk da haka, ba hikima ba ne mu bi al'adu
a makance Dole ne mu san gaskiya mu bi ta, mu fahimci
abin da zai iya kawo mana farin ciki sannan mu yi amfani da
.ita
* **

Idan ka ga mutane da yawa ba su da farin ciki ko
nasara, kada ka dauka cewa wannan shine kaddararsu. Za
ka iya mai da kanka duk abin da kake so ya zama. Nasarar
.da kake samu a cikin zuciyarka ita ce ke sa ka yi nasara
* **

Idan ba ka da komai a cikin kanka, ba za ka yi farin ciki
ba. Amma idan ba ka da komai a kusa da kai kuma kana
farin ciki a cikin kanka, babu shakka za ka yi nasara. Don
haka, ba zai yiwu a yi hukunci a kan mutane bisa ga yanayin
.da suke ciki ba
* **

A cikin taron jama'a mai yawa, akwai mutumin da ya kai
matsayin daukaka ta ruhaniya kuma yana jin daɗin
kwanciyar hankali na ciki da farin ciki na ruhaniya mafi girma
* **

Na san tabbas cewa duk abin da nake bukata zai zo
mini, saboda haka ban damu da abin da makomar za ta

kunsa ba. Wannan ba alfahari ko zato ba ne, domin na taba
aiki da ingancin wannan iko mai albarka a rayuwata sau da
.yawa

* **

Ko ina iyo a saman rayuwa ko kuma ina nutsewa cikin
zurfin teku, na san cewa ina tare da Allah kuma yana tare da
ni, kuma babu abin da zai iya cutar da ni. Wannan ilimin ya
.ba ni farin ciki mai zurfi da ba za a iya misaltawa ba

* **

Babu shakka cewa siyan wani sabon abu abin jin dadi
ne. Amma bayan wani lokaci, wannan jin dadin yana raguwa
a hankali, kuma za ka iya rasa sha'awarsa gaba daya, ka
manta da shi kuma ka yi sha'awar wani abu. Duk da haka,
ba za a manta da lissafin wannan kayan ba, musamman idan
!ka saya a kan lokaci

* **

Ya kamata mutum ya mallaki ragamar rayuwarsa ya
kuma saukaka ta gwargwadon iyawarsa. Ya kamata ya
adana kuɗi don abubuwan bukata da gaggawa, ya fi ba da
fifiko ga tanadi fiye da kashe kuɗi kan abubuwan jin dadi,
kuma ya taimaki wasu gwargwadon iyawarsa. Idan ka
taimaki wasu, taimako zai zo maka ta wata hanya, kuma ba
.za ka rasa komai ba kuma za a hana ka komai

* **

A cikin farin cikin dukkan zukata, ina jin karar ni'imarKa,
Ya Ubangiji, kuma a cikin abota ta dukkan masu aminci, Ina
jin kaunarKa Ina farin ciki kuma zuciyata tana farin ciki da
nasarar da wadata ta abokaina, kamar yadda nake farin ciki
da jin dadin kaina da kwanciyar hankalina Yayin da nake
wahayi zuwa ga wasu, Ina ninka taskokin hikimata, kuma a
.cikin farin cikin kowa, ina samun nawa

* **

Babban abokin gaba na farin ciki shine rancen kuɗi don
siyan kayan jin dadi. Mutane suna kuskuren yarda cewa ba
za su iya yin farin ciki ba sai sun sami wani abu na

musamman. Amma ko da bayan sun sami wannan abu, ba za su sami farin ciki na gaske ba, duk da farin ciki na ɗan lokaci da yake kawowa. Menene amfanin bin kawance na farin cikin duniya wanda ke alkawarin karyewa? Ya kamata mutane su rayu cikin sauki, ba tare da bukatar dukiya mai .yawa da ke bukatar kulawa akai-akai ba

* **

Aljannata tana cikina Yayin da nake jin dadin ni'imomin Allah, ina gode masa, kuma farin cikina yana karuwa Ba tare da wannan gamsuwa ta ciki ba, har ma jin dadin duniya da jin dadin duniya suna zama jahannama na fahimci cewa ba tare da wannan farin cikin ciki ba, nauyin da aka ɗora mini da zai hana ni kwanciyar hankalina ya kuma hana ni farin .ciki na

* **

Idan dukiya ta haɗu da rashin lafiya da matsaloli, sakamakon zai zama da yawa Tsafta da kiwon lafiya suna daga cikin karfin Yammacin duniya. Ana sarrafa kwari masu cutarwa da kwayoyin cuta masu kisa yadda ya kamata a kasashe masu tasowa, yayin da suke da yawa a wasu. Amma kwar da waɗannan kwari ba shine babban abin da za a cimma ba, saboda akwai wasu nau'ikan matsaloli a kasashe masu tasowa, kamar su kuɗaɗen da ba su da wahalar biya da kuma matsalolin kuɗi masu shakatawa saboda tsarin siyan kashi-kashi—wahalolin da ke damun .barci da kuma lalata kwanciyar hankali

* **

Mu muhimmin ɓangare ne na irin wannan fahimta da .wannan babbar duniya ta fito daga gare ta

* **

Shin ka taɓa ganin garken tumaki? Idan ɗaya daga cikinsu ya yi tsalle, sauran garken suna kwaikwayonsa ba tare da bata lokaci ba Yawancin mutane haka suke, wani zai iya kawo wani ra'ayi ko ya gabatar da wani sabon salo, wasu kuma nan take za su hau kan wannan tsari su kwafi shi.

Wannan tsari ya dade tsawon tsararraki. Kowace kasa tana
da al'adu da al'adunta, kuma ba za mu iya iƙirarin cewa duk
sun yi daidai ko kuma sun yi daidai ba. Amma wa ya sani?
Wataƙila wasu daga cikin waɗannan al'adu da al'adu ba su
.da ma'ana kuma ba su da ma'ana

* **

Idan guguwar tunani mai cike da rudani ta lafa, za mu
shiga mulkin zaman lafiya mu kuma taɓa kasancewar
allahntaka

* **

Ka yi tunanin Allah, ko kyakkyawan wuri mai ban
sha'awa wanda ke ƙarfafa zaman lafiya, ko kuma wata
kyakkyawar gogewa mai dadi. Ayyukan tunani masu kyau da
.natsuwa suna ƙarfafawa da wartsakewa

* **

Muna rayuwa ne a cikin duniyar da ke cike da rudani da
rudani. Kuna iya tunanin kuɗi yana nufin farin ciki, amma
idan kun same shi, kuna ganin har yanzu ba ku da farin ciki.
Kuna iya samun dukiya ku rasa lafiyarku (Allah ya kiyaye).
Ko kuma kuna iya samun lafiya mai kyau ku rasa kuɗinku.
Ko kuma kuna iya samun dukiya da lafiya amma kuna
fuskantar matsaloli da yawa tare da wasu, kuna ba da alheri
kawai don a gamu da ƙiyayya da fushi a madadin. Ba tare da
Allah ba, babu wani abu a wannan rayuwar da zai iya
.gamsar da ku da gaske

* **

Duniya ta zama ɗakin azabtarwa ga waɗanda ke rayuwa
cikin rashin sanin tsarin Allah. Amma idan ka ɗauki
abubuwan da suka faru a rayuwa a matsayin malamanka
kuma ka koya daga gare su ainihin yanayin wannan duniyar
da kuma rawar da aka ba ka a cikin wasan kwaikwayo na
sararin samaniya, waɗannan abubuwan sun zama haske mai
mahimmanci akan hanyar zuwa ga gamsuwa da farin ciki
.mai ɗorewa

* **

A can, bayan duhun da ba shi da duhu, shiru mara sauti,
da kuma rashin komai da ba a halitta ba, akwai ainihin
madawwami, wanda shine asalin wanzuwa kuma tushen
dukkan iko da halittu, waɗanda ake iya gani da waɗanda ba
.a iya gani ba

* **

Allah bai halicci wannan duniya don mu ci abinci, mu yi
barci, mu mutu kawai ba, amma don mu san nufinsa mu
kuma fahimci manufar wanzuwarmu. Wasu mutane masu
hikima sun fahimci ma'anar shirin sararin samaniya, amma
yawancin mutane makafi ne kuma ba su san wannan
.manufar ba

* **

Kudi bai taɓa zama burina a rayuwa ba; burina shine in
yi wa 'yan'uwana hidima a cikin ɗan adam. Saboda haka,
Allah ya buɗe mini kofofi da damammaki da yawa don in
.tallafa wa kaina da kuma cika aikina

* **

Allah ya halicci wannan duniya don ta yi aiki bisa ga
doka mai kayyadadden tsari kuma marar canzawa. Idan
muka karya ɗaya daga cikin waɗannan dokokin duniya,
muna hukunta kanmu. Wani wanda ya yi tsalle daga rufin
wani dogon gini zai karya kasusuwansa. Saboda haka, ba za
.mu iya yin watsi da dokar nauyi ba tare da shan wahala ba

* **

Idan muka yi zurfin nazari kan wayewar duniya kuma
muka binciko sirrin boyayyun wayewar zamanin da, babban
hoto zai bayyana, tare da layuka masu haɗe-haɗe, surori
daban-daban, da cikakkun bayanai, kuma za mu ga cewa
mutum yana da ɗabi'a ta mutum ɗaya da ta zamantakewa a
.lokaci guda

* **

Da Allah yana son mu rayu cikin sanin abin duniya
kawai, da mun gamsu da abubuwan duniya kuma mun
.gamsu da hanyoyin duniya

* **

Hasken tsarki, zaman lafiya, da farin ciki fiye da mafarki
suna walkiya suna rawa a cikin zurfinmu mai mahimmanci

* **

Da kowace irin gogewa da ta bayyana a sararin
rayuwarmu a lokacin wannan tafiya ta duniya tamu, dole ne
mu koyi yadda za mu faɗaɗa wayewarmu da kuma yadda za
mu kara fahimtar yanayin da ke kewaye da mu ko kuma
wadanda muke fuskanta, sannan za mu iya rayuwa cikin
jituwa mafi kyau da kuma mu'amala da mutane da rayuwa
.cikin sauƙi

* **

Yawancin mutane suna kwaikwayon wasu. Ya kamata
mutum ya zama na asali kuma mai kirƙira, kuma ya ƙware a
.duk abin da yake yi

A Gabas, babban abin da aka fi mayar da hankali a kai
shi ne gina farin ciki na ruhaniya, yayin da galibi ba a yin
watsi da abubuwan rayuwa na zahiri ba. A Yamma, akwai
wasu abubuwan jin daɗi na zahiri amma kaɗan ne farin ciki
na ruhaniya. Abin da ake buƙata shi ne daidaito tsakanin su
biyun, domin mai da hankali kan wani fanni ɗaya kawai na
rayuwa yana haifar da rashin daidaito da rashin iya magance
.bukatun rayuwa cikin hankali

* **

Babban farin ciki - bayan farin cikin Allah - shine mutum
ya kasance cikin kwanciyar hankali da danginsa na kusa
wadanda dole ne ya zauna da su kowace rana ta shekara
Mutane suna batar da lokaci mai yawa suna gaggawa da
yin abubuwa ba tare da sun yi wani abu ba. Sai kawai su yi
.tunani su yi ƙoƙarin fahimtar abin da rayuwa za ta bayar

* **

Dole ne mu yi aiki don gina gine-ginen hikima na ciki a
cikin lambunan zaman lafiya wadanda ke bunkasa kuma
suna haskakawa da furanni marasa adadi na kyawawan
.halaye na ruhaniya

* **

Yarjejeniyar ciki tushen karfi ne mai yawa kuma yana
samar da makamashi mai sabuntawa

* **

Idan aka duba rayuwa, mutum zai ga cewa nasara ba
abu ne mai sauƙi ba. Rayuwa sau da yawa tana da tsauri
kuma ba ta da gafara, kuma dole ne mu yi gwagwarmaya
don samun abin rayuwa. Ka yi tunanin kokarin da ake buƙata
don kiyaye jikinka da kuma kiyaye shi lafiya kuma ba shi da
wata rashin lafiya! Ko da ka yi nasara a wannan, wannan
nasarar na ɗan lokaci ce. Jiki—za ka rayu tsawon rai—a
karshe za a kwantar da shi. Dole ne a yi yaƙi da karfi da
yawa, na ciki da na waje, don cimma nasarar da ake so.
Wadannan rundunonin suna aiki ba tare da gajiya ba don
.hana ka duk wani muhimmin ci gaba

* **

Ka yi kokarin kwantar da hankalinka a kowane yanayi,
kuma ka bar irin zaman lafiyarka ya yi fure da farin ciki da
murmushin gamsuwa

* **

Ko da manyan tsarkaka ba sa samun cikakken ceto sai
sun raba nasararsu - abubuwan da suka samu na ruhaniya
da kuma iliminsu mafi girma - tare da wasu ta hanyar
taimaka musu su kai ga fahimtar ruhaniya. Wannan shine
dalilin da ya sa waɗanda suka kai irin waɗannan mataƙai
kuma suka kai irin waɗannan yanayi suke sha'awar ba da
fahimta ga waɗanda suke buƙatarta. Idan kana son nasara
ta gaske, ba kawai za ka tabbatar da farin cikinka ba har ma
.da farin cikin wasu

* **

Duk wanda ke da hankali zai iya samun kuɗi Amma idan
yana da ƙauna a zuciyarsa, ba za su taɓa amfani da wannan
kuɗin don dalilai na son kai ba; maimakon haka, za su raba
shi da wasu Kuɗi la'ana ce da rashin daɗi a hannun masu

son kai da masu kwazo, kuma albarka da kyauta a hannun
.masu kirki da rayuka masu karimci

* **

Wani zai iya zabar ya yi shiru na tsawon lokaci, ya ki yin
magana da iyalinsa. Duk da cewa wannan mutumin zai iya
samun kwanciyar hankali a cikin zuciyarsa, halayensa na son
kai ne kuma yana cutar da farin cikin iyalinsa. Ba za a iya
ɗaukarsa a matsayin mai nasara da gaske ba sai dai idan
wadanda suke kauna suma sun amfana daga nasarorin da
suka samu. Hakazalika, cimma nasarar abin duniya ba wai
kawai game da haƙƙinmu na jin daɗin wadata kaɗai ba ne;
yana kuma buƙatar alhakin ɗabi'a ga wasu don taimaka
.musu su inganta yanayin kuɗinsu da rayuwarsu

* **

Ina cikin kariya a bayan bangon lamirina mai tsabta. Na
kone duhun da ya gabata kuma ina damuwa da shi ne kawai
.a yau

* **

A yau na fahimci cewa ni ɗaya ce da hasken mafi
kyawun alheri kuma ni fitila ce ga wadanda ke
.gwagwarmaya da rakuman ruwan teku na baƙin ciki

* **

Mutane suna da ra'ayoyi daban-daban da ra'ayoyi game
da nasara, ya danganta da burinsu a rayuwa. Ba sabon abu
ba ne a ji wasu mutane suna kwatanta nasara da sata, suna
faɗin abubuwa kamar, "Ya yi nasara barawo!" Wannan yana
nuna cewa nasara a kowane fanni da nau'ikanta abin so ne
kuma ana nema. Duk da haka, nasararmu bai kamata ta
.cutar da wasu ba

Akwai kuma wani ma'auni na nasara: idan muka sami
damar kawo sakamako mai jituwa da amfani ga kanmu, ya
kamata mu haɗa da wasu a cikin nasararmu mu kuma raba
.musu 'ya'yan itacen da ke cikinta

Nasara na nufin gamsuwa da gamsuwar mutum a cikin
muhallinsa Nasara ta gaskiya sakamakon ayyuka ne da aka

gina bisa ka'idodin adalci, kuma ta kunshi farin ciki da
walwalar wasu a matsayin muhimmin bangare na farin cikin
mutum. Idan muka yi amfani da wannan ka'ida a rayuwarmu
ta zahiri, ta hankali, ta dabi'a, da ta ruhaniya, za mu sami
.cikakkiyar ma'anar nasara

* **

A nan a cikin wannan duniya mai iyaka, muna fahimtar
tsayi, faɗi, da yawa, amma akwai wani matakin inda girma
ba ya wanzu; komai a bayyane yake kuma a bayyane yake—
komai sani ne da fahimta Jin dandano shine fahimta, kamar
yadda jin kamshi yake Jikinmu, tunaninmu, da jikinmu yanayi
ne na sani Kamar yadda muke iya gani, ji, kamshi, dandana,
da tabawa a cikin mafarki, haka nan ma, a wannan matakin
mafi girma, shin muna fuskantar duk waɗannan abubuwan
?ta hanyar sani mai tsarki

* **

Ya Ubangiji, ka faranta mana rai ta hanyar jin
kusancinka, ka 'yantar da mu daga sarkakiyar sha'awa,
kuma ka ba mu farin ciki na ciki wanda abubuwan da suka
faru a rayuwa da abubuwan da ke faruwa a cikinta ba su
.shafe shi ba

* **

Idan hankalinmu ya daidaita da fahimta mai zurfi, sanin
ruhaniya yana farkawa a cikinmu kuma muna fuskantar
abubuwan al'ajabi na hikima da kauna ta Allah

* **

Idan muka kaunaci Allah gaba ɗaya muka kuma juyo
gare Shi da dukkan tunaninmu da zukatanmu, za mu ji muna
kusa da Shi kuma za mu ga cewa Shi ne babban mafarin
tsaro a rayuwa

* **

A cikin sararin samaniya mai faɗi da babu komai, akwai
alaƙa ta sararin samaniya da rayuwa ta har abada wadda ta
haɗa mu da dukkan abubuwa masu rai da marasa rai a cikin
sararin samaniya—rakuman rai mafi girma da ke gudana ta

cikin dukkan rayuwa Har abada shine ainihin gidanmu da
wurin zama na dindindin, kuma wanzuwarmu a cikin
wadannan jikuna na ɗan lokaci ne, kamar ɗan gajeren hutu
.ga ayari da ke tafiya a cikin hamada

* **

Idan muka daidaita kanmu da karfin kirkira na ruhi, za
mu haɗu da tunani na duniya da mara iyaka wanda zai iya
shiryar da mu da kuma magance matsalolinmu Ikon kirkira
zai gudana zuwa gare mu ba tare da katsewa ba daga
babban tushen halittarmu, wanda zai ba mu damar cimma
.nasarar kirkira a kowane fanni na ayyukanmu

* **

Soyayya tana girma da bunkasa a cikin yanayi na
aminci, hakuri, da girmama juna

* **

Ya Ubangiji, ka albarkace mu da hasken tunani mai
tsarki da kyawawan halaye, domin idan duhun munanan
halaye da tunani marasa tushe ya zo mana, nan take za a
kawar da shi. Ka taimake mu mu kaunace ka da kauna mai
zurfi wadda ba za ta iya kama mu ko kama zukanmu da
.zukanmu ba

* **

Abubuwan da ake samu cikin sauƙi ba su da matuƙar
muhimmanci. Mun san wannan daga nazarin rayuwar
manyar maza da mata da kuma yadda suka zama manya ta
hanyar haɓaka baiwarsu, cika ayyukansu, gina ɗabi'un
ɗabi'unsu, zurfafan nazarinsu, da kuma guje wa son kai.
Sakamakon da suka samu da nasarorin da suka samu sun fi
.karfin kokarin da suka yi

* **

Yanci na gaskiya yana cikin 'yancin zaɓi wanda hikima'
ke jagoranta kuma wanda fahimta, daidaito, da kuma kuduri
.mai karfi ke tallafawa

* **

Idan ka farkar da nufinka, kudurinka, da kuma
fahimtarka, za a fitar da wasu ikoki da ba a gani daga mafi
girman sani - ta hanyar fahimtar rai - don taimaka maka da
kuma haskaka hanyoyin da ke kaiwa ga jin dadin tunani da
.farin ciki, tare da taimakon Allah

* **

Dole ne mutum ya buɗe hanyoyin rai ta hanyar
kokarinsa. Babu wanda ya zaɓi wahala da baƙin ciki da son
rai fiye da zaman lafiya da farin ciki. Jahilci shine tushen
wahala kuma cikaskin da dole ne a kawar da shi. Jahilci
wata cuta ce mai cutarwa, mai tushe mai zurfi, wadda ke
tsiro a cikin lambun ɗan adam, tana cike shuke-shuke masu
kyau da amfani. Dole ne a shawo kan jahilci da himma mai
karfi da kuduri mai karfi. Dole ne a noma kasan tunani da
hankali mai kyau [a kan kyawawan halaye] kuma a shayar
da tsaba masu kyau da ruwan imani. Lokacin da hasken
kauna mai karfi da ɗumi suka haskaka, zuriyar nagarta za ta
girma ta shawo kan ciyayi da ciyawa masu kama da kura,
.domin duhu ba zai iya wanzuwa a gaban haske ba

* **

Jin dadin abubuwan duniya yana shuɗewa ya bace,
amma farin cikin allahntaka ba ya raguwa. Farin ciki ne na
allahntaka wanda ba shi da iyaka kuma ba za a iya kwatanta
.shi ba

* **

Bai kamata mu taɓa amfani da hanyoyin da ba su dace
ba don cimma farin ciki, kuma bai kamata mu yi watsi da
zaman lafiya da dukiyyar ruhaniya da muke da ita a cikinmu
don neman jin dadin ruɗani da rayuwa mai walƙiya wadda
za ta iya rataye a gabanmu ta hanyar ayyuka da halaye
.masu barna ba

* **

Natsuwa ita ce mafi kyawun kyamarar ɗaukar
kasancewar Allah Ta hanyar ruwan tabarau na natsuwa mai

tsarki da daidaito, hoton mai albarka zai bayyana da
cikakken haske

* **

A zahiri, dukkan hikima tana cikin kanka kuma abin da
kawai kake bukata shine ka san ta sosai

* **

Gamsuwa tana cikin inganta kai, ta yadda wasu za su
neme ka maimakon ka neme su. Ya kamata a ba da soyayya
da abota ba tare da tsammani ko bukata ba, domin
tsammani yana haifar da kiyayya da daci. Ko da a lokacin da
ake kokarin inganta kai, ya kamata mutum ya tsaya shi
kadai, cikin kwanciyar hankali da kwanciyar hankali a cikin
.karfin kyawawan halaye da darajar kansa

* **

Bari ruwan farin ciki da kyakkyawan fata su riƙa kwarara
daga zuciyata, kuma feshinsu mai wartsakewa ya taɓa duk
wadanda na haɗu da su

* **

Farin ciki na ruhaniya yana haifar da sha'awar taimaka
wa wasu ta kowace hanya, kuma yana haɓaka ikon godiya
ga jin daɗin dabi'a mai kyau wanda ke haifar da farin ciki, ta
haka yana rage sha'awar jin daɗin da ba shi da kyau

* **

Komai kankantar rawar da kake takawa, tana da
muhimmanci kamar manyan rawar da take takawa wajen
bayar da gudummawa ga nasarar wasan kwaikwayo na
.sararin samaniya da rayuka ke yi a kan mataki na rayuwa

* **

Sanin duniya gabaɗaya sani ne cikakke, mara iyaka,
yana sabunta kansa koyausha kuma ba ya karewa a cikin
kerawa, kuma ta hanyarka yana kokarin bayyana wani
ɓangare na musamman na kansa

* **

Idan ka dandani soyayyar Allah koda sau ɗaya ne, ba za
ka taɓa daina ta ba domin babu wani abu makamancin haka
.a cikin dukkan sararin samaniya

* **

Wadanda suka san Allah sun kai mataakai na ruhaniya
masu zurfi, har ba sa gamsuwa da kawai ba wa masu zunubi
shawara ta ruhaniya, amma za su iya - ta wurin alheri da
taimakon Allah - su ɗora musu ikon ruhaniya wanda ke
. 'yantar da su daga sakamakon ayyukansu na zunubi

* **

Duk ayyukan alheri da mugunta suna zaune a cikin
kwayoyin kwakwalwa kuma suna bayyana a matsayin halaye
nagari ko na mugunta ko halaye a cikin tunani. Mutumin da
ke fama da halaye marasa kyau saboda kwayoyin
kwakwalwarsa da aka ɗora masa karfin wadannan halaye zai
iya 'yantar da kansa ta hanyar himma, tunani, addu'a ta
gaskiya, da kuma ci gaba da tabbatarwa mai kyau har sai
duk halayensa marasa kyau sun canza zuwa halaye nagari
na kwanciyar hankali da natsuwa. Wannan yana faruwa ne
lokacin da ikon rai da aka tsara daidai ya yi aiki don canza
yanayin kwayoyin kwakwalwa mara kyau, ta yadda
wadannan kwayoyin za su cika da duk abin da yake nagari,
.nagari, da kyau

* **

Fahimta ita ce ido na ciki, hangen nesa na rai, da kuma
na'urar hangen nesa ta zuciya. Shi ne daidaito tsakanin
.kwanciyar hankali da tsarkin lamiri

* **

Kowace rana muna ganin yanayi daban-daban, kuma
kowace rana tana kawo sabon darasi da za a koya. Ana sa
ran mutum zai koyi darasin ta hanyar mai da hankali kan
babban manufar wanzuwarsa: don gane tushen wanzuwarsa
.da kuma tushen rayuwarsa

Bari mu yi aiki don manta da bakin cikin da ya gabata
kuma mu kudura kada mu yi ta tunani a kansu da kuduri mai

karfi da himma, bari mu sabunta rayuwarmu, mu inganta nasarorinmu, mu kuma gina kyawawan halaye da halaye .masu kyau a cikinmu

Allah ne karfina kuma ban yarda da wani karfi ba Yaki da yake-yake na rayuwa kuma ka dage har zuwa karshe, kada ka taɓa yin kasala. Kada ka taɓa cewa, "Ba zan iya samun hanya ba, don haka zan daina koƙari" Ka nemi jagora idan ka yi kuskure, amma kada ka daina koƙari. Mutane da yawa suna karɓar rashin nasara idan sun fuskanci cikas. Ya kamata waɗanda suka gaza su yi hulɗa da mutanen da suka yi nasara, ba gazawa ba. Ka kuduri aniyar .yin nasara; bari wannan ya zama falsafarka a rayuwa Kowace rana dole ne mu karfafa karfin jikinmu, mu kara karfin tunaninmu, mu kuma san ainihin kanmu ta hanyar yin bimbini, tunani mai kyau, da aiki mai kyau, mai amfani wanda ke amfanar jiki, hankali, da ruhi tare Idan kana son kafa kyakkyawar dabi'a ko kuma ka karya wata mummunar dabi'a, ka mai da hankali kan kwayoyin kwakwalwa inda hanyoyin halaye daban-daban suke. Don kafa kyakkyawar dabi'a, da farko ka zauna a hankali ka yi .bimbini, kana neman ja-gorar Allah

Mayar da hankalinka kan cibiyar karfin nufin da ke goshin ka, tsakanin girarka, kuma ka tabbatar da dabi'ar da kake son dasawa a cikin kwakwalwarka. Idan kana son kawar da munanan halaye, ka kuma mayar da hankalinka kan cibiyar karfin nufin kuma ka tabbatar da cewa duk ramukan .da waɗannan halaye suka kafu suna gogewa Da hankali da karfin hali, za ka iya goge har ma da .tsofaffin halaye masu karfi

Ka sake tabbatar wa kanka cewa kana da ikon kawar da halaye marasa kyau daga kwakwalwarka. Lokaci mafi kyau don wannan tabbacin shine da sassafe lokacin da karfin zuciya da hankalinka suka kai kololuwarsu. Ci gaba da

tabbatar wa kanka cewa kana da 'yanci daga duk wani
umarni, kuma wata rana za ka ga - da taimakon Allah - cewa
.hakika ka 'yantar da kanka daga halin da kake son ka daina

Duk abin da kake tsoro, ka kore shi daga tunaninka ka
bar wa Allah shi, ka karfafa imaninka ga Allah ka kuma
amince cewa zai iya taimaka maka, kuma ka sani cewa
.wahala da yawa ta samo asali ne daga damuwa da damuwa
Me yasa za ku sha wahala yanzu alhali abin da kuke jin
tsoro bai faru ba tukuna? Tunda yawancin matsalolinmu sun
fito ne daga tsoro, idan muka cire tsoro daga rayuwarmu za
mu ji 'yanci kuma waraka za ta kasance nan take

Kowace dare, kafin ka yi barci, ka tabbatar wa kanka
cewa Allah yana tare da kai, yana kare ka kuma yana kula
da kai. Ka yi tunanin hasken kariyarsa da ke kewaye da kai
daga kowane bangare, kuma za ka ji kariyarsa mai ban
.mamaki

A cikin wannan wasan kwaikwayo na sararin samaniya,
mutane na dukkan kabilu suna nuna wasan kwaikwayo na
rayuwa a kan mataki na lokaci

Dole ne mu fahimci ma'anar rayuwa ba tare da mun
shagaltu da ayyukanmu na ɗan lokaci ko kuma mu mai da
hankali sosai kan su ba, fahimtarmu game da rayuwa sau da
yawa tana karkacewa kuma tana batarwa saboda muna
kallonta ta hanyar idanun son kai da hangen nesa mai iyaka;
idan muka kalli da idanun ruhu, da mun ga abubuwa daga
.ra'ayi daban-daban

Idan muka buɗe idon hikima, za mu ga hasken Allah mai
cike da komai, kuma a cikin wannan hasken za mu fahimci
yanayin ruhaniyarmu, wanda yake nuna yanayin sanin
duniya wanda ke ratsa dukkan kwayoyin halitta da sassan
.duniya

Gaskiyar ruhaniya ta kewayemu, tana kwankwasa
kofofin idanunmu a rufe, tana karfafa mu mu ga haske

maimakon duhu, mu yi aiki da hikima maimakon jahilci, mu cika zukanmu da kauna maimakon kiyayya, da kuma hadin kai wajen kafa zaman lafiya da kawo wadata da tsaro ga duniyarmu. Lokacin da muka yi haka, jahilci zai bace, bambance-bambancen duniya zai bace, za mu ga hadin kai a cikin bambancin ra'ayi, kuma za mu kara jituwa da nufin .Allah

Dangantakarmu da Allah ba ta da sanyi ko rashin kauna ba ce, kamar yadda take tsakanin ma'aikaci da ma'aikaci Mu 'ya'yansa ne, kuma kulawarsa a gare mu koyaushe take; Yana sauraronmu koyaushe Mu muhimmin bangare ne na kasancewarsa, kuma dangantakarmu da Shi tana da rai da karfi Ya ba mu wadata mai kauna, fahimta, fahimta, kyakkyawar niyya, da karfin ruhaniya, amma yawancinmu .mun batar da wannan dukiya a kan komai

Allah yana so mu rayu cikin aminci, zaman lafiya, da hadin gwiwa na abokantaka, kamar yadda ya dace da membobin iyali mai daraja da kauna, amma kwadayi da kididdige son kai sun tsiro kuma sun yi tushe a cikin rayukan mutane kuma sun haifar da rarrabuwar kawuna tsakanin .iyali

Allah yana so mu zama iyayengiji, amma mun zabi mu zama bayi Dan adam ya yi nisa da gidan sama kuma ya rasa aljannar ciki ta jin kusanci da Allah da Allah kusa da mu, kuma ba zai iya sake samun wannan aljanna ba tare da kokarin kansa ba Allah ya halicce mu cikin siffarsa, amma .wannan gaskiyar ta bace daga tunaninmu

Mun mika wuya ga rudin cewa makomarmu wahala ce kuma makomarmu halaka ce, kuma dole ne mu yage labulen mafarki da wukar hikima don ganin gaskiya mai haske a .bayan labulen

Allah ya albarkace ni da farin ciki a tsawon wadannan shekaru masu tsawo na rayuwata Ko mutane suna ganin murmushin gamsuwa a fuskata ko a'a, farin ciki na allahntaka yana tare da ni koyaushe kuma ba ya barin ni.

Babban kogin jin daɗi yana gudana koyaushe a karkashin
yashi na sanina kuma yana fashewa kamar maɓuɓɓugan
.albarka waɗanda ke shayar da lambuna na rayuwata
Ba wani tashin hankalin da ke faruwa a rayuwa da zai
iya kawo cikas ga zaman lafiyata ba, haka nan kuma ba za a
iya kawar da farin cikin ruhaniya da nake ji ba
Ya yi wuya a sanya wannan yanayi na dindindin kuma
ba zai canza ba, amma 'ya'yan ruhun da nake jin daɗinsa
yanzu kuma nake rabawa da wasu sun cancanci duk koƙarin
.da na yi a ciki
Ina tsammanin kuma ina aiki da ruhun Allah wanda ke
jagoranta kuma yana aiki da shi, kuɗi ba ta taɓa zama
burina a rayuwa ba, sai dai na yi wa 'yan'uwana hidima a
cikin ɗan adam. Saboda haka, Allah ya buɗe mini kofofi da
yawa na alheri don in ci gaba da rayuwata da kuma cika
aikina. Kuma duk lokacin da na buƙaci taimako, Allah yana
.ba ni nan take
Burina kawai shine in yi maka hidima, kuma shi ya sa
nake nan
Ikon Allah yana aiki a rayuwarku kuma za ku fuskanci
wannan gaskiyar da kanku lokacin da aka karfafa imaninku
kuma kuka fahimci cewa dukiya ta gaske ba ta samo asali ne
.daga nasarar abin duniya ba amma daga Mai Iko Dukka
Kowace lokacin da ka yi tare da Allah zai zama don
amfanin ka na karshe, kuma duk abin da ka cimma saboda
kauna da kuma faranta wa Allah rai za a rubuta maka a cikin
.tarihin rayuwa har abada
Komawa cikin kaɗaici na zurfin tunaninka ka ji daɗin
zaman lafiya da ke gudana daga maɓuɓɓugar shiru
Idan muka shuka kyawawan ayyuka, za mu girbe farin
ciki da albarka, idan kuma muka shuka munanan ayyuka, za
.mu girbe nau'ikan matsaloli da matsaloli iri-iri
Kowace kyakkyawan aiki kamar pickaxe ne wanda muke
haka kasan sani da shi don buɗe maɓuɓɓugar farin ciki ta
allahntaka

Koyi nutsewa cikin tekun zurfafa tunani da bincike, ko
dai dangane da kyawawan littattafai, imani, matsaloli,
falsafa, ko farin ciki na ciki, fahimtar cewa kadaici na yau da
kullun shine farashin farin ciki na gaske

Ko da yake rayuwa tana kama da wacce ba a iya
tsammani ba, mai son zuciyar, kuma mai ban mamaki, cike
da shakku da matsaloli iri-iri da rikice-rikice, muna ci gaba
da kasancewa karkashin kariyar Allah koyaushe. Bai kamata
mu kara gishiri a kan al'amura ko mu rasa natsuwarmu a
gaban abubuwan da suka faru ba, domin idan muka bar
firgici ya mamaye mu, muna ba mugunta iko da zurfafa
tushenta, wanda ke girma da bunkasa a cikin kasa ta tsoro
.da damuwa

Tambayi kanka kowace dare: Nawa lokaci ka yi tare da
Allah, nawa ka yi tunani a kai, nawa ka cimma, nawa ka yi
?wa wasu, kuma nawa ka sarrafa sha'awarka
Bai kamata mu yi tsammanin samun farin ciki da
kwanciyar hankali mai dorewa a cikin jarabawar rayuwa ba;
maimakon haka, dole ne mu neme su mu gano su a cikin
kanmu. Sannan, duk wata gogewa da muka fuskanta, za mu
magance su kamar yadda muke kallon abubuwan da wani ya
.fuskanta a fim, ko da dadi ne ko mai radadi

Mutum zai iya mayar da duk abubuwan da ya fuskanta
zuwa jarabawa mai zafi da ban tausayi idan ya bar
hankalinsa ya yi haka. Suna iya jin dadin lafiya mai kyau
amma duk da haka ba su fahimci darajarta ba. Amma idan
suka yi rashin lafiya, za su kaskantar da kansu su kuma yaba
da albarkar jin dadi. Ya kamata mu yarda da ni'imar Allah
kuma mu gode masa saboda ni'imomin da Ya ba mu ba tare
da jiran yanayi mai wahala ba don ya sa mu gode da kuma
.godiya ga alherinsa

Ya kamata rayuwa ta kasance cakuda tunani da aiki.

Idan mutum ya rasa daidaiton tunaninsa, zai zama mai
saukin shiga cikin damuwa, gajimaren bakin ciki, da azabar
zafi. Kuma idan ya yi kokarin karya dokokin lafiya, wadata,

da hikima, ba makawa zai sha wahala daga rashin lafiya,
.talauci, da jahilci

Dole ne mu kiyaye manufarmu ta tsarki, mu kiyaye
manufarmu ta tsabta, kuma mu yi aiki ta hanyar da za ta
kawo mana kwanciyar hankali, kuma kada mu bari yanayin
.rayuwa ya dame mu ya kuma lalata mana farin cikinmu

Zukata masu bakin ciki da kuma tunanin da suka karye
suna jan hankalina, komai nisan da suke da shi
Fadafa iyakokin masarautar kaunarka mai haske don a
hankali ta hafa da iyalinka, makwabtanka, al'ummarka,
kasarka, da duk kasashe da halittu masu hankali

Dole ne kuma mu karfafa hankalinmu mu kuma yi watsi
da nauyin raunin tunani da dabi'a da muka gada daga
shekaru da tsararraki. Dole ne a kone wadannan kazanta a
cikin wutar sabbin kuduri da aiki mai amfani. Tare da
wannan hanyar ginawa, mutumin da ya himmatu da gaske
.zai iya isa ga 'yanci da 'yanci

Kunna ikon da ba shi da iyaka a cikinka domin ka iya
taka rawar da kake takawa a kan mataki na rayuwa
Da zarar mutum ya fara bauta wa dukiya, kudfi, shahara,
ko wani abu banda Allah, rashin farin ciki ya zama nasa.
Wadanda suka mai da hankalinsu kan wadannan abubuwa a
zahiri suna bauta musu, don haka ba sa kusantar Allah sai
dai su nisanta kansu daga gare Shi. Amma wadanda suka yi
tunani game da Allah, suka yi tunani a kansa, suka kuma yi
magana da Shi a cikin zukatansu suna kusantar Shi kuma
.suna jin daɗin rayuwa a cikin zumuncinsu na shiru da Shi
Allah kadai ne ke da ikon cika mafarkin ɗan adam da
fatan samun farin ciki mai ɗorewa. Saboda haka, bai kamata
.a bar komai ya ɗauki matsayin Allah a cikin zuciya ba
Akwai alamomin tsarki da za su iya taimaka wa mai
nema ya tuna Allah ya kuma kusance shi. Duk da haka, idan
mutum ya fara bauta wa wadannan alamomin, cutarwarsu

za ta fi karfin fa'idarsu. Ya kamata a yi bauta ga Allah kadai,
.domin babu wani abu da ya cancanci bauta
Ko menene yanayin ibadar al'ada, Allah ya yarda da ita
matuƙar mai bauta yana yin ta da sanin ruhi da kuma
sha'awarsa. Duk da haka, mutane da yawa ba sa fahimtar
ainihin ibada, kuma tunaninsu da zukatansu suna karkata
daga Allah zuwa ga al'adun, don haka ba sa amfana sosai
.daga bautarsu

Masu bauta ta gaskiya ba sa barin saninsu ya takaita ga
kowace siffa ko siffa, amma suna mai da hankali da kauna
mai zurfi da cikakken kulawa ga ruhun allahntaka da ke
.bayan dukkan siffofi da siffofi
Allah cikakke ne kuma babu iyaka, kuma babu wani
hoto ko mutum-mutumi da zai iya d'auke shi
Ana iya cewa Allah yana bayyana kansa a cikin duk
wanda yake kaunarsa da gaske kuma yana cikin jituwa da
Shi, domin yana nan a ko'ina don haka yana nan a cikin
kowa Duk da haka, ba kowa ne ke da ikon bayyana
kasancewar Allah ba. Rana tana haskakawa daidai
gwargwado a kan kwal da lu'u-lu'u, amma lu'u-lu'u yana
karba kuma yana nuna hasken rana, yayin da kwal ba zai iya
.ba

Hakazalika, dukkan mutane suna cikin hasken Allah,
amma kaɗan ne kawai za su iya samun wannan hasken
kuma su nuna shi a cikin tunaninsu da ayyukansu. Don yin
haka, dole ne su tsarkake kansu ta hanyar bimbini da bin
.koyarwar Allah da umarni

Idan muka ambaci sunan Allah, dole ne mu san abin da
muke faɗa sosai. Idan za ka iya fahimtar tunanin mutane
yayin addu'a, za ka ga cewa yawancinsu suna tunanin komai
sai Allah, duk da cewa suna faɗin sunansa! Irin wannan
.addu'ar ba ta da amfani kuma ba ta da amfani
Idan muka yi addu'a, ya kamata mu yi kokari mu mai da
hankalinmu ga Allah, maimakon kawai mu maimaita sunansa
mai albarka yayin da muke barin tunaninmu ya yaɗu. Wata

goggo ta kan yi addu'o'inta a kan duwatsun addu'a, wadanda ba kasafai suke fita daga hannunta ba. Amma ta shaida mini wata rana cewa duk da yin wannan ibada tsawon shekaru arba'in, Allah bai amsa addu'o'inta ba. Ba abin mamaki ba ne! "Addu'o'inta" ba komai ba ne illa halin .tsoro

Idan muka yi addu'a, bai kamata mu yi tunanin komai ba sai Allah. Ya kamata mu yi kokari mu kasance masu gaskiya a cikin bautarmu da kuma sadaukar da kanmu a cikin addu'o'inmu. Yin amfani da duwatsun addu'a da kuma kiran sunan Allah akai-akai abin karɓa ne idan aikin ya samo asali daga zuciya kuma yana da goyon bayan gaskiya da tunani mai zurfi. Duk da haka, wannan aikin na iya zama .atomatik akan lokaci

Dole ne mu yi wa Allah rada a cikin zukatanmu, da sha'awa da kaunar Allah; wannan bauta ce ta gaskiya da ke taɓa zuciyar Allah. Yin furuci da sunan Allah da sanyi da tunani mai yawo laifi ne da rashin girmamawa. Idan mutum ya yi addu'a, zuciyarsa da tunaninsa dole ne su cika da .kaunar Allah

Ya Ubangiji, Kai ne Tauraron Arewa na Allah wanda tunanina ke tafiya a cikin teku mai cike da jarabawa da wahala

Yin aikin mai da hankali kan hankali ta hanyar motsa jiki na yoga yana taimakawa wajen kusantar Allah, babban tushen d'aukaka da d'aukaka, kamar yadda yake taimakawa wajen tunani game da Allah da kuma yin magana da Shi Yana da mahimmanci a keɓe rana d'aya a mako don yin bimbini a ruhaniya (idan zai yiwu) don yin bimbini a kan Allah da kuma samun natsuwa, kwanciyar hankali, da kwanciyar hankali na ciki Lokacin da aka kashe ta wannan hanyar zai zama maganin kwantar da hankali ga matsaloli .da damuwa da kuke fuskanta a sauran mako Kowa yana buƙatar yin kwana d'aya a kowane mako a keɓe ko kuma "janyewa ta ruhaniya" don warkar da raunuka

da radadin motsin zuciyarsa. Lokacin da wannan rana ta
zama ta zaman lafiya, farin ciki, da gamsuwa, za ku yi
.tsammanin sa'a bayan mako

Kadaici shine farashin girma Za ku yi mamakin
kyawawan sakamakon da za a samu ga hankalinku, jikinku,
da ruhinku ta hanyar wannan ja da baya ta ruhaniya da
alaka da ruhinku da kuma Allah. Idan kuna burin samun farin
ciki na gaske, dole ne ku nutsar da kanku cikin teku na
salama ta Allah da sassafe bayan kun farka, da kuma kafin
.ku yi barci da dare

Masanan Indiya sun ba da shawarar ba wai kawai a keɓe
kwana ɗaya ba, har ma a jaddada buƙatar yin bimbini a cikin
takamaiman lokuta huɗu kowace rana Da safe, kafin a tashi
a ga kowa, ya kamata a ji daɗin natsuwa da kwanciyar
hankali Da tsakar rana, ya kamata a kwantar da hankali
kafin cin abincin rana, sannan a sake jin daɗin lokacin
kwanciyar hankali kafin cin abincin dare A ƙarshe, kafin a
kwanta da dare, ya kamata a sake shiga yanayin kwanciyar
.hankali

Wadanda suka yi shiru sosai a lokacin kadaici da kuma
a cikin wadannan lokuttan huɗu na yau da kullum za su
fuskanci jituwa da Allah. Wadanda ba za su iya kiyaye duk
wadannan lokuttan ba, ya kamata su keɓe aƙalla sa'o'in safe
da yamma ga wannan. Ta yin haka, rayuwarsu za ta canza
zuwa mafi kyau, kuma za su ji daɗin gaske; gogewa ita ce
.mafi kyawun shaida

Idan ka ci gaba da rubutawa da sanya hannu a cekin ba
tare da ajiye isassun kuɗi don rufe asusun bankinka ba,
kuɗinka zai ƙare. Haka kuma ya shafi rayuwarka Ba tare da
ajiyar kwanciyar hankali akai-akai a asusun rayuwarka ba,
kuzarinka zai ƙare, kwanciyar hankalinka zai ɓace, kuma
farin cikinka zai ɓace. A takaice, daga ƙarshe za ka fuskanci
fatarar motsin rai, ta hankali, ta jiki, da ta ruhaniya. Amma
zurfafa tunani a kan Allah a kullum zai cika asusun motsin
.zuciyarka

Mai neman Allah yana yin bimbini kowace rana, yana
tattaunawa da Allah da dukkan kauna da sha'awa a cikin
zuciyarsa, yana rokonsa ya bayyana kansa Idan kai mai son
Allah ne kuma kana sha'awar ganin kasancewarsa, dole ne
ka nutsar da hankalinka da jikinka cikin salamarsa, kuma
rayuwa za ta yi maka murmushi, kuma al'amuranka za su
.inganta ta hanyoyi da yawa

Mutum mai natsuwa ba kasafai yake yin kuskure ba,
kuma yana cin nasara inda dubban wasu suka gaza
Wadanda ba sa tunanin Allah ko kuma ba sa kula da shi
suna shiga cikin bakin ciki da bakin ciki. Suna zama masu
.fushi kuma suna rikidewa su zama injinan tafiya
Rana ta hikima da zaman lafiya za ta fito a sararin
natsuwa kuma za ta wanke rayuwarka cikin haskenta mai
warkarwa matuƙar ka yi ƙoƙarin ruhaniya kuma ka ba Allah
matsayi na farko a zuciyarka

Wata ɗaya yana haskakawa fiye da dukkan taurari a
hade. Rana, wacce ta bayyana karama, tana korar duhu
daga wani yanki da ya fi shi girma sau miliyoyi. Hakazalika,
mutumin kirki, ta hanyar kasancewa a duniya, yana fitar da
girgizar da ke hana da kuma kawar da girgizar da miyagun
.mutane ke fitarwa

Ranar tunani yakamata ta kasance rana ta hutawa ta
hankali da ta jiki da kuma gina zaman lafiya ta ciki. Duk wani
aiki da zai samar da hikima da zaman lafiya aiki ne mai
.albarka a wannan rana

Dangane da girmama iyaye, littattafai masu tsarki sun
ba da shawarar a yi musu mu'amala mai kyau: "Ka girmama
mahaifinka da mahaifiyarka" da kuma "Ka kyautata wa
"iyaye

Ya kamata a girmama iyaye na ɗan adam a matsayin
wakilan Allah, wanda ya ba su baiwar ƙirƙirar ɗan adam.
Uwa ita ce misalin kaunar Allah mai tsarki, domin uwa mai
kauna tana gafartawa inda babu wanda zai yi. Uba shine
.bayyanar hikimar Allah kuma mai kare 'ya'yansa

Bai kamata mutum ya kaunaci ubansa da mahaifiyarsa
ba banda Allah, amma a matsayin bayyanar kaunarsa mai
karewa da hikima. Ruhun Allah mafi girma ya zama uba da
uwa don taimaka wa yaron; saboda haka, ya kamata a
.girmama shi a cikin iyaye

Littattafai kuma suna ba mu shawara game da kisa don
neman kisa, domin a lokacin mutum zai zama mai kisan kai
Bai kamata mutum ya dauki ran wani a cikin wani lokaci mai
tsanani ba. Duk da haka, idan aka yi wa kaunatattun mutane
barazana, dole ne mutum ya yi yaki don kare waɗanda Allah
ya ba su amana, domin aiki ne mai tsarki a kare iyalinsa da
.kasarsa

Dangane da haramcin zina, manufar da ta dace ta haɗin
kai tsakanin mata da maza ya kamata ta zama haihuwar
'ya'ya da aka halicce su cikin siffar Allah da kuma bayyanar
tsantsar soyayya da ma'auratan da ke ganin Allah a cikin
junansu ke ji. Wadanda ke rayuwa kawai a matakin jiki, ba
tare da la'akari da soyayya ta gaskiya ko kuma babbar
manufar da aka kirkiri sha'awar jima'i ba, suna yin zina bisa
ga wannan umarni. A wannan yanayin, ba su da bambanci
da dabbobi da ke biyan buƙatun jima'i sannan su ci gaba da
.tafiya

Allah ya halicci wannan sha'awar kirkire-kirkire a cikin
maza da mata don haihuwa da kuma bayyana soyayya ta
gaskiya a rayuwar aure, kuma bai kamata a yi amfani da ita
ba ta hanyar da ba ta dace ba, sai dai a mayar da ita zuwa
.aiki mai tsarki da ilimi

Idan za ka iya sarrafa da kuma rarraba ikon jima'i a cikin
rayuwarka, za ka iya haɓaka manyan kwarewar tunani don
rubutu, zane, ko kuma bayyana baiwar da ba a iya gani ba ta
.hanyoyi da yawa

Kuma idan a karshe ka sami damar sarrafawa da canza
ayyukan kirkira a ruhaniya, za ka fuskanci babban zaman
lafiya, kauna mai girma, da kuma karuwar farin ciki na
ruhaniya

Waliyyan Allah da shugabannin ruhaniya wadanda suka
canza ayyukansu na jima'i a ruhaniya, manyan mutane ne
da za su iya yin abubuwan ban mamaki da ban mamaki a
.duniya da kuma a cikin binciken gaskiya na asiri
Saboda haka, mafi girman amfani da sha'awar jima'i
shine daukaka karfinsa, wato, tura kuzarinsa zuwa ga wani
babban manufa domin ya bayyana hikima, manyan
manufofi, da ka'idodin ruhaniya Bai kamata mutum ya sami
jin dadi daga tunanin jima'i ko sha'awar abin da aka haramta
ba. Lokacin da aka cimma wannan nau'in kamun kai, mutum
zai sami kyakkyawan hangen nesa game da jima'i da babban
.manufarsa

Yin bauta ga al'amuran jima'i yana nufin rasa lafiya,
kame kai, da kwanciyar hankali na hankali, kuma a takaice,
duk abubuwan farin ciki da mutum ke bukata
Littattafai masu tsarki kuma suna karfafa mu kada mu yi
sata Idan kungiyar mutane dubu za su yi sata daga junansu,
kowannensu zai sami makiya 999. Saboda haka, bai kamata
mutum ya keta hakkin wasu ba, ko kuma ya kwace kasarsu,
zaman lafiya, kauna, mutunci, ko duk wani abu na kayansu
ko na ruhaniya. Idan ba ka ji sha'awar daukar abin da ba
naka ba, abin da kake bukata ko sha'awa zai zo maka. Sata
tana farawa ne da farko a cikin tunani lokacin da mutum ya
fara hassada ga wasu. Dole ne a cire irin sha'awar mugunta
daga tunani. Lallai ne a cire wa mutane alheri ta ruhaniya
hanya ce. Sannan, mutum zai jawo wadata ta halitta, kuma
albarka za ta kwarara zuwa gare su daga tushen da ya sani
da kuma tushen da ba su sani ba. Wannan doka ce ta Allah
wadda ba ta da ma'ana. Game da barayi da mutane masu
son kai, suna batar da rayuwarsu suna neman abin duniya,
idanunsu koyaushe suna kan abin da wasu ke da shi, ko da
.asusunsu yana cike da zinariya
Sai dai idan an yi watsi da son kai na duniya, duniya ba
za ta iya sanin farin ciki ba

Farin ciki yana zuwa ne kawai ta hanyar haɗin gwiwa ta ruhaniya. Yana zuwa ne lokacin da mutum ya ji bukatun wasu kamar nasu ne kuma ya yi wa wasu aiki yayin da yake .yi wa kansa aiki

Wani muhimmin umarni shine a guji yin shaidar karya.

Cin zarafin wani ta hanyar karkatar da gaskiya wata hanya ce ta lalata jituwar zamantakewa. Idan mutum yana son a yi masa alheri, ya kamata ya yi wa wasu daidai. Ya kamata a faɗi gaskiya koyaushe, amma dole ne a bambanta tsakanin faɗin gaskiya da kuma faɗin gaskiya kawai. Ambaton wani a matsayin gurgu ko makaho yana da illa da cutarwa; ya kamata mutum ya kula da yadda wasu ke ji kuma ya guji kunyata su. Haka nan, bayyana gaskiya da za ta ci amanar wani ba tare da wata manufa mai kyau ba shi ma kuskure ne. A gefe guda kuma, bai kamata mutum ya yi karya don guje wa faɗin gaskiya ba; maimakon haka, mutum zai iya yin .shiru a wasu yanayi don guje wa kunya ko cutar da wasu Dole ne mutum ya yi hattara da hassada, wata cuta mai halakarwa da ke cin zarafin kwanciyar hankali na rai. Yawan kwadayin abin da ke na wasu, haka nan rashin jin daɗi da bakin cikin mutum ke karuwa. Mai kishi yana rayuwa cikin wahala, ba ya taɓa sanin dandanon natsuwa. Ya fi kyau a gare su su girmama kansu, su dogara da kansu, su nemi .wadatar ruhaniya ta ciki

Mutuncin mutum da darajarsa ta zahiri sun fi duk abin da zai so ko ya yi marmarin mallaka. Allah yana bayyana a cikin kowane mutum ta hanyar da ba ta bayyana a cikin wani mutum ba. Fuskarsu ba ta kama da ta wani ba, kuma ransu ba ta kama da ta wani ba, domin a cikinsu akwai babbar taska ta dukkan halitta—kuma wannan babbar taska ita ce Allah

Muna son rayuwarmu ta haskaka da bunkasa da ayyukan alheri, ta kasance mai kamshi da farin ciki da annashuwa, kuma ta rayu har abada a cikin tunawa da .wadanda suka yaba mana

Idan mutum yana da imani mai kyau kuma yana yin aiki
yadda ya kamata, zai fi farin ciki fiye da waɗanda ba su da
imani kuma ba sa yin ayyukansu a yaƙin rayuwa
Imani mai kyau da aiki na adalci (wanda aka tallafa da
kyawawan manufofi da kyawawan manufofi) suna nan a duk
inda farin ciki ya kasance, kuma ana rasa su duk inda farin
ciki ya kasance. Daga wannan, za mu iya kammala da cewa
su muhimman yanayi guda biyu ne na farin ciki, waɗanda ba
za a iya cimma su ba tare da su ba. Waɗanda ke son farin
ciki suna buƙatar kawai su mallaki waɗannan muhimman
abubuwa guda biyu, waɗanda su ne ginshikansa da
.ginshikansa

Mutane ba za su iya sarrafa, canza, ko goge sassan
duniya marasa iyaka ba da nufinsu. Waɗannan sassan suna
da alaƙa da juna sosai da tsarin rayuwar ɗan adam, kuma
mutane ba za su iya aiki a ware daga gare su ba. Duk da
haka, mutane za su iya sarrafa tunaninsu don daidaitawa da
.waɗannan sassan kuma su guji cutar da su
Kakanninmu sun fi mu farin ciki ba wai don suna da
abubuwan duniya da jin daɗi fiye da mu a yanzu ba, ko
kuma saboda ba su da sauƙin fuskantar matsalolin rayuwa,
amma saboda suna da daidaiton tunani wanda ya ba su
kwanciyar hankali, kwanciyar hankali, gamsuwa, da kuma
.farin ciki a takaice

Ba su dogara ga yanayi na waje don farin cikinsu ba,
kuma ba su miƙa wuya ga yanayi na waje wanda zai hana su
ba. Jin daɗinsu, kwanciyar hankali, farin ciki, da gamsuwa
sun kasance na halitta, na al'ada, lafiya, kuma mai ɗorewa.
Mu ma, ya kamata mu gina waɗannan ji idan muna son
?samun farin ciki. Kuma wanene a cikinmu ba ya yin hakan

Kaddara sakamakon aikin da muka yi a baya na 'yancin
zaɓe ko 'yancin zaɓe Ta hanyar ayyukanmu na baya na

'yancin zabe, mun kawo kuma mun ci gaba da kawo wa
kanmu kaddara da kaddara. Duk da haka, ba a dāure mu da
abin da ya gabata ba, kuma ba a dāure mu da abin da ya
faru har abada ba. Za mu iya gyara abin da muka shuka da
kuma goge abin da muka rubuta idan muna so kuma muna
kofari mu gyara tafarkinmu da kuma inganta ingancin
.girbinmu

Idan muka kawar da irin ayyuka masu radadi sannan
muka shuka iri mafi dacewa da yanayin rai a madadinsu,
tabbas za mu girbe 'ya'yan farin ciki daga waɗannan
kyawawan iri da aka shuka a cikin kasan rai. Dole ne mu yi
amfani da 'yancin zabe yanzu, yanzu ba gobe ba, idan muna
.son samun karin farin ciki ko rage wahala da zafi
Saboda haka, sharuɗɗan farin ciki suna cikin ɗan adam,
kuma abin da kawai zai yi shi ne ya magance wannan
daidaiton da ba ya kuskure, kuma sakamakon zai kasance a
gare shi idan ya yi mafi kyawun kimantawa kuma ya
magance shi

Ya Ubangiji, Allah Ya sa rayuwata ta cika da kuzarinka,
zuciyata da kasancewarka mai ta'aziyya da tausayi,
hankalina da hikimarka, raina kuma ya cika da saninka na
,Allah

A cikin kasan zukatanku, tsaban soyayya suna tsirowa,
suna shayar da waɗannan tsaba da ruwan soyayya ta duniya
da tausayin duniya baki ɗaya

Ikon tunani ba shi da iyaka, kuma saboda haka, idan ka
yi tunani sosai game da kowane batu, za ka sami amsar
.kowace tambaya da ta shafi wannan batu

Idan mutum ya sadaukar da dukkan aikinsa da
ayyukansa ga yi wa wasu hidima kuma ya cim ma su da
kyakkyawan tunani, to lallai ya cancanci a yi masa la'akari
.da shi da godiya

Bai kamata mu zama masu ra'ayin ɗaya ba, ya kamata
mu daidaita ayyukanmu mu kuma fifita ayyukanmu da
ayyukanmu, gwargwadon muhimmancin kowannenmu

Nauyi shine aikin da mutum ke yi da farin ciki ba don neman abin duniya ba, kuma aikin ruhaniya da na dabi'a ya .kamata su fara a rayuwa Kowanne dan adam yana da karfin da ba a taɓa amfani da shi ba. Suna da dukkan karfin da ake bukata. Hankali kansa iko ne mafi girma, kuma dole ne a 'yantar da shi daga .dabi'u da ra'ayoyi na da da na wucin gadi Tasirin duniyoyi da taurari akan rayuwar dan adam yana faruwa ne sakamakon karfin jan hankali da kin yarda .tsakanin duniyoyi da jikin dan adam Mugayen tunani suna kai mutum ga yanayi mai cutarwa inda zai iya bayyana kansa bisa ga sha'awarsa. Duk da haka, mutum zai iya canza tunaninsa da saninsa ta hanyar karfin zuciya, kuma sakamakon haka, muhallinsa. Idan mutum ya dade a cikin yanayi mai cutarwa, wannan muhallin zai fara rinjayarsa ba tare da saninsa ba. A tsawon lokaci, zai rasa 'yancinsa na zaɓar yanayi mai lafiya da kyau kuma ya zama karkashin mummunan tasirin wannan yanayi mai cutarwa. Waɗanda ke da karfin zuciya, a gefe guda kuma, suna cikin .jituwa da Allah

Karfin tunani mai zurfi

Idan ka mayar da hasken rana ta gilashin kara girma zuwa wani karamin wuri, yana samar da zafi, kuma wannan zafin zai iya kunna itace, yadi, takarda, da sauransu. Hakazalika, idan ka mayar da hankalinka daidai, karfinsa mai karfi zai iya kone tushen shakka a bayan kowace gazawa .kuma ya bar hasken hikima ya haskaka da kyau Idan hankali ya daidaita da Allah, tushen dukkan alheri da kuma tushen dukkan iko mai albarka, zai fahimci kasancewar Allah kuma ya mallaki dukkan abubuwan da ke haifar da nasara. Waɗannan abubuwan suna da alaƙa da

babban ikon Allah, wanda ke iya kirƙirar sabbin damammaki
.don samun nasara a kowane fanni
Matsaloli da matsaloli suna tasowa ne daga rashin sanin
ayyukan da suka gabata, waɗanda suka aikata a wani lokaci
da wuri. Wahalar da suke sha a yanzu ta samo asali ne daga
tunani da ayyukan da suka furta, waɗanda suka yi tushe a
cikin kasan saninsu, suka tsiro suka zama shuka kuma suka
ba da 'ya'ya waɗanda ke nuna halayen waɗannan tunani da
.ayyukan

Jarabawa da wahala ba sa zuwa don karya mutum ko
gurgunta nufinsa, sai dai don su sa shi ya yaba da girman
Allah kuma ya girmama dokokinsa, ta hanyar da za su iya
samun farin ciki na gaske Allah ba ya aika waɗannan
jarabawa masu tsanani domin galibin su na ɗan adam ne.

Abin da ake bukata daga ɗan adam shi ne ya farkar da
hankalinsa daga barcinsa na rashin kulawa da kuma fitowa
.daga duhun jahilci zuwa hasken ilimi

A mafi yawan lokuta, hankalinmu yana yi mana
alkawarin jin daɗi na ɗan lokaci amma a karshe yana kawo
mana azaba da wahala mai tsawo. Duk da haka, gaskiya
ɗabi'a da farin ciki ba sa yin alkawarin komai, amma a
karshe suna ba mu farin ciki mai tsarki da ɗorewa. Wannan
shine dalilin da ya sa nake ɗaukar farin ciki na ciki da na
dindindin a matsayin farin ciki na gaske, kuma jin daɗin
.sha'awa na ɗan lokaci a matsayin jin daɗi kawai

Idan ka kalli rana daga miliyoyi masu nisa a sararin
samaniya, wannan babban tauraro yana bayyana karami fiye
.da Duniyarmu

Duk da haka, diamita na Duniya yana da kimanin mil
7,900, yayin da diamita na Rana ya fi na Duniya sau ɗari.
Idan za ka iya sanya duniyarmu ta Duniya kai tsaye a gaban

Rana, zai bayyana a matsayin karamin digo idan aka
.kwatanta da Rana

Bari mu dauka cewa babban filin hasken rana yana
faɗaɗawa da faɗaɗawa har sai babban nauyinsa ya haɗiye
sararin samaniya mai shuɗi gaba ɗaya. Saman da muke gani
karamin ɓangare ne kawai, hakika karamin ɗigon ruwa ne,
.na sararin da ke ratsa sararin samaniya mara iyaka
Ko da rana ta ci gaba da faɗaɗawa da faɗaɗawa zuwa
sararin samaniya ba tare da wani ɓata lokaci ba, har yanzu
ba za ta iya kewaye da rashin iyaka ba
Mafarkin sararin samaniya na kankanta da iyaka yana
iyakancewa kuma yana hana hankali fahimtar wannan faɗin
.sararin samaniya

Daga ina wannan rashin komai ya fito, kuma ina
?iyakokinsa suke

Wanda ba ya karkashin girma ko ma'auni, wanda ba shi
da iyaka ko asali, shi ne Allah, wanda yake ko'ina kuma yana
wanzuwa a cikin mafi nisa na sararin samaniya. Yana cikin
taurari masu nisa, masu nisa Kamar yadda yake a cikinka da
kuma a cikina, yana sane da kowane sarari da yake ciki,
komai kankanta ko babba

Abin da ya gabata ba a san shi ga yawancin bil'adama
ba, ban da zaɓaɓɓun mutane kaɗan masu wayewa Duk da
haka, rashin sanin abin da ya gabata shi ma yana da amfani
a gare mu. Domin da mun san duk abin da muka yi a
wannan rayuwa da kuma a rayuwarmu ta baya, da yawan
ayyukanmu ya mamaye mu kuma ya ruɗe mu gaba ɗaya.
Nufinmu ma yana iya gurgunta ta hanyar girgiza, yana sa
mu kasa ci gaba da ayyukanmu kuma ya bar mu abin
farauta don yanke kauna. Ko da a cikin wannan rayuwar
duniya, mantawa albarka ce daga Allah, yana hana
tunaninmu da ji daga tunawa da abubuwan da suka gabata,

musamman wadanda suka yi daci da radadi. Abin farin ciki, walkiyar allahntaka a cikinmu koyaushe tana haskakawa da bege da sha'awar ci gaba da tafiya ta rayuwa mara karewa. Dole ne mu gode wa Allah don wadannan ni'imomin guda biyu: ikon mantawa da abin da ya gabata da bege na nan .gaba

Bai kamata mu yanke hukuncin cewa kaddara tana kawo cikas ga 'yancin zaɓe ba. Duk da haka, dole ne mu yi iya kokarinmu don tsayayya da mummunan tasirin da yawancin mutane ke dangantawa da kaddara da kaddara, kuma mu yi amfani da 'yancin zaɓinmu bisa ga imaninmu na ciki, muddin wadannan imani sun dogara ne akan imani mai kyau kuma an gina su ne bisa dokokin Allah, wadanda ba tare da su ba mutum ba zai iya dandana farin ciki na gaske .ba

Idan muka fara wani aiki, bai kamata mu tsorata da mummunan yanayi ba, sai dai mu kasance masu kyakkyawan fata, tare da cikakken imani cewa babu abin da zai iya hana mu aiwatar da nufinmu da kuma amfani da .'yancin zaɓe

Mutane galibi suna kama da ganyen da ke shawagi a saman kogi, kuma dole ne su janye kansu daga kwararar halaye na atomatik da ke kai su zuwa ga magudanar ruwa ta mafarki da halaka. Yawancin mutane ba sa nuna damuwa .kuma suna barin kansu su yarda da guguwar ta tafi da su

Idan muka kasa cimma burinmu, abin yarda ne mu yarda da cewa akwai cikas na cimma burinmu wanda ya hana mu cimma shi. Dole ne mu dage mu kuma ninka

kokarinmu don cimma sakamakon da muke so. Dole ne mu kuma tabbatar wa kanmu cewa komai karfi da karfin cikas da kalubalen da za su iya kasancewa, har yanzu muna da karfin shawo kansu. Ko da mun gaza duk da duk kokarinmu, babu bukatar yanke kauna ko takaici, muddin mun fahimci cewa nufin dan adam ya fi kaddara karfi, wanda hakan namu ne. Saboda haka, bai kamata mu daina kokarin ba, komai yawan lokacin da muka gaza, domin akwai kofofi a bude koyaushe. Kawai muna bukatar mu ci gaba da kokari da maimaita kokarin har sai an bamu nasara. Allah zai bamu taimako muddin muka dogara gare Shi kuma muka yi kokarin da ya dace [Wanda ya bi hanyar zai isa inda muke so, kuma wanda ya dogara ga Allah ba zai yi takaici ba]

Idan mutum yana sha'awar wani abu mai karfi da dagewa, wannan sha'awar ba ta taɓa barin tunaninsa ba, duk inda ya je da duk abin da ya dame shi, Ta hanyar ayyukansa na yau da kullun da ba sa gajiya, wannan sha'awar tana da kuduri da kuzari mai yawa. Wannan raɗawar ciki ta fi karfi da tasiri fiye da addu'ar da aka yi da hannu, wadda ke motsa leɓuna kawai. Wannan shine yadda waɗanda ke kaunar Allah suke yi. Suna raɗawar kaunarsu gare Shi ba tare da karewa ba, raɗawar zuciyarsu ba ta dawwama a cikin ayyukansu na yau da kullun. Wannan raɗawar zuciya ba ta d'auke musu hankali ko kuma ta saba wa sauran ayyukansu. Yayin da sha'awarsu ga Allah ke karuwa, kaunarsu ga Shi tana zurfafawa da karfi, har sai sun fuskanci kasancewarsa kuma sun ga haskensu da idon rai. Suna d'andani farin ciki mai yawa kuma suna jin kwanciyar .hankali fiye da yadda aka kwatanta

Allah yana aiko mana da darussan da muke bukata a rayuwa domin mu amfana da su mu kuma sami fahimta da

gogewa Duk wanda ya guji wadannan darussan za a tilasta
masa ya koyi su komai tsawon lokacin da zai dauka

Kowace jarrabawa aboki ne idan muka koya daga gare
ta, kuma azzalumi ne idan muka batar da damar muka yi
amfani da ita ba tare da amfani da ita ba tare da gunaguni,
.fushi, da kuma rashin adalci

Idan muka fahimci rayuwa da kyau, za ta yi kyau kuma
.ba ta da rikitarwa

-

lamuran tunani

Mutum ba zai iya ci gaba da rayuwa cikin farin ciki har
abada ba, ya nutse cikin ruwan bakin ciki mai cike da rudani,
ko kuma ya nutse cikin zurfin gundura. A cikin wannan
duniyar da ke cike da abubuwa biyu masu karo da juna,
matsakaicin mutum yana fuskantar hawa da sauka - yana
tashi a kan rakuman farin ciki, yana nutsewa cikin zurfin
rashin kulawa, kuma yana jujjuyawa ta rakuman bakin ciki
masu karfi - ba kasafai yake fuskantar wata yanayi ta sani
.ba

Barin yanayi ya rinjayi tunanin mutum ta wannan
hanyar yana nufin mika wa mutum nufinsa ga kaddara mai
cike da son rai da kuma canzawa koyaushe Abin da mutum
ke bukata don rayuwa mai nasara da gamsuwa shine
daidaiton tunani, kuma wannan za a iya cimma shi ne kawai

ta hanyar tunani mai zurfi da iko kan ikon motsin zuciyar
.mutum

Ko da baƙin cikin da ya fi zurfi yana warkarwa da lokaci,
don haka babu amfanin zama cikin baƙin ciki kowace rana ta
rayuwarmu Kullum baƙin cikin rashin kaunataccen mutum ba
ya taimaka mana ko su, kuma ba ya canza komai.
Hakazalika, gina wani yanayi na rashin ƙarfi ko hukunta kai
saboda kurakurai ko gazawar da suka gabata ba shi da
amfani; yana sa rayuwa ta zama abin baƙin ciki kuma yana
.hana tunanin mutum

Bai kamata mu bari mu faɗa cikin ramin al'ada mai ban
sha'awa ba, domin wannan yanayi ne na tunani wanda ba
shi da daɗi, domin yana damun hankali kuma yana ƙone
.iyawar boye a cikin wutar rashin kulawa

Dole ne a kawar da gazawa daga tushenta, kuma dole
ne a noma gonakin rayuwa da himma da jajircewa sannan a
shuka iri na alheri domin a girbe girbi mai yawa, tare da
.taimakon Allah
Yi wani abu da babu wanda ya taɓa yi a da—wani abu
da zai ba duniya mamaki Nuna cewa ikon Allah na ƙirƙira
yana aiki ta cikinka

Mutane masu natsuwa da ɗabi'a masu kyau suna
taimakawa wajen sanya tunaninmu ya zama mai jan hankali
da lafiya. Ba abu ne mai wahala a tantance ko mutum yana
samun isasshen iliminsa daga yanayi mai natsuwa ko mai
cike da rudani ba. Damuwa, damuwa, da ruɗani duk suna

fitowa ne daga hulɗa da mutanen da ba daidai ba, ko abokai
ko dangi, wanda ke haifar da tunani mai ban tsoro da yanayi
.mai wahala

Jiki yana samun kuzari da aiki daga abinci na zahiri,
yayin da abinci mai maganadisun ke ba wa jiki da tunani
kuzarin kuzari waɗanda suka fi sauƙin narkewa fiye da abinci
mai karfi da ruwa waɗanda ba za a iya canza su cikin sauƙi
.zuwa makamashin rai ba

Lokacin da za ka iya canza jahilci zuwa hikima, rauni da
rauni zuwa lafiya da kuzari, kuma ka yi tafiya cikin aminci da
karfin hali—ko da kai kaɗai—ta hanyoyin rayuwa, kuma ka
sami farin ciki na ciki wajen samun lamiri mai rai da tsaro, da
imani mara misaltuwa ga adalcin Allah da nasarar adalcin
Allah akan kuskure da gaskiya akan ruɗani, kuma lokacin da
kake ƙoƙari kowace rana don ɗaga tunaninka zuwa mata kai
mafi girma da inganci, kuma ka sami zuciya mai ƙauna da
godiya da kyawawan niyya ga wasu, abincinka na hankali zai
zama mai jan hankali, kuma za ka jawo hankalin kanka duk
abin da ke da kyau da amfani—abubuwa, mutane, da yanayi
—waɗanda suke da mahimmanci don ci gaba da tafiyarka
zuwa ga gabar tsaro da aminci. A ƙarshe, lokacin da ka yi
ƙoƙari don samun abin da kake buƙata kuma ka gamsu da
abin da Allah ya tanadar, za ka kasance mai wadata a cikin
ruhi kuma ka gamsu fiye da waɗanda sha'awar duniya ta
.mamaye su kuma suke kwaɗayi ga jin daɗinta na ɗan lokaci

Tausayi ita ce gadar da ke haɗa kowace rai da sauran
rayuka Tausayi ita ce ƙofar kowace zuciya

Idan mutum ya nemi Allah, wanda shi kadai ne abokin
gaskiya fiye da sauran, zai yiwu a kafa abota ta gaskiya a
cikin dukkan dangantakar ɗan adam - zumunci ta iyali, ta
'yan'uwa, ta aure, da ta ruhaniya Abota muhimmin abu ne a
cikin dangantakar aure, kuma kusanci ta hankali da ta
motsin rai, jin sha'awar ruhaniya, da kuma soyayya ta
gaskiya ya kamata ya zama fifiko. Waɗanda suka kasa
bambance tsakanin soyayya ta gaskiya da sha'awar jiki suna
.jin takaici akai-akai

Idan aure ya ginu bisa manyan manufofi da girmama
juna, zai zama haɗin kai mai farin ciki da nasara tsakanin
rayuka biyu masu kauna da haɗin kai waɗanda ke rage wa
juna nauyin rayuwa da kuma kawar da damuwar rayuwa
.cikin tausayi da fahimtar juna

Babu wanda zai iya iko da ni ko ya kwace min wasiyyata
sai na bar tunani da ayyukan wasu su yi tasiri a kaina
Idan ka takaita tunaninka ga abu mai mahimmanci, za
ka ga komai daga mahangar zahiri. Amma da zarar ka ɗaga
hankalinka zuwa ga yanayin wayewar ruhaniya, za ka ga
hasken Allah mai yaɗuwa yana gudana fiye da dukkan abu,
.kuma za ka ga komai daga mahangar ruhaniya

Ya Ubangiji, na fahimci ina da dama marar iyaka don
bincika iyawata da kuma gano damar ruhaniya ta. A yau zan
cika tunanina da kyakkyawan fata kuma in nisantar da kaina
daga abubuwan da ba su da daɗi. Zan yi aiki da abin da zai
kula da jikina, hankalina, da ruhina ta hanyar da ta dace da
.jituwa

Zan maye gurbin abubuwan da aka haɗa da su da
manyar buri
Kuma zan fahimci cewa ruhun aminci yana tare da ni
koyaushe

Rawar rai da mutuwa tana nan a koyaushe, amma zan
'yantar da kaina har abada ta hanyar ceton asalin
ruhaniyata. Kuma lokacin da na fuskanci guguwar gwaji da
wahala, zan tashi a cikin jirgin ruwa na ruhaniya a kan tekun
.rai zuwa gaɓar teku mai aminci da allahntaka

Idan na yi aiki kuma na kirƙira, zan tuna cewa Allah
yana aiki ta wurina Shi ne Ubangijin halittu, kuma zan iya
.haɗuwa da Shi ta hanyar zurfafa tunani a kansa

Allahna kaunatacce, na fahimci cewa tunanina zai kawo
mini ko dai gazawa ko nasara, ya danganta da wace ra'ayi
ce ta fi karfi a rayuwata. Kuma zan yi koƙarin tuna cewa
kana miƙa hannun taimakonka kuma kana shirya hanya don
.nasarata

Idan bala'o'i da rashin sa'a suka same ni, zan tattara
karfina in karfafa kudurina na shawo kansu. Zan kasance
mai gaskiya da gaskiya a cikin mu'amalata da kowa, kuma
zan yaɗa tunanin kauna da kyawawan fata. Sannan Allah zai
.tallafa mini da ikonsa da hikimarsa

Cututtukan Ruhaniya da kuma maganinsu
Jagora Paramhansa Yogananda

Ka yi kokarin tunanin gungun mutane masu kama da
:mutane waɗanda ba su da daidaito da rashin jituwa
Daya mai karamin kai girman wake da kuma babban jiki
!girman rakumi

Wani kuma yana da hannu mai karfi kamar hannun
!Samson ko Hercules da kuma jiki kamar jikin dwarf
Kuma na uku yana da kan babban giwa da kuma jikin
!beraye masu ban tsoro

Shin wannan yanayin ba zai zama abin mamaki da ban
mamaki a gare ku ba, ko kuma abin bakin ciki da nadama,
idan kwatsam kuka ga taron waɗannan halittu masu ban
?mamaki da rikitarwa

Yanzu ka yi tunanin wani rukunin mutane waɗanda suke
da tsari da kamanni na yau da kullun, amma ba su da
.daidaito a tunani kuma suna da nakasa a fannin tunani
Kamar yadda tufafi ke boye raunuka, raunuka, da
sauran nakasu a jiki, haka nan jiki mai karfi, lafiyayye da
kuma kyakkyawar fuska mai haske ke boye cututtuka masu
.tsanani da nakasu a haihuwa

Idan za ka haɗu da taron jama'a na yau da kullun
waɗanda aka bambanta su da kyawun kamanninsu da
lafiyarsu, kuma idan ka sami damar shiga jikin tunaninsu da
hangen nesa na ruhaniya, abin mamaki zai zama abin
mamaki, kuma za ka iya jin bakin ciki mai yawa game da
.abin da za ka gano

:Za ku iya lura da jikinsu na kwakwalwa kamar haka
Hankali yana wakiltar kai, ji da motsin rai da jiki, da
kuma nufin hannuwa da kafafu waɗanda duk ba su da kyau,
.marasa lafiya, da kuma nakasassu

Za ku ga cewa wasu suna da karamin kai mai hikima
mara ci gaba, wanda aka dora a kan jiki mai laushi wanda ya
.kumbura da buri na son kai da sha'awa mai ban sha'awa
Haka kuma za ku ga cewa wasu mutane suna da jiki
wanda ba shi da ji da kuzari, duk da cewa suna da hannu
.mai karfi da aiki

Wasu na iya samun babban kwakwalwa mai kirkire-
kirkire, amma tausayinsu da karfin motsin zuciyarsu sun
ragu kuma sun yi rauni. Akwai kuma wani nau'in mutanen da
ke da yanayin jiki da na hankali na yau da kullun, amma
wadanda karfin zuciyarsu da kame kansu ko dai suna da
.rauni ko kuma sun gurgunta

Kuma jerin abubuwan lura suna ci gaba kuma a ranar

!Mayu za ku rayu tsawon rai

Irin wadannan karkatattun tunani marasa adadi a cikin
jikin tunani wadanda ba su da ci gaba a wasu fannoni kuma
sun fi girma a wasu, hakika suna nan - kodayake a boye - a
cikin mutane. Suna haifar musu da ciwon tunani kuma suna
hana su nuna baiwa da iyawarsu kamar yadda ya kamata a
.nuna su

Magance wasu cututtukan tabin hankali a nan na iya
taimakawa wajen gano musabbin dukkan matsalolin ɗan
adam, ta yadda akalla duk wadanda ke fama da su za su san
su, ko da ba su san kansu ba, ta yadda za su iya fahimtar
yanayin wadannan lahani, alamunsu, da kuma shigarsu cikin
ruhi cikin shiru, ta yadda za su iya tunkarar halakar zaman
.lafiya da farin ciki da ke addabarsu
bakin ciki na ruhaniya

Wannan cuta ta yaɗu a tsakanin wadanda ba su da aikin
tunani da jiki a karkashin hujjar cewa suna cikin mawuyacin
hali a cikin al'amuran ruhaniya. Wadannan mutanen da ke
fama da wannan cuta suna yin sakaci da manyan ayyuka da
kananan ayyuka na rayuwa a karkashin sunan bauta wa
Allah, don haka suna buɗe kansu ga Shaiɗan, wanda zai iya
cutar da su sosai. Suna fama da rashin bege da rashin
godiya ga duk wani abu mai amfani ko kyau da ke kewaye
da su. Wannan cuta ce mai yaɗuwa, kuma duk wadanda ke
da burin ruhaniya dole ne su yi taka tsantsan da ita kuma su
'yantar da kansu daga gare ta ta hanyar ci gaba da kiyaye
kuzarinsu da kuma kariyar jikinsu ta hanyar tunani mai kyau,
.kyakkyawan fata, da aiki mai kyau, mai amfani

rashin narkewar abinci a ruhaniya

Wannan yana faruwa ne sakamakon rashin daidaituwa (guzzling), wato, shan kwayoyi masu yawa da aka riga aka yi wa magani a karkashin sunaye masu sheki, kuma aka gabatar da su a cikin nau'in littattafan ruhaniya na bogi da darussa daga "likitocin ruhaniya" waɗanda suka kware a .fannin sihiri da sihiri

Wannan cuta ba wai kawai tana kashe yunwar ruhaniya ta sanin gaskiya ba, har ma tana lalata ikon bambance tsakanin nagarta da mugunta, amfani da cutarwa Wanda yake ci gaba da cin ra'ayoyin tauhidi kuma yana cin duk abin da ya faɗa hannunsa, ba wai kawai zai ci abinci mai yawa ba, har ma zai ci ra'ayoyi masu guba tare da waɗanda ke da amfani, yana jawo wa kansa rashin narkewar .abinci a hankali, don haka mutuwar ruhaniya a hankali

Yin nazari mai yawa da ci gaba da nazari kan ra'ayoyi daban-daban na ruhaniya da falsafa, ba tare da fahimta ko kokarin narkar da su da kuma bincika su ta hanyar gogewa ta mutum don tabbatar da ingancinsu ba, a karshe yana haifar da shakku, rashin kulawa, da rashin amincewa ga .dukkann ka'idodi da dokoki na ruhaniya

Sha'awa da sha'awa

Waɗanda ke fama da wannan cuta suna rayuwa a banza, rayuwa mara ma'ana saboda suna da kuɗi da lokaci da yawa, kuma saboda ba su da manufa da fahimtar rayuwa .yadda ya kamata

Waɗannan mutane sha'awarsu ce ke motsa su; suna yin duk abin da ya zo musu a rai kuma suna faranta musu rai. Suna cika rayuwarsu da littattafai masu rahusa, marasa amfani, fina-finai masu ban sha'awa, da nishaɗi marasa amfani. Ba sa fahimtar cewa suna fama da wannan cuta mai haɗari har sai sun fuskanci babban girgiza ko raunin jijiya - .wato, bayan an gama lalacewar sanyin hankali

Wannan yanayin yana da wani suna: yanke kauna

Mutum ba ya taɓa sanin lokacin da zai buge kuma yana fama da alamunsa masu ban tausayi, kamar rashin bege, rashin haƙuri, damuwa, da rashin haƙuri Mafi muni kuma, sau da yawa yana tsawaitawa, kuma waɗanda abin ya shafa sau da yawa suna sake dawowa cikin sauki, koda kuwa sun .yi imanin sun warke cikin sauri

Ciwon kwakwalwa

Wannan rashin lafiya yana faruwa ne ta hanyar damuwa ta yau da kullun game da duniya. Waɗanda ke fama da ita galibi suna sakaci da amfani da makamin karfinsu don haka suna mika wuya ga tsoronsu na yau da kullun maimakon fuskantar su da karfin hali da kawar da su a lokacin .kuruciyarsu

rashin haɗin kai na tunani

Wadanda wannan cuta ta shafa suna zama masu bin didigin farin ciki. Suna imani da cewa farin ciki yana cikin tara dukiya, samun suna, ko mallakar lafiya ko iko, suna sadaukar da komai—lafiya, kyakkyawan suna, kwanciyar hankali, girmamawa, da mutunci—a kan bagadin burinsu mai zafi. Sun makara, sun fahimci cewa rayuwa mai daidaito ce kawai, wacce ke girmama dokokin yanayi da ka'idodin Allah, kuma tana daidaita ayyuka da natsuwa, za ta iya kawo .farin ciki na gaske da kuma cika manufar rayuwa mai daraja

Waɗanda ke fama da rashin lafiyar alaƙar da ba ta da

kyau suna shagaltuwa da tunanin sha'awa mara iyaka, wanda ke haifar da ra'ayi mara kyau game da rayuwa.

Misali, wani ɗan kasuwa ya sami babban nasara kuma ya tara dukiya, amma kafin ya ji daɗin dukiyarsa, ya sami rauni a cikin juyayi saboda damuwa da tsoro mai yawa, kuma ya .mutu cikin baƙin ciki

Wasu kuma sun yi imanin cewa komai ya halatta domin

cimma burin. Saboda wannan rudanin, sun rasa ainihin manufarsu kuma ba sa iya cimma ko da karamin gamsuwa, koda kuwa suna da waɗannan abubuwan da suke fata,

domin yanayin ɗan adam yana da faɗi kuma yana da fuskoki
da yawa kuma yana buƙatar daidaiton ci gaba a kowane
.mataki

Mannewa ta ruhaniya makaho

Wannan tsattsauran ra'ayi na wasu imani ya samo asali
ne daga manne wa takamaiman ra'ayoyi da ra'ayoyi ba tare
da yin tambaya ko bincika su ba, don haka yana haifar da
fushi da kiyayya ga duk wani ra'ayi na ruhaniya mai kyau ko
tunani mai buɗewa da 'yanci. Wannan kebewa yana haifar
da tawaye ga dokokin Allah, waɗanda ke bayyana a cikin
ingancin tunani, jin daɗin duniya, lafiyar hankali da ta jiki, da
.kauna da girmamawa ga mutane na kowane asali

Koyar da ka'idodin ruhaniya

Saboda cututtukan jiki suna da sauƙin gani, masu zafi,
kuma marasa daɗi, suna karfafa mu mu yi tsayayya da su
sosai, suna sa mu yi koƙarin shawo kansu ta hanyoyi daban-
daban na magani, daga motsa jiki da abinci mai kyau zuwa
magunguna da magunguna daban-daban. Duk da haka,
cututtukan tunani, duk da cewa su ne tushen dukkan ciwo da
tsoro na ɗan adam, ba a hana su ko magance su da
gaggawa ba, kuma ana barin su su haifar da barna da lalata
.a rayuwarmu

Malamai, malaman ilimin motsa jiki, masu wa'azi, masu
gyara, likitoci, da 'yan majalisa za su iya ci gaba da ci gaba
idan suka fara koyo, suna farawa da kansu, sannan su koya
wa wasu hanyoyin da suka dace don haɓaka ɗabi'ar ɗan
adam cikin daidaito da jituwa, daidai da dokokin rayuwa da
ka'idodin rayuwa mai lafiya Wannan shine ingantaccen ilimi
da al'adun ɗan adam da mutane a ko'ina cikin duniya ke
.bukata

Cibiyoyin ilimi suna ganin ba zai yiwu a koyar da
muhimman abubuwa na ruhaniya a makarantun gwamnati
ba saboda ruɗani da ake gani tsakanin waɗannan ka'idodi

da kuma koyarwar addinai daban-daban. Duk da haka, idan wadannan cibiyoyi suka mai da hankali kan ka'idodin zaman lafiya, kauna, hidima, bangaskiya, buɗe zuciya, da kuma karɓar wasu—wadanda suka kasance masu karfi a ruhaniya —kuma suka kirkiro hanyoyin aiki don dasa wadannan ka'idodi a cikin kasa mai albarka ta tunanin yara da rayukansu, za a iya samun mafita mai ma'ana kuma mai karɓuwa ga wannan wahalar da aka yi zato da kuma wadda aka yi zato. Babban kuskure ne a yi watsi da wannan batu .kawai saboda matsalolin da ake fuskanta da shi Yawancin wadanda suka kammala karatun jami'a suna barin jami'a da kawunansu masu nauyi da kumbura daga abubuwan da ke cikin littattafai har da wuya su iya tafiya a kan hanyoyin rayuwa, domin karfin zuciyarsu da kamun kansu sun kusa gurgunta saboda sakaci da rashin amfani da su. Saboda haka, za ka gan su suna yin abin da ba shi da kyau da kuma lalacewa, suna gaggawa cikin rashin daidaiton aure, suna amfani da jima'i ba daidai ba, suna bin kuɗi, kuma suna faɗuwa a ayyukansu saboda ba su koyi yadda ake amfani da wuka mai kaifi na basirarsu da aka inganta a fannin ilimi ba. Sakamakon haka, suna yanke kansu suna .cutar da kansu

Abin mamaki, matasa da yawa suna jin daɗin yin ayyukan da ke kawo musu lahani da wahala. Wasu suna amfani da sata da sauran munanan ayyuka, har ma da laifuka, ba tare da wani katangewa ko hana su ba. Wadanda suka kasa hana yaɗuwar munanan ayyuka a cikin al'umma suna karfafa halayen wasu marasa kyau. Kowane mutum mai lamiri da imani na gaske ya kamata ya zama kyakkyawan misali ga wasu dangane da gaskiya, gaskiya, mutunci, da girmama kai. Makarantu, kwalejoji, jami'o'i, da cibiyoyin zamantakewa ba sa samar da isassun hanyoyin kimiyya don rage laifuka ta hanyar magance tushen abubuwan da ke haifar da su, wadanda galibi ake samu a .cikin tunani

Ya kamata a kuma kafa makarantu na musamman
domin koyar da fasahar rayuwa mai farin ciki da nasara, don
.habaka damar mutum da kuma habaka iyawarsa
Irin waɗannan makarantu za su kasance kamar lambuna
da wuraren shakatawa inda hankalin matasa ke girma da
bunkasa. Dole ne a zaɓi masu ilimi a hankali kuma a
tabbatar da cewa suna da haɗin gwiwar iyaye da al'umma.
Waɗannan makarantu za su taimaka wajen tsara mutane
yadda ya kamata. Dole ne a tuna cewa abincin ruhaniya na
mutum a farkon matakinsa yana kayyade lafiyarsa da ikonsa
na girma daga baya
Hanyoyin horar da hankali da na jiki da ake amfani da su
a makarantun zamani babu shakka suna da amfani, amma
ba su da tushe na ruhaniya Idan ba tare da habaka dabi'a
mai kyau ba, ci gaba ba zai cika ba
Dole ne a koyar da ilimin ci gaban jiki, tunani, da
ruhaniya ga matasa waɗanda hankalinsu har yanzu yana da
taushi da sassauka kuma waɗanda ba a taɓa amfani da
.ikonsu ta wasu hanyoyi ba tukuna
Bayan cikakken horo, d'aliban waɗannan makarantu ya
kamata su yi gwaje-gwaje masu zurfi akai-akai, kuma
takaddun shaidar da aka samu za su kasance lafiya mai
kyau, suna mai kyau, inganci, wadata ta duniya da ta
.ruhaniya, farin ciki, nasara, da kuma amincewa da kai
Za a tantance sakamakon jarrabawar karshe a karshen
wannan tafiya ta duniya bisa ga jimillar nasarorin tunani da
na ruhaniya da takaddun shaida da aka samu a lokacin
.kananan gwaje-gwajen a tsawon rayuwa
Waɗanda suka yi fice a wannan jarrabawa ta karshe,
mafi girma za su sami takaddun shaidar wadatar kai da kuma
.lamiri mai 'yanci, tsarkakakke, da farin ciki
Kuma albarkatu an rubuta su har abada a shafin rai
Ba za a yi amfani da wannan kyautar da ba kasafai ake
samunta ba ta hanyar kwari
Kuma hannun barayi ba zai kai gare shi ba

Ko kuma lokaci zai goge shi
Zai yi aiki a matsayin fasfo
Domin zama memba na girmamawa a cikin Righteous
Group

Ina farin ciki yake?

**Allah, cikin rahamarsa mai girma, ya bamu farin
ciki da wahayinsa**

Kuma yana bamu rayuwa ta gaske

Hikima ta gaskiya

Kuma farin ciki na gaske

**Fahimtar gaskiya tana zuwa ne ta hanyar dukkan
abubuwan da suka faru a rayuwarmu daban-daban**

**Amma ɗaukakar Allah tana bayyana ne kawai a
cikin kwanciyar hankali ta ruhaniya da rai ke fuskanta
da kuma kokarin da hankali ke yi na daidaita da Shi. A
can, muna tsaye fuska da fuska da gaskiya a waje,
rudu suna da karfi sosai, kuma kaɗan ne za su iya
tserewa daga tasirin muhallin waje. Duniya ta ci gaba
da rikitarwa marasa iyaka da gwaje-gwaje marasa
adadi. Muryar Allah tana bayan bayyanar rayuwa,
tana kira gare mu koyaushe kuma tana yi mana
magana daga furanni, nassosi, lamirinmu, da kuma
duk kyawawan abubuwan da ke sa rayuwa ta cancanci
rayuwa.**

**Da zarar mun mai da hankali kan abubuwan waje,
haka nan za mu iya samun ɗaukaka ta ciki; kuma da
zarar mun juya zuwa ciki, da karancin wahalhalun
waje da muke fuskanta. Daidaito ce ta dindindin.
Amma yawancin mutane ba su fahimci wannan
gaskiyar ba saboda tasirin abota ta duniya, al'ummar
da suke rayuwa a ciki, da halaye marasa kyau.
Al'umma tana sa mutum ya nutse cikin al'amuran**

waje, yana hana shi yin tunani game da gaskiya mai zurfi.

Har ma wurare na ruhaniya wasu suna ziyartar su ba tare da sha'awar gaske ta amfana daga yanayinsu mai albarka ba, don haka ba sa samun wani abin lura daga waɗannan ziyarar.

Duk wanda yake son ganin Allah zai same shi a ko'ina. Halayen ɗan adam suna da barna, masu cin nama, kuma masu cin nama; suna lalatawa, suna lalatawa, kuma suna lalatawa. Lokaci ya yi da ɗan adam zai koyi yadda ake farin ciki da gamsuwa da abin da ke da shi. Bai kamata mu so wani abu fiye da abin da ya zo mana ba. Allah mai karimci ne; Ya san abin da muke bukata kuma yana ba da shi a kan lokaci. Wannan ba yana nufin ya kamata mu dogara ga Allah ba tare da yin wani kokari ba. Ba ko kaɗan ba yana nufin ya kamata mu yi iya kokarinmu mu bar sauran ga Allah, wanda ba zai taɓa hana mu abin da muke bukata da abin da muka cancanta ba.

Hanya mafi kyau ta samun farin ciki har abada ita ce jin kasancewar Allah Babban burinmu ya kamata ya zama sanin Allah da kuma kudurin kasancewa tare da shi. Allah ya kamata ya zama na farko a cikin tunaninmu da ji, kuma ya kamata mu yi la'akari da shi ginshiki mafi karfi da karfi a rayuwarmu.

(Don haka ku yi riko da igiyar Allah, ku nemi mafaka a gare shi)

Domin shi ne ginshiki idan duk sauran ginshikai suka gaza ka

Na fahimci cewa manufar rayuwa ita ce sanin Allah. Akwai waɗanda ba za su yarda cewa neman Allah shine babban burin rayuwa ba. Amma babu wanda zai iya musanta cewa manufar rayuwa ita ce samun farin ciki. Kuma ina cewa da cikakken kwarin gwiwa da tabbacin cewa Allah shine babban farin ciki.

Shi ne babban farin ciki. Shi ne cikakken kauna ta duniya. Shi ne farin ciki na har abada wanda ba ya barin rayukan wadanda suka yi daidai da Shi. Don haka me ya sa ba za mu yi kokari mu sami cikakkiyar farin ciki ba? Babu wanda zai iya ba mu. Dole ne mu ci gaba da noma da kuma kula da shi a cikin kanmu. Karfin yanayi yana kokari ba tare da gajiya ba don bai wa mutane jin dadin duniya, amma irin wadannan jin dadi na dan lokaci a karshe suna haifar da nadama, daci, da nadama. Har ma mutumin da ya fi sa'a, wanda ya yi kama da yana da komai, har yanzu ba zai iya zama mai farin ciki da gaske ba. Ba za su dade da gamsuwa da abubuwan duniya ba saboda wadannan abubuwan ba sa kashe kishirwarsu ta gaske ko kuma su gamsar da yunwar ruhaniyarsu.

Dukiya tana ba da kwanciyar hankali na karya da gamsuwa mai jinkiri. Duniya gaba daya tana cikin rudani da rudani, wadanda sha'awar son kai da kwadayi ke haifarwa. Babu wani abu da ke haifar da yaki.

Jarumi na gaske a yakin rayuwa shine wanda ya ci nasara a kansa kuma ya shawo kan sha'awarsa Kudfi, shahara, sha'awa, da duk abin da ya saba wa wannan ka'ida suna cutar da zaman lafiyarmu da farin cikinmu. Idan mutane suka koyi koyaushe su yi tunani game da ainihin dabi'un rayuwa, za su sami farin cikin da suke nema, amma sun kauce daga manufarsu kuma guguwar sha'awar duniya ta dauke su. Na gano cewa babu wata jarabawa da za ta iya karkatar da ni daga hanyar da na zaba kuma na bi don kaina.

Zan iya jan hankalin dubbai da ikon da Allah ya ba ni, amma wannan hanyar za ta yi mini illa. Koma dai mene ne, ba na son jan hankalin dubbai da kuma jan hankalin su. Ina so ne kawai in ga almajirai masu gaskiya da suka dage cikin Allah. Wadanda suke

kaunar Allah za su ji daɗin waɗannan ra'ayoyin, kuma waɗanda himmarsu ta ci gaba za su ji albarkar Allah da kasancewarsa ta hanyar waɗannan koyarwar.

Ba zai yiwu mutum ya yaudari Allah ba, domin yana nan a koyaushe, yana sanin abin da ke cikin tunaninsa da abin da yake so. Lokacin da suka yi watsi da duniya suka kuma yi marmarin jituwa ta ruhaniya, Allah zai zo gare su. Lokacin da wannan sha'awar ta yi tushe a cikin zuciyar wanda ke nemanta, Allah ya zo ga wannan zuciyar ya cika ta da alheri da albarka. Abu ɗaya tilo da ya cancanci rayuwa a kai shi ne a kasance cikin jituwa da Allah da kuma samun yardarsa. Wannan jituwa dole ne ta zama alkawari na har abada da alkawari mara karya (waɗanda suka kiyaye alkawarin Allah kuma ba sa karya ta)

Kowa yana son arziki fiye da wasu Ko da sun same shi, ba sa gamsuwa, suna gano cewa wani yana da wadata. Mutane suna rayuwa cikin ruɗani na wahalar da kansu, waɗanda sha'awarsu ke motsa su. Dole ne mu gamsu da abin da muke da shi. Dukiya ba ta kawo farin ciki ba; maimakon haka, sau da yawa suna kara damuwa, damuwa, da tsoro.

Hanya zuwa ga Allah ita ce hanya mafi sauki kuma mafi sauki, duk da haka kaɗan ne ke tafiya a cikinta duk da yawan al'adu da ka'idodi na addini. Ya fi kyau mu juya zukanmu ga Allah mu roke Shi abin da ya fi kyau kuma mafi ɗorewa a gare mu. A gaskiya, Allah yana jiran mu domin yana son ya nisantar da mu daga mugunta da haɗari. Yana son mu tare da Shi a cikin zukanmu da tunaninmu domin kayan duniya masu arha ba za su iya biyan buƙatar ɗan adam ba ko kuma su cike gurbin ruhaniya da muke ji a cikin zuciyarmu. Allah koyaushe yana magana da mu, amma kaɗan ne ke jin muryarsa. Wannan muryar mai natsuwa sau da

yawa tana nutsar da ita da hayaniya da sha'awa bayyanannu. Amma lokacin da tunani ya kwanta kuma sha'awa ta natsu, muna jin muryar Allah a sarari, duk da cewa shiru ne kuma ta suma. Hakika, Allah yana yin komai don taimaka wa ɗan adam, yana buɗe kofofi da kuma haskaka hanyoyi domin mu ga inda ya kamata mu taka, kada mu yi tuntube ko zamewa. Amma yawancin mutane ba su fahimci wannan gaskiyar ba.

Ba na son mutane su yi tunanin za su iya samun ilimi kawai ta hanyar sauraron wasu ko karanta littattafai. Dole ne su yi amfani da abin da suka karanta da abin da suka ji. Zuwa wuraren ibada ya fi zama a gida da sauraron hirar banza. Amma ko da a wuraren ibada, dole ne mutum ya ji kasancewar Allah a cikin zuciyarsa kuma ya san yadda zai dandana ta. Fuskantar motsin rai da nazari mai ma'ana ba za su iya ba mu ilimin da rayukanmu ke sha'awar samu ba.

Idan muka miƙa kanmu ga Allah muka yi bankwana da sha'awar son kai, kuma lokacin da muka tabbata cewa Allah yana tare da mu koyaushe, yana zaune a cikin rayukanmu kuma yana yi mana wahayi da tunani da ji nagari da daraja, za mu sami farin ciki da 'yanci, kuma za mu shaida fitowar hikima a sararin samaniyar rai

Ka yi tunani! Shekaru da dama daga yanzu, wanzuwarmu za ta zama mafarki, kuma duk abin da muke yi yanzu zai zama wani ɓangare na wannan mafarkin Ko da manyan siffofi na ɗan adam za su zama kawai siffofi na sanin ɗan adam. Amma waɗannan manyan siffofi sun cimma burinsu na ƙarshe saboda sun kai matsayi mafi girma kuma suna raye a cikin ruhu, suna da cikakken sani da sanin duk abin da ke faruwa, domin suna da haɗin kai a cikin sanin Allah Duk wanda ya yi ƙoƙarin daidaita su ta

hanyar tunaninsu da koyarwarsu, ba makawa zai ji kasancewarsu, ya sami albarkarsu, kuma ya san cewa suna cikin haɗin kai da su.

Rayuwa babban mafarki ce Duk da haka, idan ka kalli jikinka yanzu ka gan shi yana da haske da rayuwa, za ka gamsu da gaskiyar wannan mafarkin. Kana tunanin dole ne ka sami wannan ko wancan don ka yi farin ciki. Amma komai yawan buri da ka cika, ba za ka sami farin ciki ta hanyar su ba. Yawan samun mutum, yawan sha'awa. Dole ne a tace sha'awa, kuma a saukaka rayuwa idan mutum yana son rayuwa cikin jin daɗi, kwanciyar hankali, da gamsuwa ta ciki.

Littattafai sun ce mutumin da sha'awarsa ke gudana a ciki koyaushe (zuwa ga ransa) mutum ne mai babban kwanciyar hankali a ciki. A cikin wannan, suna kama da teku, wanda ba ya canzawa ko raguwa, amma yana cike da ruwa wanda ke gudana a cikinta ba tare da bata lokaci ba. Amma mutumin da ya kirkiri ramukan sha'awa a cikin tafki na kwanciyar hankalinsa kuma ya bar ruwa mai mahimmanci ya zube ya bace bai san komai game da kwanciyar hankali na ruhaniya da farin ciki na ciki ba.

Muna buƙatar jagora daga waɗanda suka san Allah, waɗanda ke da ikon yin magana da Shi kuma suna jin kasancewarsa cikin sani Annabawa sun roke mu mu nemi Allah cikin kwanciyar hankali, a cikin kaɗaici na rai inda ruhu mai aminci da farin ciki na ruhaniya mafi girma suke. Malaman Indiya masu haske kuma suna goyon bayan waɗannan ra'ayoyin kuma suna jaddada mahimmancin zurfafa tunani don fahimtar Allahntaka a cikin zurfin rai.

Duk abin da ke wanzuwa girgiza ce kamar rakuman ruwa wanda tunanin Allah ke jagoranta. Wannan girgizar mai hankali ita ce Ruhu Mai Tsarki,

ko kuma Ruhu mai aminci, wanda mutum zai iya sadarwa da shi ta hanyar addu'a da bimbini.

A cikin nutsuwar ranka da kuma cikin zuciyarka mai hankali, soyayyar da ke tsakaninka da Allah Mai Iko Duk da Mara iyaka ba ta da iyaka. Amma yana da wuya a sami Allah idan muka fara neman kuɗi. Dole ne mu sanya Allah ya zama muhimmin ɓangare na rayuwarmu, sannan za mu sami duk abin da muke bukata a wannan rayuwar. Duk wanda ya sanya Allah ya zama wurin zama na dindindin a cikin zuciyarsa, Allah zai ba shi rabo mai yawa na albarkar duniya da sama, ya kuma buɗe musu manyan sararin samaniya inda ranakun hikima ke haskakawa, yana haskaka hanyoyinsu da kuma kawar da duhun da ke kewaye da su. Allah shi ne mai kauna har abada, kuma babu farin ciki ga ɗan adam sai lokacin da suke kaunar Allah kamar yadda suke kauna - akalla - kaunattattunsu mafi kauna, domin ba tare da Allah ba, da ba mu san ainihin kauna ba, kuma ba za mu ɗandana zakinta ba.

Dole ne mu koyi amfani da nufinmu da kuma mai da hankalinmu ga neman Allah da dukkan zukatanmu Ayyukan ɗan adam sha'awa ne ke jagoranta, kuma waɗannan halaye koyaushe suna tilasta mana mu yi abin da ba ma so mu yi. Hakika, mutum makiyinsa ne, ba shi da masaniya game da shi. Bai san yadda zai zauna a natse ba, kuma bai keɓe lokaci ga Allah ba, duk da haka yana son farin ciki da tabbacin shiga Aljanna ba tare da bata lokaci ba. Ba za a iya samun gogewa mai tsarki ta hanyar karanta littattafai, sauraron wa'azi, ko yin ayyukan alheri ba. Babu shakka waɗannan duk suna da amfani, amma ba su isa ba. Isa ga Allah yana buƙatar mai da hankali sosai da tunani mai zurfi.

Dole ne mu fara neman yardar Allah. Ba za mu iya faranta wa kowa rai ba, domin hakan ba zai yiwu ba. Ina kokarin kada in bata wa kowa rai. Ina yin abin da zan iya, kuma shi ne abin da zan iya yi. Manufara ɗaya tilo ita ce in faranta wa Allah rai. Ina amfani da hannuwana don yin addu'a a gabansa cikin tawali'u, kafafuna don nemansa a ko'ina, da kuma tunanina don tunaninsa da kuma yin tunani game da al'ajibainsa. Dole ne Allah ya kasance a matsayi na farko a cikin zukanmu domin mu iya dandana Shi a matsayin zaman lafiya, kauna, fahimta, kirki, tausayi, da hikima. Wannan, ba wani abu ba, shine abin da na zo don shaida muku kuma in yi muku magana game da shi.

Baya ga tunani, ya kamata mutum ya kasance mai kyakkyawar alaƙa da mutane, bai kamata mu bi mutane ba, sai dai mu bi Allah. Idan ka sami fa'ida a cikin waɗannan tunanin, ka ɗauke shi a matsayin albarka daga Allah, domin duk yabo naSa ne, ka raba su da wasu domin su sami abin da ka samu a cikinsu (Kuma game da falalar Ubangijinka, ka yi magana a kai) Kuma kada ka manta da taimaka wa wani kowace rana gwargwadon iyawarka. Muddin ina da kuɗi a aljihuna, ba zan daina bayarwa ba, domin tushena mai karewa kuma mai gudana koyaushe shine Allah.

A karshe, dole ne mu san Allah kamar yadda manyan mutane suka sani. Wannan yana yiwuwa ta hanyar tunani da kokarin kanmu.

Wata rana, ina tafiya a wajen gidan ibada, ina tunanin babban malamina, Sri Yuktiswar, wanda ya rasu shekaru da yawa kafin na ji wani babban sha'awa a gare shi kuma ina bakin ciki cewa bai kasance tare da ni don jin daɗin kyawun da yanayin gidan ibada ba. Nan da nan, ya bayyana a gare ni daga sama ya

ce, "Kana tsammanin kai kadai ne ke jin dadin wannan kyakkyawan wuri? Ina jin dadinsa kamar kai!"

Mai neman hadin kai da Allah dole ne ya yi kokari ta hanyar yin bimbini da kaunarsa a kullum, da kuma fadada wannan kaunar ga kowa. Wannan ita ce hanya daya tilo ta kawar da rikici Hadin kai na ruhaniya yana da mahimmanci Ba tare da ainihin ruhaniya ba, babu farin ciki na mutum daya ko na duniya.

Farin ciki yana fitowa ne daga jin kusanci da Allah Dan Adam ya daure kansa a bayan sandunan jahilci, kuma lokaci ya yi da za a 'yanta kansa daga wannan gidan yari mai wulakanci. Dole ne a juya hankali zuwa ga Allah koyaushe, komai yanayin, sannan za ku ji dadin kwanciyar hankali da farin ciki mai girma.

Wadanda ke sha'awar Allah kuma suka sadaukar da rayuwarsu gaSa, suna karfafa junansu da kuma wayar da kan junansu, kuma suna tunawa da Allah a koyaushe, su ne masu farin ciki a wannan duniya kuma masu cin nasara a cikin ni'imar Lahira.

Salam alaikum barka da warhaka

Labulen zai tashi ya share ya tafi

Kowannenmu an halicce shi cikin siffar Allah Mun fito ne

daga Ruhunsa na Allah, kuma ainihinsa yana zaune a cikinmu cikin dukkan tsarkinsa, daukakarsa, da kuma ni'ima mafi girma. Wannan gado mai tsarki sansanin soja ne da ba za a iya kwacewa ba. Domin mutum ya la'anci kansa a matsayin mai zunubi, yana bin hanyoyin zunubi, yana daya daga cikin manyan zunubai. Domin ta yin hakan, suna la'antar kansu ga rashin taimako, yanke kauna, da rashin iya tashi da hawa. Gaskiya ne cewa mutum zai iya aikata ayyuka da suka saba wa dokokin halitta da na Allah, amma dole ne su canza hanya nan take su juya zuwa ga hanya

madaidaiciya. A cikin tsattsarkar dabi'arsu, mutum haikali ne
.mai tsarki, kuma Ruhun Allah yana zaune a cikinsu
Dole ne mu rika tunawa cewa Allah yana kaunarmu ba
tare da wani sharaɗi ba. Amma tunda ya ba mu cikakken
zabi na kusantarsa ko kuma mu juya baya gare shi, yana jira
.mu bayyana sha'awarmu ga kaunarsa kafin ya zo gare mu
Na taɓa jin muryarsa tana raɗawa yayin bimbini: “Kana
cewa ba na tare da kai, amma ba ka duba ciki ba, ban taɓa
barin ka ko da na ɗan lokaci ba. Shiga haikalin rai kuma za
ka gan ni domin koyaushe ina nan, in karɓe ka in gaishe ka
”.da gaisuwar kaunar Allah
Gaskiya mai zurfi tana da mahimmanci a kan hanyar
ruhaniya. A cikin tsarki da gaskiya, alfijir na rai yana
.bayyana

Hikimar ɗan adam ba komai ba ce idan aka kwatanta ta
da Allah. Hanya ɗaya tilo da za mu iya kusantarsa ita ce ta
.hanyar ba shi irin wannan kaunar da yake ba mu
Kowa zai sami ceto daga karshe, amma waɗanda suka
faɗi a hanya za su faɗa cikin ramin rashin kulawa Rashin
nuna damuwa yana hana mu fahimtar mahimmancin neman
Allah a yanzu, a wannan lokacin Duniyar mu mai girma, tana
shawagi a sararin samaniya, da kuma asalin ɗan adam
ɗinmu, ba a ba mu mu yi shekaru kaɗan a nan ba sannan
mu bace cikin komai. Maimakon haka, an yi mana nufin mu
yi tunani sosai mu fahimci asirin rayuwa. Rayuwa ba tare da
fahimtar manufar rayuwa ba wauta ce, wauta ce, kuma bata
lokaci. Sirrin rayuwa ya kewaye mu a kowane gefe, kuma
.Allah ya ba mu hankali don nemo mafita
A cikin neman soyayya mai ɗorewa da nake yi, na
fahimci cewa Allah yana kaunata ta kowace hanya da ake
iya tunani, Yana kaunata a matsayin uwa, uba, da aboki
Na nemi wannan aboki na har abada fiye da dukkan
,abokai

Kuma game da wannan babban masoyin da nake gani
yanzu yana haskakawa a kowace irin fuska da fuska mai
kauna Wannan abokin Allah bai taɓa bani kunya ba, kuma
bai taɓa bani kunya ba

Allah ne ke bayan duk abin da ke wanzuwa. Ya kamata
mu girmama iyayenmu mu kuma yi musu alheri, amma dole
ne mu kaunaci Allah da dukkan zukatanmu da rayukanmu.
Dole ne mu fahimci muhimmancin muhimmiyar alaƙa da Shi,
.ba tare da ɓata lokaci ba

Idan muka yi barci, ba mu san ko za mu farka ko a'a ba.
Muna barin wannan duniya ɗaya bayan ɗaya. Amma wannan
tunanin bai kamata ya haifar da damuwa ba. Idan muka
mutu, ana kiranmu da a sake haifarmu a duniya, mu fara
.sabuwar rayuwa daga inda muka tsaya a cikin wannan

Ina ganin rayuwa a matsayin samuwar rakuman ruwa da
wargajewa a saman teku. Rakuman ɗan adam suna tashi
daga saman teku na allahntaka a lokacin haihuwarsa, kuma
a lokacin mutuwa, suna hutawa a cikin zuciyar Allah. Na
fahimci wannan gaskiyar kuma na san cewa ba zan taɓa
mutuwa da gaske ba, duk da mutuwar jiki. Ko ina hutawa a
cikin teku na ruhun allahntaka ko ina farkawa a cikin jiki na
zahiri, ina ɗaya da teku na sararin samaniya. Ba za a iya
samun babban farin ciki a duniya ba. A lokaci guda kuma, ba
mu da buƙatar guduwa cikin daji don neman manufa. Za mu
iya samun Allah a cikin wannan daji na rayuwar yau da
kullun—a cikin zurfin kogon shiru

Mutane na iya yin kurakurai da yawa, amma an ƙera su
cikin siffar ruhun allahntaka Allah ya halicci wannan duniyar
mafarki ta jin daɗin duniya don manufa ɗaya kawai: domin
ɗan adam ya fahimci cewa kawai wasan kwaikwayo ne na
sararin samaniya, ya bar ruɗani, ya kuma kaunaci Allah shi
kaɗai. Wannan ita ce gaskiya, kuma ba za ta iya zama
akasin haka ba. Me ya sa Allah ya halicce mu mu kaunaci
'yan uwanmu kawai don mu ga sun rabu da mu ɗaya bayan
ɗaya? Waɗannan abubuwan suna faruwa ne don mu fahimci

cewa Allah ne yake kaunarmu da gaske, fiye da duk
.wadanda muke kauna

Rayuwa jerin hotuna ne masu motsi, amma wannan
gaskiyar tana da wuyar fahimta domin rudu suna kama da
na gaske kuma gaskiya suna kama da rudu. Duniya tana
ɓacewa daga saninmu kowace dare yayin da muke barci,
watakila don mu fahimci cewa sararin samaniya na zahiri ba
.na gaske ba ne

Wannan darasin barci bai zo don ya tsoratar da mu ba,
sai dai don ya sa mu yi sha'awar gaskiyar Allah. Babu abin
da zai gamsar da rai sai Allah da kaunarsa. Ruhun Allah
gaskiya ce marar misaltuwa. Babu wani abu kamar ba
gaskiya ba ne, kuma abin da yake na gaskiya ba zai iya
zama ba gaskiya ba. Masu hikima sun fahimci wannan
.gaskiya mai haske

Shekaru da yawa na rayuwarmu sun shude, kuma
shekaru, makonni, kwanaki, da sa'o'i ne kawai suka rage. Me
yasa muke ɓatar da lokaci akan abubuwan da ba su da
amfani? Ya kamata mu yi sha'awar mu haɗu da Allah dare
da rana, kuma mu kasance da gaskiya a cikin wannan
sha'awar kafin lokacin da aka kayyade na rayuwa ya kare
kuma mu bar wannan duniyar ba tare da yin wani abu mai
.mahimmanci ba

A daidai lokacin, na ga babban hasken Allah yana
lulluɓe dukkan halittu. Abin farin ciki mai girma! Wannan
!abin mamaki ne

Ya Allahna, ina gode maka kuma ina yi maka sujada
saboda waɗannan ni'imomin da yawa na jin kasancewarka
Albarka ga kowa ta wannan hanyar, domin mu fahimci
cewa Kai ne gaskiya ta karshe a duniya kuma Kai ne babban
.burinmu, wanda babu wani buri da ya wuce haka
Dole ne mu kaunace Shi kuma mu yi masa magana a
kowane dakika na rayuwarmu—a wurin aiki da kuma a
hutawa, a cikin motsi da natsuwa—da addu'a mai zurfi da
kuma sha'awar da ke konewa. Sannan za mu ga labulen

mafarki yana tashi ya bace. Allah yana tare da mu a kowane lokaci na rayuwarmu. Waɗanda suka yi tunani kuma suka daidaita da Shi suna ganin Shi a cikin kyawun furanni, da kuma kyawawan rayuka, da kuma kyawawan motsin rai, da kuma kyawawan mafarkai. A karshe, zai fito daga bayan :mayafin da ke da kauri ya ce wa duk mai neman gaskiya Mun daɗe muna rabuwa saboda ina so ka ba ni"

ƙaunarka da son rai, na halicce ka cikin kamannina, kuma na jira har sai ka yi amfani da 'yancinka ka ba ni ƙaunarka da ".yardar kanka

Dole ne mu roki Allah ya ba mu kyautar ƙaunarsa ta har abada, amma wa zai iya samun wannan Allah mai ƙauna ba tare da ƙoƙari ba? Idan ka yi ƙoƙari kashi 25 cikin 100 na ƙoƙarin, sauran ya rage ga Allah da jagoran ruhaniyarka, ban roki komai a gare ni ba, domin duk yabo na Allah ne, tushen dukkan alheri da alheri. Allah ya raka ka, saninsa ya kasance tare da kai, kuma ka ga yalwar kasancewarsa a cikinka da .kewaye da kai

Allah ba ya amsa mana nan take domin muna jinkirin nuna yadda muke sonSa. Bai kamata mu ji tsoron kusantarSa ba, sai dai mu ɗauke Shi namu, ƙaunataccenmu, mu kuma neme Shi ba tare da ɓata lokaci ba da tunaninmu, ayyukanmu, zukanmu, da tunaninmu, kuma za mu same Shi mafi girman mafaka ta tsaro da zaman lafiya a wannan .rayuwa

Ya Ubangiji, ina ba ka wannan tarin kyawawan rayuka, domin su ƙawata haikalin kasancewarka. Ka raka waɗannan rayuka, waɗanda su ne iyalinka da ƙaunatattunka. Muna rera sunanka mai albarka. Ka wargaza duhun jahilci da haskenka mai tsarki. Ka kore duhun daga zukanmu da hasken kasancewarka mai haske, mara iyaka. Mu naka ne, duk abin da muke ciki. Ka bayyana mana kanka, Ya Ubangijin Girma da Falala. Ka albarkaci kowannenmu. Ka karɓi raɗaɗɗen tunaninmu na sha'awa da bugun zuciyarmu na ƙauna. Gare ka muna ba da dukkan ƙauna, girmamawa,

da bege, domin kai ne Masoyinmu kuma duk abin da muke
.da shi a cikin wannan duniyar

Albarkace mu da alherinka Ka rushe ganuwar sha'awa

da ta raba mu da Kai Ka zama Sarki mai tsarki da ke kan
dukkun burinmu Ka haskaka darajarka a cikin fadin duniya
Ka albarkace mu duka Ka cika mu da kamshin kasancewarka
Ka kuma sa mu kara fahimtar cewa koyaushe kana tare da
mu, Kana tare da mu yanzu, Kuma Za Ka kasance tare da
mu har abada

Muna gode maka saboda alheri da kaunar da ka yi wa
mabiyanka masu himma waɗanda ke sha'awar kusancinka
kuma suna jiran kasancewarka. Muna fatan da'irar
almajiranka za ta karu domin mu yi bikin kasancewarka mai
.albarka da kuma farin ciki da kusancinka

Allah ya albarkace mu domin mu buɗe zukanmu ga
junanmu mu kuma tsarkake niyyarmu, domin mu cancanci
kariya da kulawarku Bayyana kanku, a ciki da waje Ku haɗa
mu duka, kuma a cikin hasken wannan haɗin kai, bari mu
.gane wanzuwarku ta musamman

Da gaskiyar zukanmu da haɗin kai da kuma sha'awar
rayukanmu masu jituwa, muna yin sujada a gabanka, muna
neman taimakonka, shiriyarka, da kuma sanin kasancewarka
.a cikin rayukanmu akai-akai

Bari wutar soyayya ta har abada ta yi haske a cikin
zukanmu, kuma mu ji kusancinka gare mu yanzu da har
!abada, Ya Ubangijinmu, Ya Masoyinmu

Babban sha'awa da kwayoyin tunani

**Girman Allah Mai Girma Shi ne ainihin gaskiya
kuma ana iya samunsa a wannan rayuwar A cikin
zukan mutane akwai addu'o'i da roko da yawa: don
kufi, shahara, lafiya—addu'o'i iri-iri Amma addu'ar da
ya kamata ta zama ta farko a kowace zuciya ita ce jin
kasancewar Allah Yayin da muke tafiya cikin hanyoyin
rayuwa cikin shiru da tabbaci, dole ne mu fahimci**

cewa Allah shine babban burin da zai iya gamsar da mu kuma ya cika mana burinmu, domin a wurin Allah ne amsar kowace sha'awar zuciya take.

Idan ba za ka iya cika buri ta hanyar kokarinka ba, sai ka koma ga Allah cikin addu'a. Don haka, kowace addu'a da ka yi tana bayyana wani boyayyen sha'awa a cikinka. Amma idan ka sami Allah, dukkan buri za su shuƙe, kuma dukkan buri za su cika.

Sha'awar duniya ta samo asali ne daga rashin fahimta game da manufar rayuwa Wannan duniya ba gidanmu na gaskiya ba ne Littattafai suna gaya mana cewa mu na Allah ne, an halicce mu cikin siffarsa, kuma nufinsa shine mu koma ga asalin Allah Abin da ɗan adam ya kasa fahimta shi ne cewa sai dai idan ya koma ga tushensa na allahntaka, za a tilasta masa ya yi gwagwarmaya don cika sha'awa marasa adadi Ka yi tunanin hakan! Gaskiya ne cewa mutane ba za su iya taimakawa ba sai dai su sami sha'awa, kuma babu laifi a samun su Duk da haka, yawancin sha'awar ɗan adam suna hana cikas burin karshe na komawa ga Allah. Don haka, suna cutar da farin cikin ɗan adam. Sai dai idan ɗan adam yana son Allah kuma ya same shi, zai ci gaba da konewa da sha'awar duk abin da yake tunanin zai kawo masa farin ciki. Amma cikar duk sha'awa nan take yana zuwa ga waɗanda suka sami Allah.

Akwai nau'ikan sha'awa guda biyu: waɗanda ke taimaka mana mu sami Allah, da kuma waɗanda ke hana mu nemansa. Misali, idan wani ya yi maka laifi, za ka iya jin sha'awar ɗaukar fansa. Duk da haka, idan ka shawo kan wannan sha'awar ta hanyar amfani da mafi girman iko na kauna, za ka yi amfani da kayan aikin da zai taimaka maka ka sami Allah. Ya kamata a cika dukkan sha'awa ta hanya mai kyau, domin idan aka cika su ta hanyar duniya, sha'awa za ta karu, tare

da matsaloli da wahala. Idan muka koyi bayar da duk sha'awarmu ga Allah, zai yi aiki don cika kyawawan sha'awarmu da kuma kawar da waɗanda ke cutar da mu da kuma waɗanda ke lalata mu. Babu wata kariya mafi girma fiye da lamiri mai tsabta, kuma babu wata kariya mafi kyau daga bugun rayuwa fiye da mallakar sha'awa mai daraja da ɗaukaka.

Idan muka fahimci cewa cikakken siffar Allah yana zaune a cikinmu, dukkan burinmu suna cika a cikin wannan sani mai tsarki, wanda ya fi dukkan taskokin duniya da wadata, ba za ka girgiza ba ko da an ba ka duniya gaba ɗaya. Babu yabo da zai sa girman kai a cikinka, kuma ba zai zarge ka ba, domin za ka ɗandani farin cikin Allah a cikin kanka, kuma wannan zai zama mafi muhimmanci a rayuwarka.

Ya kamata mu fara neman jagorancin Allah a kokarinmu na cimma burinmu na halal, kuma wannan ita ce hanya mafi kyau ta samun amsoshin duk addu'o'inmu. Amma dole ne a kawar da addu'a daga addu'a. Dole ne tsohuwar hanyar addu'a ta canza, kuma dole ne mu juya ga Allah da cikakken aminci da imani mara misaltuwa cewa yana jin mu kuma zai biya bukatunmu. Allah ba ya son mu bar nufinmu - ko da lokacin da muka yi addu'a gare shi - domin wannan nufin shine mafi tamani da muka samu daga hannunsa mai kyau, wani hakki mai tsarki da ya nufa a gare mu tun lokacin da aka halicce mu.

A dabi'ance, dole ne mutum ya bambanta tsakanin addu'o'i masu ma'ana da marasa ma'ana da kuma sha'awa. Ka tuna cewa sha'awa iko ce; idan ka manne wa sha'awa—ko mai kyau ne ko mara kyau, mai amfani ko mai cutarwa—ka kuma zauna a kanta dare da rana, daga karshe zai faru. Saboda haka, ya kamata mutum ya yi taka tsantsan kuma ya guji rife

sha'awa masu cutarwa, domin za su cika kuma za su kawo musu babbar illa da bakin ciki mara misaltuwa.

Bayan lokaci, za ku ga cewa duk da cewa sha'awarku ta cika, zuciya'ku ta kasance fanko, kuma za ku fuskanci tawaye na ciki. Ka yi tunanin tsarin narkewar abinci yana da rauni, duk da haka kuna sha'awar abinci mai soyayye. Tabbas, za ku ji zafi duk lokacin da kuka ci su, duk da jin daɗin da kuke ji yayin da kuke jin daɗi. Don haka, za ku ji kamar kun yi kuskure. Hikima tana umurta ta amfani da hankali don bambance tsakanin sha'awa mai kyau da mara kyau, kuma da zarar an cimma wannan, bai kamata a cika waɗannan sha'awa marasa kyau ba. Mutane suna da ikon fahimta na ciki kuma ya kamata su yi amfani da shi koyaushe, suna jagorantar rayuwarsu bisa ga umarnin lamiri, wanda shine muryar Allah.

Sha'awar da ba a cika ba ta daɗe a cikin zuciya. Menene illar da ke tattare da riƙe su a can? Ga amsar:

Kowace sha'awa tana kunshe da takamaiman karfi: ko dai nagari ko mugunta, ko duka biyun Lokacin da mutum ya mutu - Allah Ya yi masa rahama - waɗannan karfi ba sa mutuwa duk da rubewar jiki da rubewa. Maimakon haka, suna raka rai duk inda ya je a cikin nau'in kwayoyin ruhaniya masu karfi. Lokacin da aka sake haihuwar mutum a cikin sabon jiki, waɗannan kwayoyin ko allunan sihiri suna bayyana a matsayin halayen ɗabi'a. Don haka, mutumin da ya mutu yana maye yana kawo sha'awar barasa lokacin da aka sake haifa, kuma wannan sha'awar ta ci gaba har sai sun shawo kan sha'awar barasa. Wannan ya shafi wasu abubuwa kuma.

Ko da kananan yara suna nuna halaye da aka samu daga rayuwar da ta gabata Wasu yara suna fama da tsananin fushi Wasu kuma suna da mummunan fushi Tabbas, Allah bai haliƙce su ta

wannan hanyar ba sha'awar da ba a cika ba daga rayuwar da ta gabata ta tsara waɗannan halaye na tunani, kuma saboda su, rai yana kama da wani abu mai ban mamaki, duk da cewa an haliƙƙe shi cikin siffar Allah tsantsa. Idan siffar Allah ta lalace a cikin mutum a wannan rayuwar, ko ta hanyar fushi, tsoro, ko sha'awa, kuma ba a shawo kan waɗannan halaye yanzu ba, to za a sake haifar su da su (ko kuma za a sake haifar su da su), suna ɗaukar nauyin waɗannan halaye masu ban tausayi har sai sun shawo kansu a cikin wannan ko kuma nan gaba. Babu hanyar tsira daga gare su har sai an shawo kansu.

Saboda haka, ya fi kyau a cika dukkan bukatu yanzu ko a shawo kansu

Hanya mafi kyau ta kawar da irin waɗannan sha'awa har abada ita ce ta hanyar jin daɗin Allah mafi girma In ba haka ba, waɗannan sha'awar da aka danne da kuma sha'awar da ba a cika ba za su mamaye rai kuma su azabtar da shi.

Dole ne mutum ya fahimci, ta hanyar fahimta da hikima, cewa Allah kaɗai ne ke iya bayar da farin ciki mai tsarki da ɗorewa

A mafi yawan lokuta, sha'awa tana boye a cikin rashin sani. Za ka iya tunanin sun bace, amma ba su bace ba; wannan ɗaya ne daga cikin sirrin rayuwa, wanda shi kansa babban asiri ne.

Amma asirin yana bacewa lokacin da muka yi nazarin rayuwa muka yi tunani game da ma'anarta. Idan za ka zauna shiru na ɗan lokaci kowace rana ka binciki kanka, za ka ga kana da sha'awa da yawa da ba a cika ba. Waɗannan sha'awa suna kama da kwayoyin cuta masu kisa da mutum ke ɗauke da su duk inda ya je, a wannan rayuwa da kuma a nan gaba.

Hanya mafi kyau ita ce a gano - ta hanyar zaɓi mai kyau - sha'awar da ke cutarwa a wannan rayuwar

kuma a mai da hankali kan cimma kyawawan sha'awarka. Idan ka ji sha'awar kashe kanka ko yin wani abu mara kyau, dole ne ka kore wannan sha'awar yanzu. Ka gamsu da kanka, a cikin tunani da aiki, cewa kana da wal'kiyar allahntaka a cikin ranka, kuma ka tuna cewa an hali'cce ka cikin siffar Mai Iko Dukka, don haka kana da ikon wuce yanayin jiki da halaye na jiki.

Kada ka shagaltu da jin da'fi kuma ka nisanta kanka daga sha'awa, kuma za ka yi nasara a yakin rayuwa. Idan kana fama da ciwo mai tsanani, ka yi iya kokarinka don ka nisanta kanka daga sanin jiki. Ta hanyar fahimta, za ka iya shawo kan hankula. Fahimtar hikima ita ce wutar da ke kone sha'awa mai cutarwa da sha'awa mai lalata, tana mai da su toka.

Al'ada ce ta gama gari ga mutane su adana tsofaffin abubuwa, da suka tsufa, da kuma waɗanda ba su da amfani a wani kusurwar gida, sannan su tsaftace gidan lokaci zuwa lokaci. Hakazalika, a kusurwar zuciyarka akwai sha'awa da yawa da ke haifar da lahani a boye, wanda zai iya haifar maka da babbar matsala wata rana idan ba ka magance su yadda ya kamata ba.

Binciken kai yana da matukar muhimmanci a kan hanyar ruhaniya. Kuna iya zama masu kiyayya, masu fushi, ko masu saurin fushi. Idan haka ne, waɗannan halaye da aka adana a cikin tunanin ku sakamakon ayyukanku na baya ne. Don share tunanin ku daga wannan kayan daki da suka tsufa, dole ne ku fara da ayyuka masu kyau, masu ginawa da kuma gina kauna ga wasu. Yawan kaunar mutane, yawan kaunar su za su kara kaunar ku, kuma za ku ji kaunarsu. Amma idan kun sukar su, har ma da kanku, za su ji wannan sukar kuma su mayar muku da ita a hankali!

A ce tsohon makiyi ya mutu, amma har yanzu kana rike da kiyayya da kiyayya a gare shi. Za ka sha wahala sakamakon wannan dacin rai, kuma illolinsa za su bayyana a jikinka da tunaninka. Ya fi kyau ka yafe masa saboda Allah, domin ta yin haka, za ka 'yantar da kanka daga mugun sha'awar daukar fansa da ke lalata kwanciyar hankalinka da kuma wargaza natsuwarka. Tattara kiyayya a kan kiyayya, ko mayar da martani ga kiyayya da kiyayya, ba wai kawai yana kara kiyayya ga makiyinka a gare ka ba, har ma yana lalata jikinka da motsin zuciyarka sakamakon haka. Don haka ka yafe da kyakkyawar gafara.

Lokaci zuwa lokaci, dole ne mutum ya bar komai a baya don ya kadaita da kansa, domin ya yi tunani kan manufar rayuwa. Yawancin mutane suna cikin mawuyacin hali na al'adu da salon rayuwa. A zahiri, ba su taɓa rayuwa ta kansu ba, sai dai rayuwar duniya. Menene suka cimma, kuma a ina suka kare?

Saboda haka, yana da kyau mutum ya rika cire kansa daga damuwa da "ayyukan da ke kansa" a kullum domin ya kwantar da hankalinsa ya kuma yi kokarin fahimtar ainihin manufarsa da kuma tantance burin da yake son cimmawa.

Ka tuna cewa babbar shaidar da za ka iya samu ita ce ta lamirinka: muryar da ba ta kuskure ba kuma marar kuskure ta ranka Abin da lamirinka ke gaya
maka shi ne wanene kai da gaske, ba tare da ado ko boye sirri ba

Ka yi tunanin ikon Yesu Kiristi wanda ya ce, "Ya Uba, ka yi musu gafara, gama ba su san yadda za su yi abin da ba su sani ba"

Kuma ka yi tunanin babban Annabin da ya ce: "Ba zan gaya maka abin da ke daga darajar mutum ba?" Suka ce: "Eh, ya Manzon Allah" Ya ce: "Ka yi hakuri da wanda ba shi da ilimi a gare ka, ka ba wanda ya hana

ka, ka ci gaba da dangantaka da wanda ya yanke zumunci da kai, kuma ka yafe wa wanda ya zalunce ka"

Sauraron muryar lamirinka mai haske zai kawo haske ga hanyarka da albarka ga rayuwarka. Idan ka ji wani babban sha'awa a zuciya na cika wata buri, yi amfani da basirarka ka tambayi kanka: "Shin sha'awa ce mai kyau ko mara kyau da nake neman cikawa?"

Abubuwa da yawa suna kara rura wutar sha'awar dan adam Idan wani ya ga sabuwar mota mai kira, yana son mallakar irinta. Idan ya ga sabuwar mota mai salo, yana son mallakar irinta. Sabuwar salon sutura ya zama ruwan dare, kuma mutane suna sha'awar siye da sanya irin wannan salon!

Daga ina sha'awa take fitowa? Na shafe sa'o'i ina tunani a kan wannan. Za ka iya rarraba dukkan sha'awarka? Na sami damar daidaita su duka kuma na kiyaye nagartattun abubuwa kawai. Kuma lokacin da na sami zumunci na Allah, na gano cewa duk kyawawan sha'awata sun cika a lokaci guda. Yau kana sha'awar wani abu, gobe kuma ranka yana sha'awar wani abu daban. Zuciya, wadda ta fito daga Allah Madaukaki, ba za ta iya gamsuwa da kayan duniya ba, kuma ba za ta taɓa kasancewa ba, domin, abokina kaunatacce, ka rasa taska mafi daraja da daraja ta ranka, wanda shi kafai yake da ikon biyan bukatarka da kuma cika burinka. Wannan taska da ta face Allah ne.

Gaskiya ne cewa akwai wasu kyawawan sha'awa ko kuma wadanda suka zama dole, kuma ya kamata ka yi aiki don cika su. Amma yayin da kake kokarin cika kananan sha'awarka, kar ka manta da farko ka cika babban sha'awarka ga Allah. Yancin cewa dole ne a fara cika kananan sha'awa da ayyuka mafarki ne da

yaudara. Har yanzu ina tunawa a farkon tafiyar ruhaniya ta cewa ni mai jinkiri ne kuma ban yi bimbini akai-akai ba, duk da cewa na ci gaba da gaya wa kaina cewa zan samar da lokaci don hakan. Shekara guda ta wuce haka kafin na fahimci cewa ban cika abin da na yi wa kaina alkawari ba, nan da nan na yi alkawarin cewa abu na farko da zan yi da safe shi ne wankewa sannan in yi bimbini a kan Allah. Ayyuka na yau da kullun suna da yawa a wannan lokacin, kuma ba shi da sauki in tsere musu, ko da na ɗan lokaci kaɗan. Saboda haka, na yanke shawarar yin ayyukan ruhaniya na farko. Don haka, na koyi babban darasi: aikina ga Allah ne ya fara, kuma sai kawai in kula da wasu ayyuka marasa mahimmanci.

Me yasa Allah zai buɗe kofofin har abada ga ɗan adam idan ɗan adam ya fifita wasu ayyuka da la'akari fiye da Allah? Allah ya sanya fikafikan ruhaniya a cikinmu kuma yana tsammanin mu tashi sama a cikin sararin ruhu. Waɗannan fikafikan su ne sha'awar ruhaniyarmu, tunaninmu masu girma, da kuma sha'awarmu ta gaske ga tushenmu na allahntaka.

Bari mu fara neman Allah. Ba shi da kyau a ba da muhimmanci ga ayyukan duniya, domin Azrael zai iya kiran rai a kowane lokaci, sannan duk ayyuka, alkawura, damuwa, da wajibai za su kare kuma su kare har abada. Don haka me yasa za a manne wa rayuwa sosai?

Mutum yana tunanin cewa yana jin daɗin tsaro da kwanciyar hankali, sannan kwatsam ya rasa wanda yake kauna, ko ya rasa lafiyarsa ko aikinsa, kuma tsaro da kwanciyar hankali sun lalace!

Yaya kaunar da nake yi wa mahaifiyata ta yi girma! Na yi tunanin za ta kasance tare da ni koyaushe, amma ba zato ba tsammani na gano cewa

ta bar ni tun ina karama! Bai kamata mu ji tsoron mutuwa ba, sai dai mu kasance a shirye don hakan.

Rayuwa ba kamar yadda take ba ce Kada ku dogara da ita, domin tana da sarkakiya, yaudara, kuma cike da takaici da fata da suka lalace Ba za a iya samun kamala a nan ba. Ba na son in ba ku hoton rayuwa mara gaskiya ba. Wannan duniya ba aljanna ba ce. Dakin gwaje-gwaje ne na allahntaka inda Allah yake gwada rayuka don ganin ko za su shawo kan mugayen sha'awa da nagarta, ya kuma sanya Shi—wato, Ya sanya Allah—babbar sha'awarsu, domin su koma mulkinsa.

Rayuwa tana cike da nau'ikan bala'i da barkwanci, bala'o'i da farin ciki. Babban tsari ne, mai canzawa koyaushe, kuma mai cike da siffofi marasa adadi. Babu abubuwa biyu da suka yi kama da juna. Rayuwar kowane mutum ta musamman ce. Kowane mutum yana da siffofi daban-daban, tunani daban-daban, da sha'awa daban-daban. Idan an yi mana gwaji iri ɗaya kowace rana, da mun gaji da gajiya. Ko da Aljanna, idan koyaushe iri ɗaya ce, za mu rasa sha'awarta. Muna son bambancin ra'ayi da bambancin ra'ayi. Ra'ayin gargajiya na Aljanna ba daidai ba ne. Idan da gaske yana da wahala, tsarkaka da tsarkakan bayin Allah za su yi addu'a su koma Duniya don su nishadantar da kansu! Aljanna tana sabunta koyaushe ta hanya mafi dafi, yayin da Duniya sau da yawa ana sabunta ta koyaushe, amma ta hanya mai wahala da rashin dafi.

Duk da haka, duk da cewa rayuwa tana da wahala da wahala, yawancin mutane sun saba da ita, suna ganin babu wata hanyar rayuwa. Ba za su iya kwatanta wannan rayuwar da rayuwar ruhaniya ba, sun kasa fahimtar girman azaba da gajiyyar da ke boye a cikin wannan duniyar.

A gaskiya, rayuwa ba gaskiya ba ce. Kawai nishadi ce, babu wani abu kuma. Kamar yadda ake sake fitar da tsoffin fina-finai akai-akai, haka nan ma tsofaffin abubuwan da suka faru suna maimaita kansu a siffofi daban-daban. Duk da ci gaba mara iyaka na rayuwa, ana sake maimaita jigogi iri ɗaya da aka gabatar a cikin fina-finan da suka gabata. Hakika, tarihi yana maimaita kansa, kuma mutane kayan tarihi ne kawai a cikin gidajen tarihi na lokaci.

Don barin rayuwa ta bayyana abubuwan mamaki, a karɓe su da farin ciki, a yi adalci, da kuma rabuwa, ba tare da motsin rai ya shafe su ba, kamar dai kallon fim. Dariya mai dadɗi magani ne mai kyau ga dukkan cututtukan ɗan adam.

Dole ne ka kusanci rayuwa da sauƙi da kwanciyar hankali. Wannan shine abin da na koya daga malamina. A farkon horon ruhaniya na a cikin gidan ibadarsa, na yi aikina da fuska mai baƙin ciki, ban taɓa yin murmushi ba. Wata rana malamina ya lura da wannan sai ya ce, "Insha Allah, komai lafiya! Kana wurin jana'iza? Ba ka san cewa neman Allah yana nufin boye damuwa da boye dukkan baƙin ciki ba? Kada ka ɗauki rayuwa da muhimmanci haka"

Ya koya mini cewa wajibi ne mutum ya ɗaukaka tunaninsa sama da duk wani abu mai ɗauke da hankali da matsaloli na duniya domin ya sami cikakken 'yanci a wurin Allah.

Dole ne mutum ya kiyaye daidaito a cikin farin ciki da baƙin ciki, riba da asara, nasara da gazawa domin fuskantar kalubalen rayuwa da ƙarfin hali da kwarin gwiwa.

Kiyaye zaman lafiya a cikin zuciya duk da duk abubuwan da suka faru shine hanya mafi kyau ta shawo kan sha'awar yaudara. Wannan shine abin da na koya daga manyan mutane waɗanda rikice-rikicen

lokaci bai shafe su ba, amma sun kasance masu tsayin daka kuma ba sa canzawa har zuwa karshe. Har ma annabawa, lokacin da aka azabtar da su, ba su rasa saninsu mai tsarki ba, kuma ba su bar kowa ya sace kaunar Allah daga gare su ba. Farin ciki na ruhaniya shi kansa kariya ce mai albarka kuma mafi girman sansanin soja a cikin dukkan gwaji da wahala, ku tuna da ni'imomin da Allah ya yi muku. Ranku haikalin Allah ne mai tsarki. Ba za ku bari duhun jahilci ya kazantar da wannan wuri mai tsarki ba. Abin mamaki ne a kasance cikin yanayin wayewar ruhaniya, girmamawa, mutunci, aminci, da kwanciyar hankali! Kada ku ji tsoron komai kuma kada ku fi kowa. Ku ba wa kowa kaunarku. Ku ji kaunar Allah kuma ku ga kasancewarsa a cikin dukkan mutane, kuma ku bar sha'awarku ta kasance kasancewarsa a cikin zuciyarku. Wannan ita ce hanyar rayuwa cikin kwanciyar hankali da natsuwa a cikin wannan duniyar. Amma yana da wuya a dandana wannan gamsuwar kai matuƙar iska mai karfi ta sha'awa tana busawa ta cikin sararin samaniyar zuciya kuma tana girgiza bishiyoyinta da karfi.

Ana tsara sha'awa ta hanyar muhallin mutum. An haife su ne daga fahimtarmu ta ji kuma iyakokin waɗannan fahimta suna iyakance su. Halartar bikin karkara yana cika sha'awar wani abin farin ciki, amma bayan ziyartar wani baje kolin duniya da kuma ganin duk wasu nunin daban-daban, karamin bikin ya rasa kyawunsa da jan hankalinsa. Don haka, dole ne mu fara jin daɗin zumunci da Allah domin mu iya kwatanta wannan farin cikin da karancin jin daɗin duniya. Sannan, sha'awa za ta kasance ta yanayi mafi girma. Sha'awa ba ta da iyaka; da zarar an cika sha'awa ɗaya, sai wani ya maye gurbinsa. Amma lokacin da ka sami Allah, duk sha'awarka za ta cika

"Ku fara neman mulkin Allah da adalcinsa, za a ba ku duk wadannan abubuwa (Kuma abin da ke wurin Allah ya fi kyau kuma ya fi dorewa)" Don haka me zai hana ku fara neman ciki wannan babban sha'awa kuma ku sami mafi kyau da dorewa daga hannun Allah mai karimci?

Idan Allah ya amsa addu'ar mai neman ya san Shi, duk sauran bukatunsa za su cika nan take har abada

Wasu mutane suna tunanin ba su da wani buri!

Na lura da abin da ke faruwa sau da yawa idan mutane suka je kasuwa. Ba za su iya samun takamaiman sha'awar siya ba, amma ba zato ba tsammani wani abu ya kama musu ido kuma suka yi tunanin, "Ee, dole ne in saya!"

Ko da ba su saya nan take ba, yana ci gaba da kasancewa cikin tunaninsu dare da rana har sai sun yi, ko da kuwa dole ne su aro kuɗi. Suna jin dadinsa na ɗan lokaci, amma a hankali sha'awarsa tana shudewa kuma farin cikin mallakarsa yana raguwa, don haka suna son wani abu daban, da sauransu.

Wani lokaci mukan haɗu da wani wanda yake cewa: "Ah, da ace ina da irin wannan kuɗi (ko mota ta musamman ko wurin ninkaya ko ko)" kuma da zarar an cika wannan burin, sai wani sabon sha'awa ya taso.

Sha'awar ɗan adam ba ta cika ba ce, saboda haka ba ta iya cimma cikakkiyar farin ciki ga masu ita ba

Duniya za ta yi kokarin raba hankalinka daga tuna cewa sha'awar da ta dace kawai ita ce neman Allah Amma dole ne ka tunatar da kanka wannan kowace rana Idan mutum ya yanke shawarar daina shan taba, ya daina cin abinci mai yawa, ya daina karya, ko ya daina yaudara, dole ne ya kasance mai kuɗuri a cikin shawararsa kuma kada ya yi kasa a gwiwa Mummunan yanayi yana rage sha'awa kuma yana

raunana niyya, yana kirkirar sha'awar karya a cikin mutum Yana daukar mafi kyawun daga gare su kuma yana ba su mafi munin. Waɗanda ke zaune tare da barayi suna ganin ita ce kawai hanyar rayuwa. Amma hulɗa da mutanen kirki yana jagorantar hankali zuwa ga manyan abubuwa, don haka sha'awar karya ba za ta sake jarabtar mutum ba. Komai a wannan rayuwar yana iya canzawa da canzawa. Amma yan lokutan tunani mai zurfi ko nazari da tunani kan batutuwa na ruhaniya masu tsarki za su zama tushen wahayi, yana daukar mai neman gaskiya a kan tekun yaudara da ruɗani zuwa gaɓar allahntaka inda "babu gajiya da za ta taɓa su a ciki, kuma ba za a kore su daga ciki ba."

(An shirya mafi girman hutu ga waɗanda suka yi aiki tukuru, kuma wanda bai yi kasa a gwiwa ba wajen neman gaskiya ya ci nasara)

Jin daɗi na gaske yana cikin sha'awar Allah da kuma ci gaba da tunaninsa. Da juriya, lokaci yana zuwa da wannan tunanin zai zama mai karfi da rashin tabbas har babu wata matsala ta jiki, ta hankali, ko ta motsin rai da za ta iya karkatar da saninka daga Allah. Shin ba abin mamaki ba ne a rayu da sanin Allah, a yi tunaninsa da kuma jin sa a kowane lokaci, a kuma zauna a cikin mafakar kasancewarsa wadda ba za a iya kusantar ta ba, inda mutuwa ko wani abu ba za ta iya sace kwanciyar hankalinka ba? (Waɗanda suka yi imani kuma zukatansu suka sami natsuwa cikin ambaton Allah. Hakika, cikin ambaton Allah zukata ke samun natsuwa)

Idan ka zama mara kariya daga dukkan sha'awa, za ka ji daɗin kasancewa har abada

Hakika rayuwa abin mamaki ce, domin komai yana iya canzawa. Saboda haka, bai kamata mutum ya sanya jirgin farin ciki a kan yashi mai canzawa na wannan rayuwa ba. Lokacinmu zai shude, kuma abin

da muke gani yanzu zai shude wata rana. Canji abu ne mai karbuwa matukar ba ka bar shi ya cutar da kai ba. Kuma idan ya cutar da kai, rudanin ciki da kake fuskanta sako ne a gare ka da kada ka sha'awar sha'awa. Lokacin da kake cikin aminci cikin ruhun Allah, kana jin daɗin komai ba tare da alaƙa ko dogaro ba. Saboda haka, ƙoƙarin saninsa yana da matukar muhimmanci ga waɗanda suka damu; in ba haka ba, rayuwa za ta zama babban abin takaici, mai murkushe bege ta hanya mai muni.

Lokacin da na dawo Indiya a shekarar 1935, na yi fatan ziyartar wuraren da na fi so tun ina ƙarami, amma da na isa, na ga komai ya canza. An sake tsara yanayin rayuwa ta wata hanya daban. Babban takaici da mamaki sun faru ne lokacin da na ziyarci tsohon gidana a Aykapur, inda nake wasa da kallon tsuntsaye. Itace ɗaya ce kawai ta rage daga cikin duk abin da na tuna. Rayuwa kenan! Abubuwan da na saba da su kuma masu daraja suna zamewa daga ganinmu ɗaya bayan ɗaya. Na shirya don bayar da komai don ganin gidanmu kamar yadda yake a lokacin kuruciyata. Duk da haka, Allah ya cika mini burina, domin daga baya na ga gidan a cikin wahayi, inda muka yi iyo a cikin tafkin, sannan na hau sama, na kwanta a kan gado, na ci mangwaro, kamar yadda na yi shekaru da yawa da suka gabata.

Dole ne a bincika kuma a bincika sha'awa sosai, a tsara ta da kyau, kuma a kiyaye nagartattun abubuwa kawai, kuma kada ma waɗannan kyawawan sha'awa su hana mafi mahimmancin sha'awar Allah.

Wannan sha'awar dole ne ta ci gaba da rayuwa kuma ta ƙone, kuma ba za a bar ta ta shude ko ta mutu ba. Mutum yana cikin babban ruɗani lokacin da ya roki Allah ya cika masa burinsa na duniya amma bai roke shi ya bayyana masa kansa ba. Ka yi tunanin

yaro wanda koyaushe yake buƙatar iyyayensa su biya masa buƙatunsa, in ba haka ba ba ya tambaya game da su ko tunaninsu. Wannan rashin godiya ne da kin kyautatawarsu, kuma a cikin hakan akwai darasi ga waɗanda ke tunani.

Idan aka yi amfani da wannan littafin rai, za a raka mutum da ilimin ruhaniya da aka samu a lokacin zamansa na duniya. Saboda haka, dole ne Allah ya kasance a cikin zuciyar mutum koyaushe, yana kiransa koyaushe kuma ba zai taɓa mantawa da shi ba idan mutum yana da damuwa game da makomar ruhaniya ta mutum. Lokacin da muke cikin zumunci da Allah, za mu ga cewa duk buƙatu suna cika ta hanyar da ba a iya gani ba. Amma dole ne mu nemi Allah da farko. Shi mai karimci ne kuma ya ba mu komai, amma za mu same shi ne kawai lokacin da ba mu gamsu da baiwarSa ba amma muka juya ga Mai bayarwa da kansa. Za mu san Shi matuƙar muna da gaskiya a cikin nemanmu, muna da himma a cikin sha'awarmu ta kusantarSa da kuma fuskantar kasancewarsa mai albarka.

Babban cikas da mutum ke fuskanta shine kansa Idan ya yi koƙarin zama a hankali yana tunani game da al'amuran ruhaniya, tunanin duniya ya taso ba zato ba tsammani, yana ɗauke musu hankali kuma yana hana su cimma burinsu. Dole ne su horar da kansu don sarrafa tunaninsu da jikinsu, kuma ta yin hakan, za su ɗauki aljanna mai ɗaukuwa a cikin ransu A rayuwa ko mutuwa, a sama ko jahannama, wannan babban farin ciki zai raka su.

Dole ne mu yi addu'a ga Allah sosai, muna bayyana babban sha'awarmu, muna rokonsa da harshen zuciya, sha'awar rai, da kuma raɗawar lamiri, domin Ya ji mu ya amsa mana. Amma idan mutum ya yi addu'a da rabin zuciya kuma a lokaci guda yana

tunanin wani abu - wani abu da Allah ya sani ba shine babban abin da wannan mutumin ke damuwa da shi ba - ba zai amsa ba.

Dole ne mu fara samun Allah. Lokaci ya yi yanzu. Bai kamata mu jira ba, domin rudu suna da karfi sosai. Rayuwa tana wucewa da sauri, kuma abin kunya ne mu bar wannan duniyar ba tare da sanin manufar rayuwa ba. Ya kamata mu yi tunani a duk lokacin da muke da ɗan lokaci na hutu. Ko da ba a amsa addu'o'inku da farko ba, kada ku yanke kauna daga rahamar Allah, amma ku ci gaba da roko. Yi addu'a da gaske kuma ku amince cewa za a amsa addu'arku.

Na shaida a rayuwata babbar shaida ta amsa addu'a ta Allah. Amma irin wannan amsa tana buƙatar ƙoƙari, domin babu wani abu mai mahimmanci da zai zo ba tare da ƙoƙari ba. Bimbini yana da mahimmanci don bayyana asirin rayuwa da shiga mulkin Allah.

Mummunan halaye da sauran abubuwan da ke ɗauke da hankali za su yi ƙoƙarin raunana ƙoƙarinka da kuma raunana ƙudurinka. Amma idan kana son farin ciki, ka mayar da tunaninka ga Allah, kuma za ka same shi kusa da kai.

Sha'awar jin daɗin duniya tana haifar da jan hankali mai kama da maganadisu wanda ke jawo mutum zuwa wannan duniyar, rayuwa bayan rayuwa Komawa ga jiki ba lallai bane ga waɗanda suka sami sha'awarsu a wurin Allah Duk lokacin da suka so cika kowace sha'awa, suna tunaninta, kuma tana bayyana a gabansu Mahaifiyata ta bayyana gare ni bayan mutuwarda, kuma na sami kwanciyar hankali da ganinta kuma na gode wa Allah saboda alherinsa. Hakika, Shi ne Mafi Karimci kuma Mafi Jinkai. Yana cika burinmu don nuna kaunarsa da godiyarsa gare

mu lokacin da muka ba shi matsayi na farko a cikin zukanmu.

Idan mutum ya isa ga Allah, sai ya zama shugaban rayuwa da kaddara. Bai kamata mu huta ba har sai lokacin da Allah ya tabbatar da kasancewarsa a rayuwarmu, zai ba mu duk abin da muke sha'awa kuma zai gwada mu.

Jarabawa da cikas a kan hanyar ruhaniya suna da yawa kuma suna da girma, amma yayin da muke wucewa ta waɗannan gwaje-gwajen kuma muka shawo kan waɗannan cikas ɗin, dole ne mu ce: "Ya Ubangiji, Ka amsa addu'ata kuma Ka cika manyan buri na, don haka zuciyata ta zama mai wadata da kasancewarka kuma raina yana haskakawa da haskenka"

Salam alaikum barka da warhaka

Daga maganganun malami Paramhansa

Yogananda

Mutane suna korafi game da ra'ayin barin wasu abubuwa a rayuwa, duk da cewa a zahiri suna barin abubuwa masu daraja da yawa, waɗanda ba karamin abin da ke cikin su ba ne kwanciyar hankali, kuma wani lokacin ma suna sadaukar da kansu don kuɗi, wanda ke iya lalacewa .da asara

Ku mika kanku ga Allah, za ku ga cewa rayuwarku ta zama kamar wata kyakkyawar wakar rawa

Ka mayar da hankalinka daga wannan duniyar zuwa ga fadin mulkin Allah da ke cikinka

A cikin jirgin natsuwa za ku iya tafiya zuwa wannan duniyar da ta wuce mafarkinmu inda maɓuɓɓugar allahntaka .ke gudana ba tare da tsayawa daga zurfin zuciyar da rai ba

Ya Ubangi, ka taimake ni in taka rawar da zan taka a wasan rayuwa ta hanyar da za ta faranta maka rai, ko ni mai rauni ne ko mai karfi, mara lafiya ko mai lafiya, shahararre ko wanda ba a sani ba, mai kudi ko talaka, da sanin cewa kana kaunata kuma ba za ka taɓa yashe ni ba

Ana iya kwace dukiya daga mutum, ko kuma a kwace ta, bayan sun bar wannan duniya, kuma ba za su iya daukar ta tare da su ba. Darajarta ta gaskiya tana cikin kashe ta a kan ayyukan alheri da kuma kawo farin ciki ga kai da wasu .ta hanyar da za ta faranta wa Allah da lamirinsa rai

Wadanda ke tunanin tsaron kansu da jin dadinsu kawai, suna mantawa ko watsi da bukatun wasu, a zahiri suna neman talaucin da wata rana zai zama nasu. Wadanda suka manne wa dukiyarsu maimakon amfani da ita don ayyukan alheri ba sa kawo wa kansu wadata a lahira amma an haife su matalauta, tare da sha'awa da sha'awar masu kudi. Amma wadanda ke raba wadatarsu da wadatarsu da wasu .suna jawo alheri da wadata duk inda suka je

Idan ka ba wa wadanda suka cancanci hakan da son rai, za ka ga cewa Allah yana tare da kai koyaushe kuma ba zai taɓa barin ka ba kuma ba za ka buƙaci komai ba. Bai kamata mu manta cewa rayuwarmu tana ci gaba da wanzuwa kai tsaye daga Allah ba, kuma idan muka fahimci cewa tunaninmu, nufinmu da ayyukanmu duk sun dogara ga Allah kuma suna samun karfinsu daga gare Shi, to za mu sami jagora kai tsaye daga gare Shi kuma za mu fahimci cewa .rayuwarmu ɗaya ce da rayuwarsa marar iyaka

Bimbini yana ba da shaida game da wanzuwar Allah Da zarar rakuman ji sun bace daga tafkin tunani, ni'imar Allah ta fito daga rai Wannan ni'ima ta riga ta wanzu a cikin rai, .amma an lullube ta

Ya Ubangiji, Zan yi amfani da karfin zuciyata da basirata
don cimma kananan abubuwa da farko Sannan zan ci gaba
zuwa manyan nasarori
Ko da an cimma dukkan burin abin duniya, amma yana
ba da farin ciki mara cikawa - kuma ta hanyar neman Allah
zan gano mabubɓugan farin ciki marasa karewa Kuma ba ya
daina gudana da gudana a cikin lambuna da ciyayi na rai
.mai dorewa

Gida: Nasara Square

Idan mutum ya shafe rayuwarsa yana bin wani abu mai
daɗi bayan wani, ba zai taɓa sanin dandanon farin ciki na
gaske ba. Ya kamata mutum ya rayu cikin sauƙi kuma ya
fuskanci rayuwa cikin sauƙi. Yana da kyau mutum ya batar
da lokaci shi kaɗai, yana tunani a kan ayyukansa lokaci zuwa
lokaci, kuma yana yin zaman lafiya na ciki, wanda ke kawo
.waraka, farfaɗowa, da kuma sabunta karfi

Idan abubuwan da ke dauke da hankali suna nan a
koyaushe kuma wasu abubuwan da ke haifar da damuwa
suna mamaye jijiyoyi, jijiyoyi za su sha wahala sakamakon
haka, za a batar da kuzari mai yawa, kuma rai zai ji damuwa
da damuwa Bugu da kari, bai kamata mutum ya damu da
gyara wasu ba; maimakon haka, ya kamata mutum ya gyara
.kansa kafin ya yi kokarin gyara wasu

A sani cewa gida shine babban filin yaƙi. Mutumin da
.yake mala'ika a gidansu zai zama mala'ika a ko'ina
Zakin murya da kwanciyar hankali da dabi'a mai kyau
ke nunawa ana buƙatar su a gida fiye da ko'ina a wani wuri
Kamar yadda duhu ba zai iya kasancewa inda haske ke
haskakawa ba, haka nan duhun cuta dole ne ya bace lokacin
da hasken Allah ke haskakawa a cikin kwayoyin jiki, kuma
kaɗan ne daga cikin waɗanda suka fahimci wannan
.gaskiyar

Idan mutane suka ji sha'awar warkarwa, suna yin addu'a
da zuciya mai wahala Ko kuma suna jin baƙin ciki, suna
tsammanin Allah ba zai saurari addu'o'insu ba Ko kuma suna

yin addu'a amma ba sa jira domin su san ko addu'o'insu sun
.isa ga Allah

Kamar yadda mutum ba zai iya sauraron kiɗan da ake
watsawa ta iska ta amfani da na'urar karɓar sauti mai
matsala ba, haka nan ba zai iya ɗaukar motsin lafiya, karfi,
da hikima da ke fitowa daga Allah ba tare da na'urar sihiri da
ke aiki da tsoro, damuwa, da kowane irin damuwa, shakku,
.da rashin tabbas

Bari mu tuna kuma mu gode maka, ya Ubangiji, a
lokacin bukata da wadata, a lokacin rashin lafiya da lafiya, a
cikin duhu da haske, da kuma a cikin dukkan yanayi. Bari mu
tuna da godiya kwanakin lafiya da ka ba mu. Ka taimake mu
mu buɗe idanun imani domin mu ga haskenka mai albarka,
.wanda ke warkar da dukkan cututtuka da cututtuka
Ni ne kyafin ɗin jirgina na tunani mai kyau, niyyata mai
kyau, da kuma ayyukana masu amfani, zan jagoranci jirgin
rayuwata, koyaushe ina mai da hankali kan duniyar salama
.mai haske a sararin zurfin tunani na

Zan yi amfani da dabarun tunani na na kirkire-kirkire
don cimma nasara a duk abin da nake yi Allah zai taimake ni
idan ni ma na yi koƙarin taimaka wa kaina
A yau zan noma gonar rayuwa da sabon koƙari in shuka
ta da irin hikima, lafiya, gamsuwa, da farin ciki. Zan shayar
da iri da imani da amincewa da kai, kuma zan jira alherin
Allah ya ba ni girbi mai adalci. Ko da ban girbe amfanin gona
da ake tsammani ba, zan ci gaba da godiya da godiya ga
.kwanciyar hankali da ke zuwa daga koƙarin yin iya koƙarina
Zan gode wa Allah da ya bani damar ci gaba da koƙari
har sai na yi nasara, da yardarSa. Kuma zan gode masa idan
na cimma burin zuciyata mafi girma. Zan yi koƙari kawai in
.yi ayyuka masu daraja da daraja, ina neman yardar Allah
Duniya tana cike da guguwar halitta da ta ɗan adam,
kuma Allah shine garkuwa mai karfi da mafaka daga
guguwa, guguwa, da muguntar wannan duniyar. Duk inda
Allah yake, babu tsoro ko baƙin ciki Mumini na gaskiya yana

tsaye da karfi da alfahari a yakin rayuwa da gwagwarmayar abubuwan da suka faru, yana da tabbacin cewa Allah yana tare da shi, yana kare shi daga cutarwa kuma ba ya barinsa ko da na ɗan lokaci. Don haka, tsoro yana ɓacewa daga zuciyarsa kuma tabbas yana kamawa, kariya ce da ba za a .iya sanya ta ba

Rashin tsoro yana nufin samun imani da Allah da kariyarSa, da kuma samun imani da adalcinsa, hikimarsa, .rahamarsa, kaunarsa, da kuma kasancewarsa a ko'ina

Tsoro yana hana mutum karfin tunaninsa, yana boye hankalinsa, kuma yana lalata tsarin zuciyarsa na halitta. Bugu da kari, tsoro na iya haifar da rikice-rikice na jiki da cututtukan tunani. Maimakon ya fadawa cikin damuwa da ɗaurewar hankali, ya kamata mutum ya tabbatar da kansa cewa yana cikin aminci a cikin kariyar Allah, Mai gani, Mai ji, mai tsaro a cikin sansaninsa mai karfi, kuma rahama da .kulawarsa sun kewaye shi

Ko a cikin dajin Afirka, a fagen daga, yana fama da rashin lafiya ko talauci, dole ne mutum ya shawo kan kansa cewa hannun Allah ya fi kowace haɗari karfi kuma yana iya kare waɗanda ke neman mafaka a gare Shi. Babu wata hanyar kariya mafi inganci. Tabbas, dole ne mutum ya yi amfani da hankali wajen magance abubuwan da suka faru yayin da yake da cikakken imani da taimakon Allah. Imani ba ya nufin yin sakaci ko yin abin da bai dace ba a gaban wahala. Maimakon haka, komai abin da ya faru, dole ne mutum ya tabbatar wa kansa cewa Allah kaɗai ne ke iya taimakawa a cikin mawuyacin yanayi idan mutum ya juyo .gare Shi da dukkan zuciyarsa, ransa, da hankalinsa

Idan matsaloli suka sauka kamar ambaliyar ruwa, bai kamata mu bar su su gurgunta nufinmu ko su boye mana hangen nesanmu mai haske da kuma hanyar hikima da ma'ana ba. Maimakon haka, dole ne mu ci gaba da

imaninmu ga Allah da kuma fahimtarmu ta asali game da abin da ke daidai da abin da ba daidai ba, kuma mu yi kokari mu nemi hanyar fita. Da taimakon Allah, za mu same shi. A karshe, abubuwa za su inganta domin ikon Allah da abubuwan al'ajabinsa suna boye a bayan sabani na rayuwar dan adam. Waɗanda ba su yarda da rashin makawa na yanayi ba kuma maimakon haka suka yi kokarin shiga bayan labule da hankali da imaninsu za su sami kofa a buɗe a gare .su—kofa da kowane hannu mai imani ke bugawa a kai

Rayuwa tana lulluɓe da duhu, kuma wani lokacin muna tuntuɓe mu kuma muna jinkirin ci gaba Dole ne mu bar hasken Allah ya zama fitilar jagoranmu yayin da muke tafiya cikin hanyoyin duhu na rayuwa. Allah shine cikakken wata a cikin daren jahilci da duhu, rana maihaske a cikin lokutan farkawa, hasken jagora, kuma tauraron jagora ga waɗanda .ke ratsa tekuna na rayuwa ta duniya, mai wucewa

Matsaloli za su ci gaba a duniya, to ina mutum zai iya komawa don neman jagora da alkibla? Tunanin mutum, wanda halaye, son zuciya, son zuciya, da tsattsauran ra'ayi suka rinjayi, ba shi da wani amfani, kuma tasirin muhallin mutum, iyali, ƙasa, ko duniya ba zai iya samar da jagora na gaskiya ba. Saboda haka, dole ne mutum ya koma ga Allah ya saurari muryar natsuwa da nutsuwa da ke fitowa daga .zurfin rai, murya mai jituwa da gaskiya

Bambanci tsakanin tunani na tunani da zurfin tunani na ruhaniya

Idan mutum ya tsara kansa da ilimin ka'ida, zai zama kamar mai rikodin tafiya, yana maimaita karin magana da jimli masu girma, wasu kuma suna ɗaukar su a matsayin waɗanda aka koya kuma masu ilimi. Amma irin wannan ilimin ba a ƙarfafa shi ta hanyar fahimtar gaskiya kai tsaye ba, kuma ba a daidaita shi da cimma ruhaniya ba. Wannan nau'in fahimta ko fahimta yana riƙe "kai" a ɗaure da tunanin

ji, wanda shi kansa yake da iyaka da jin daɗin jiki. Ilimin ka'ida ba zai iya samun ilimin allahntaka ba, kuma yana da kyau kada a bata lokacin mutum mai tamani akan ka'idoji waɗanda ba za a iya amfani da su a zahiri ba, don kada a sami kansa a cikin dajin ilimi mai yawa, ba zai iya wuce .fagen ka'ida ba

Wannan tsari ba zai kai ga sanin gaskiya ba domin gaskiya ta wuce ra'ayoyi da ka'idoji, kuma da yawa daga cikin waɗanda suka bi wannan hanyar suna ɗaure kansu da .karshen ra'ayinsu na asali

Idan mutum ya yi amfani da hankalinsa kawai don neman kuɗi da kayan duniya, hankalinsa zai shiga cikin duniyar duniya kuma ya shiga cikin sarkakiya marasa iyaka. Saboda haka, mutane masu hikima suna cewa bai kamata mutum ya sadaukar da dukkan ikon tunani da Allah ya ba shi don neman abubuwa masu sauri ba, don kada ya rasa kansa a cikin labyrinth na son abin duniya kuma ya kirkiƙiri kuntatawa da kuntatawa marasa amfani ga kansa. Madadin haka, ya kamata su yi amfani da ikon tunaninsu don samun abubuwan da ake buƙata na rayuwa kuma su yi koƙari su haɓaka ikon ɗabi'arsu don bambance tsakanin abin da ke daidai da abin da ba daidai ba, da tsakanin abin da ke cutarwa da abin da ke da amfani. Lokacin da suka haɓaka fahimtarsu ta ruhaniya, za su iya fahimtar Allah a cikin kansu kuma su tabbatar da gaskiyar ruhaniya da ke boye a bayan labulen sha'awa mai yawa. Wannan yanayin ana kiransa .zurfin tunani na ruhaniya

Ko menene damuwarmu, dole ne Allah ya kasance yana ba da fifiko a rayuwarmu. Daya daga cikin muhimman abubuwan ci gaban ruhaniya shine haɗin kai mai ɗorewa da Allah, wanda ta hanyarsa za ku shaida wani canji mai ban .mamaki, mai kyau wanda zai burge ku sosai

Idan mutum yana son kallon wani shiri, ko siyan sabbin
tufafi ko sabuwar mota, shin ba gaskiya ba ne cewa
hankalinsa yana cikin damuwa a kowane lokaci? Dangane da
wadannan al'amura da kuma yadda za a cimma su ko kuma
a same su? Ba zai huta ba har sai ya cika burinsa, kuma zai
ci gaba da aiki ba tare da gajiya ba don cimma wadannan
.bukatu

Saboda haka, hankalin dan adam ya kamata ya
shagaltu da tunani game da Allah. Sannan duk kananan
sha'awa za su canza zuwa sha'awar jin Allah da kuma yin
.magana da shi

Idan hankali ya yi wa Allah rada, wata murya mai karfi
da ke fitowa daga zurfin rai mai bege

Kiran rai zai taɓa zuciyar sararin samaniya, kuma amsar
za ta zo, tana kawo babban farin ciki

Raɗawa ta hankali tana karfafa karfin hali, har sai kun
sami isasshen karfi don cimma burin da ake so

Idan tunanin mutum da nufinsa suka yi daidai da Allah,
ana ba shi iko mara iyaka, ta yadda kawai tunanin wani abu
zai isa ya haifar da shi, domin dokar Allah tana aiki ne don
.amfanin waɗanda suka yi daidai da nufin mafi girma

Duk nasarorin da na samu a rayuwata an cimma su ne
ta hanyar ikon tunani cikin jituwa da Allah. Lokacin da injin
samar da wutar lantarki na Allah ke aiki, duk abin da nake so
yana faruwa ba tare da togiya ba, da farko yana daukar
siffar kira mara ganuwa, sannan ya bayyana da karfi mai
.karfi a zahiri

Sirrin girma

Muna girma ta kowace irin gogewa da muka fuskanta,
matuƙar mun fahimci cewa za mu iya koyon darussa masu

amfani daga gare su. Kowane ciwo da wahala da muke
.fuskanta yana da ma'ana da manufa

Duk da tsananin jarabawa, suna kama da wuta da ke
narkar da karfe, tana mayar da ita karfe mai kyau, mai karfi,
kuma mai amfani. Hikimar da muke kirkirawa ta hanyar
harshen wuta mai zafi na gogewa abin mamaki ne kwara da
gaske. Rayuwa tana tsarkake mu, tana canza yanayinmu na
asali zuwa abubuwa masu tamani, tana ba mu damar
rayuwa da rayuka masu tsarki kamar lu'u-lu'u, masu karfi
kamar karfe, amma masu sassauka da juriya, suna
lankwasawa ba tare da karya karkashin matsin lamba na
.wahala da wahala ba

Idan muka ga fuskokin da fushi ya murɗe, waɗanda aka
yi musu tabon mugunta, ganinsu yana sa mu yi sha'awar
kwar da mummuna daga rayukanmu - rai wanda ba a taɓa
shi ba sai mugun nufi da kuma zurfin kiyayya da ke boye
siffar allahntaka mai albarka a cikinmu, kamar yadda kura ke
lalata madubi. Ayyukan wasu masu raɗaɗi ya kamata su
tada mana sha'awar inganta halayenmu da kuma sarrafa
kanmu, domin mu zama masu iko da sha'awarmu marasa
.tsari, ba bayinsu ba

Kalmomi masu daɗi magani ne mai ban mamaki ga
cututtuka da yawa, suna da karfin maganadisu mai karfi,
kusan sihiri, wanda ke kawo albarka da wadata ga mai
magana da su. Waɗanda ke amfani da kalmomi masu
kwantar da hankali da taushi suna jin wani karamin kwararar
ruwa yana gudana ta cikinsu ba tare da katsewa ba, cike
suke da yalwar natsuwa. Wannan saboda wannan kwararar
ruwa tana da alaƙa da tushenta mafi girma, tana gudana
koyaushe kuma tana isa ga rayuka cikin jituwa da ita.
Sannan za su iya isar da wannan kwararar farin ciki ga
.rayukan da ke neman zaman lafiya

Kowace rana, mutum yana kallon madubi don ya ga fuskarsa domin yana son ya bayyana a mafi kyawunsa ga wasu. To, me ya fi muhimmanci a gare su tsaya a kowace rana tare da kansu su kalli madubin nazarin ciki don gano abin da ke karkashin saman mai walkiya! Domin duk abin da ke da kyau a waje yana samon sha'awarsa daga cikin zuciyar mutum Kuma babu abin da ke bata madubin rai tsantsa kamar karkacewar tunani kamar fushi, kiyayya, hassada, da kiyayya. Duk wanda ya yi kokarin 'yantar da kansa daga wadannan mahadan, wadanda ba sa cikin yanayin ruhi, zai .bar hasken kyawun ciki ya haskaka daga ciki

Ta hanyar bincike, mun gano cewa matsalolin dan adam guda uku ne: akwai matsaloli da rashin lafiya da ke kai hari ga jikin dan adam, wasu kuma suna kai hari ga tunani, da .kuma rukuni na uku da ke toshe hanyoyin rai

Rashin lafiya, tsufa, da mutuwa su ne wahalhalu da cikas da jiki ke fuskanta Cututtukan tunani, duk da haka, suna mamaye hankali ta hanyar bakin ciki, tsoro, fushi, sha'awa da aka danne, kiyayya, sha'awar motsin rai, tashin hankali mai zafi, da kuma ciwon daji na tunani wanda ke gurgunta hankalin tunani. Duk da haka, mafi hadari ga rashin lafiya ita ce rashin lafiyar rai, wadda take bayyana a cikin jahilci, inda duk sauran cututtuka ke fitowa kuma suke .yaduwa

Akwai alheri fiye da mugunta a duniya

Idan shakku suka shigo, ya kamata mu tuna da rayuwar manyan mutane. Gaskiya ne cewa mu mutane ne, amma Allah ya ba mu iko mai ban mamaki wanda ba kasafai muke amfani da shi ba. Don haka me yasa muke rawar jiki saboda tsoron tsufa, rashin lafiya, da bakin ciki? Ya kamata mu yi duk abin da za mu iya don kula da jikinmu, amma bai kamata mu fada cikin tsoro ko mu binne kanmu a karkashin .tarin jahilci ba

Jiki ba shine cikakken mutum ba

Alheri ya fi mugunta a wannan duniyar domin Allah ne babban iko. Amma idan sharri ya same mu, muna tunanin ba .mu da ikon sarrafa shi ko kuma mu tsere masa

Guguwar mugunta za ta yi karfi, amma za mu iya shawo kan tasirinsu mu kuma yi nasara a kansu

Ba a ba mu rai don a halaka shi ba, amma don a cusa mana sanin har abada a cikinmu, kuma dole ne mu tuna da .wannan gaskiyar

Ba tare da 'yancin tunani ba, mutum ba zai iya bayyana kansa ta hanyar tsarki, ba zato ba tsammani, kuma ta halitta ba. Ka tuna cewa kai mai 'yanci ne. Ikon nufin koyaushe .yana da 'yanci

Idan ka yi amfani da karfin zuciyarka yadda ya kamata, zai haifar maka da kyakkyawan karma, amma yawancin mutane ba sa son canzawa kuma ba sa son yin kokari, don haka suna durkushewa a gaban matsaloli kuma ba sa iya .fuskantar kalubale

Yin duk abin da mutum ya ga dama ba 'yanci ba ne, domin mutane suna daure da sha'awarsu, don haka ba za a iya kiran ayyukansu 'yanci kwata-kwata ba. 'Yanci na gaskiya yana nufin yin komai da wasiyya da hikima ke jagoranta. Mutum zai iya sarrafa sakamakon ayyukansa na baya, wanda ba makawa zai bi su, idan ya kunna wasiyyarsa kuma ya yi amfani da ita don ayyukan alheri da amfani. Idan ka gudanar da ayyukanka da hankali da himma, karfin ayyukanka na baya za su raunana kuma halayen da suka .samo asali daga ayyukanka nagari za su karfafa

Kullum muna sha'awar abin da muka rasa kuma muna manne wa abubuwan da ba su da mahimmanci. Da zarar wani abu ya same mu, sai mu rasa 'yancin zabe na dan

lokaci. Kamar yadda 'yan Gabas suka zama bayin al'adun gargajiya, haka nan ma 'yan Yammacin Turai suka zama bayin na zamani. Muna kirkirar kaddararmu kuma mu ɗaure .ta da shi

Me yasa ake haihuwar ɗa ɗaya cikin mugayen iyali yayin da ake haihuwar wani kuma cikin nagari? Kowannensu ya yi amfani da 'yancinsa don rayuwa ta wata hanya a baya (a cikin rayuwar da ta gabata) kuma ta haka ne ya jawo wa .kansa waɗannan yanayi a wannan rayuwar

Babu 'yanci na gaske ba tare da Allah ba. Dole ne mu riƙa tunawa da Shi koyaushe. Ko menene damuwarmu da tunaninmu, dole ne Allah ya kasance a kan gaba a cikin zukanmu, kuma idan muka kasance tare da Shi da gaske, za a ba mu ikon cimma abin da ya kamata mu yi, a kowane .lokaci, tare da taimakonSa mai tsarki

Shawara ga almajiri

Ɗaya daga cikin ɗaliban ya tambayi malami Paramhansa cewa ya ba shi shawara kan yadda zai inganta kansa, sai ya ce: Idan kana son a kaunace ka, fara da kaunar .wasu waɗanda ke buƙatar kaunarka

Kuma idan kana tsammani daga wasu Ka kasance mai aminci gare su domin su kasance masu gaskiya a gare ka Idan kana son hana wasu yin mugunta da wayo, kada ka bari yaudara ta shiga cikin tunaninka, kuma kada ka yi abin .da zai cutar da wasu

Idan kana son wasu su tausaya maka, fara da nuna .musu tausayi, musamman ga waɗanda ke kewaye da kai

Idan kana son wasu su girmama ka, dole ne ka girmama yara da manya

Idan kana son zaman lafiya daga wasu, dole ne ka rayu
cikin jituwa

Idan kana son mutane su zama masu addini, ka zama
mai ruhaniya a cikin yanayi kuma ka bar wasu su ji cewa kai
abin koyi ne mai kyau kuma za su iya dogara da kai su kuma
.amince da kai

A takaice, duk abin da kake son wasu su nuna Daya
daga cikin kyawawan halaye shine ka fara nuna shi a
rayuwarka, kuma za ka ga cewa mutane za su mayar maka
.da martani iri daya

Idan za ka iya gano bangarorin rayuwarka da ke buƙatar
gyara ba tare da ka karaya ko kuma ka haifar da wani yanayi
na rashin karfin hali ba, kuma idan ka ci gaba da aiki don
inganta halayenka, to lokacin da ka kashe a kan wannan zai
fi amfani fiye da idan za ka batar da fatan wasu za su
inganta kansu. Misalinka mai kyau da dabi'a mai kyau suna
da iko mafi girma na canza wasu fiye da burinka, fushinka,
.da kalmominka kaɗai

Ya Ubangiji, Kai ne tushen dukkan alheri da kuma asalin
dukkann iko, Ka albarkace mu domin mu yi nuni ga
ni'imominKa a kanmu a cikin lafiyarmu, burinmu na ilimi, da
kuma bayyanannun ruhi. Kai ne hasken taurari, kuzarin da
ke cikin kwayoyin halitta, kirki a cikin zukata, da kuma
kyawun gaskiya. Ka taimake mu mu cika kanmu da ikonKa
mafi girma, hikimarka mara iyaka, da kuma sahihancinKa
.mara iyaka

Ya Ubangiji, bari mu gane cewa Kai ne maɓuɓɓugar
lafiya, teku na rayuwa, kuma tushen dukkan fahimta da ilimi
Ka 'yantar da mu daga jahilci da tasirinsa, daga tsoro da
damuwa, kuma ka bar ambaliyar hikimarka ta share dukkan
tarkace da tarkace daga rayuwarmu

Ya Ubangiji, ka yaye mana mayafin da ke boye mana
fuskarka, Bari mu gan ka a matsayin haske mai haske,
kamar ranaku marasa adadi a sararin rayuwarmu. Bari mu ji
Ka a matsayin ikon da ke sabunta tunaninmu, yana ciyar da
rayukanmu, yana kula da jikinmu, kuma yana cika mana
.burinmu

Amin

Yawancin mutane ba su san dalilin ba Tun daga
wanzuwarsu a wannan duniyar, sun yi imani da cewa
manufar rayuwa ita ce cikas sha'awa Samun abubuwan da
ake bukata na rayuwa Neman jin dadi da kaunar dan adam,
da kuma mika wuya ga mai kira na karshe

Mutane suna fara rayuwarsu Masu shirye-shirye da
takamaiman sha'awa da sha'awa wadanda ba a cika su ba a
baya Kuma suna kokari - da dan 'yancin da suka rage - Ta
hanyar kwaikwayon sha'awa da ayyukan wasu, idan sun yi
hulfa da 'yan kasuwa, suna son zama kamar su, kuma idan
sun yi hulfa da masu fasaha, fasaha ta zama komai a gare
.su

Allah yana so mu zama masu amfani a wannan duniyar
Ya ba mu yunwar da ke bukar mu yi aiki don mu gamsar
da ita, amma neman abinci, matsuguni, kudi da dukiya
kawai yana nufin cewa mutum ya manta da tushen farin
cikinsa

Gaskiya ne cewa dole ne mu yi aiki don cimma
bukatunmu da kuma kokarin cimma burinmu na halal, amma
da farko dai, dole ne mu bufe zukanmu ga Allah mu nemi
shiriyarsa da yardarsa a cikin duk abin da muke yi Sannan
tabbas za mu yi nasara a makarantar rayuwa, domin za mu
sami jagorancinmu daga Babban Manaja kuma Mai Ba da
Shawara wanda ya san abin da muke bukata da abin da ya fi

dacewa da mu. Saboda haka, dole ne mu dogara gare Shi
.mu kuma mika wuya ga nufinSa mai hikima

Daga laccocin malami Paramahansa

Idan farin cikin rai ya boye ta hanyar wani kauri mai cike
da jin dadi na dan lokaci, hasken zinariya na ruhu zai
dusashe, kuma ikon rai na gaskiya ya boye a bayan yawan
abu. Lokacin da hankalin mutum ya ja zuwa ga kishi da
hassada, kuma ya lullube da gajimare na tsoro da damuwa,
mutum ya zama mai bakin ciki, mai bakin ciki, kuma ya sha
kashi. Amma lokacin da mutum ya mai da hankali iri daya ga
kauna, zaman lafiya, da jituwa, mutum yana fuskantar
.babban farin ciki

Rai yana jin dadi idan ya juya daga sha'awar jiki da aka
gauraya da wahala da bakin ciki zuwa kyawawan halaye na
ruhaniya, cike da jin dadi masu girma

Idan rai ya nutse gaba daya cikin jin dadin duniya mai
ban sha'awa, zai zama ba ya kula da neman farin ciki mafi
girma kuma ba zai iya jin dadin ruhaniya ba. Mutane da
yawa na iya jayayya cewa watsi da jin dadin duniya kusan
ba zai yiwu ba a wannan duniyar ko yayin da ake zaune a
tsakanin mutanen da tunaninsu ya dogara ne kawai akan
abubuwan duniya. Duk da haka, ba a buƙatar mutum na yau
da kullun ya bar duniya ya koma zuwa tsaunuka da
dazuzzuka don samun natsuwa da kwanciyar hankali ba.
Maimakon haka, ya kamata su ci gaba da kasancewa a cikin
wannan duniyar ba tare da barin rakuman ruwa masu karfi
su share su ba, don kada rakuman ruwa masu karfi na
.wannan rayuwa su mamaye su

Bai kamata mutum ya kasance mai mummunan ra'ayi
game da muhallinsa ba, kuma a lokaci guda bai kamata ya
bar abin duniya ya makantar da ganinsa ba, don kada ya

rasa kusanci da yanayin ruhaniyarsa kuma ya kasa dandana
.farin cikin jin dadi da kuma ganin hasken allahntaka ba
Rayuwa, tare da ainihinta, abubuwan da ke cikinta, da
kuma manufofinta, wasa ne mai wuyar fahimta amma ba zai
yiwu a warware shi ba, kuma tare da tunaninmu na ci gaba,
.muna warware wasu sirrinta kowace rana

Na'urorin da aka gina bisa ka'idodin kimiyya na gaskiya
a wannan zamanin tabbas suna da ban sha'awa, kuma
abubuwan da kimiyya ke kawowa suna ba mu hangen nesa
mai haske game da hanyoyin da za a iya inganta rayuwa.
Amma duk da duk kayan aiki, kirƙira, da dabarun da muke
da su, har yanzu muna kama da 'yan tsana a hannun
ƙaddara, kuma hanyar da ke gaba har yanzu tana da tsawo.
.Kafin a 'yantar da mu daga ikon yanayi

Hakika, rayuwa cikin rahamar yanayi ba 'yanci ba ne.
Hankalinmu masu himma suna cike da damuwa da rashin
taimako lokacin da muka ji cewa mu ne waɗanda ambaliyar
ruwa, guguwa, ko girgizar ƙasa suka shafa, ko kuma lokacin
da abubuwan da suka faru suka kwace mana - ba tare da
dalili mai ma'ana ba - waɗanda muke ƙauna kusa da
zukanmu. Sai mu fahimci cewa ba mu cimma nasarori da
yawa ba, kuma ba mu iya shawo kan mawuyacin yanayi ba.
Duk da duk ƙoƙarinmu na yin rayuwa kamar yadda muke so,
wasu yanayi za su bayyana a wannan matakin duniya, kuma
abubuwan da suka faru ta hanyar tunani mai ƙarfi wanda ba
mu san komai game da shi ba, suna aiki gaba ɗaya ba tare
da ra'ayoyinmu da nufinmu ba. Mafi kyawun abin da za mu
.iya yi shi ne aiki da yin wasu gyare-gyare

Muna noman alkama kuma muna yin gari, amma wa ya
halicci iri na farko? Muna cin burodi da aka yi da gari, amma
wa ya ba wa jikinmu ikon narke shi? Kuma ta yaya za mu
?mayar da abinci zuwa abinci mai gina jiki

A kowace kusurwa ta rayuwa, akwai hannun allahntaka
mai mahimmanci da ba za mu iya sarrafa al'amuranmu ba
tare da shi ba, kuma tare da dukkan tabbacin da muke da
shi, Ba mu san lokacin da zuciya za ta daina aiki ba. Don
haka, bukatar dogaro da karfin hali ga ikon allahntaka mafi
girma da kuma dogaro da kanmu mafi girma, wanda ke
.fitowa daga wannan ikon da aka tsara mana

Dole ne mu sami imani mara girman kai, kuma mu yi
tafiya cikin aminci a kan hanyoyin rayuwa

Ba tare da tsoro da rawar jiki ba, kuma ba tare da
damuwa da tsarewa ba

Magance alerji

Cin galaba kan rashin hankali fasaha ce mai laushi,
kuma sarrafa saurin amsawa yana da mahimmanci don
.habaka dabi'a mai daidaito da tsari

Jin kai ya samo asali ne daga rashin fahimta, rikitarwar
karancin daraja, girman kai mai yawa, da kuma girman kai
.mai yawa

Idan mutum ya yi tunanin cewa an ji masa rauni,
wannan tunanin yana shiga cikin zuciyarsa, yana tayar da
jijiyoyinsa, wanda daga nan sai ya zama mai tsanani kuma
mai tawaye Fushi yana tashi a cikin zuciyarsa saboda motsin
zuciyar da ya ji rauni. Duk da haka, wasu mutane suna da
ikon sarrafa motsin zuciyarsu, don haka alamunsu na waje
ba sa bayyana duk da tsananin fushin da ke cikinsu. Wasu
kuma suna bayyana fushinsu ta hanyar martani nan take,
wanda ke bayyana a cikin tsokoki na ido da fuskokinsu, da
.kuma ta hanyar martani mai kaifi, na baki

Yawan motsin rai yana da mummunan sakamako; yana
rikitar da lamarin kuma yana haifar da rashin kwanciyar
hankali mara kyau wanda ke shafar wasu

Dole ne a yi kokari don nuna kamun kai da natsuwa, don haɓaka yanayi na fahimta da jituwa wanda ke haɓaka zaman lafiya maimakon tashin hankali da kuma kawar da hayakin damuwa. Waɗanda suka yi hakan za su mallaki makomarsu kuma waɗanda ke kewaye da su za su sami lada da godiya .da girmamawa

Yawan jin haushi wani hali ne da yawancin mutane ke da shi, kuma idan wannan motsin rai mara hankali ya tashi, yana makantar da hankali kuma yana boye idanun hikima.

Mafi muni ma, mutumin da ke da yawan jin haushi yana ganin yana tunani, yana ji, kuma yana yin abubuwa daidai, !alhali kuwa halayensa na iya zama ba daidai ba

Mutane da yawa suna ganin ya kamata su tausaya wa kansu idan aka yi musu suka, kuma tausayin kai yana ba su sauƙi. Amma kamar masu shan miyagun kwayoyi, .gwargwadon yadda suke shan su, haka jarabarsu ke karuwa

Mutum mai saurin kamuwa da cuta sau da yawa yakan sha wahala ba tare da wani dalili ba Sau da yawa fiye da haka, babu wanda ya san musabbabin damuwarsa ko yanayin kukansa, wanda ke haifar da karuwar bakin ciki a cikin kebewar da suka yi wa kansu. Babu abin da za a iya cimmawa ta hanyar yin tunani a hankali kan zagi ko suka da ake gani. Ya fi kyau a magance tushen irin wannan rashin jin .daɗi ta hanyar nazarin gaskiya da kuma kame kai

Wannan nau'in rashin lafiyar jiki mara kyau yana da mummunan sakamako; yana cinye zuciya kamar wuta kuma yana lalata kyallen zaman lafiya. Saboda haka, dole ne a magance shi da hikima, da hankali, da kuma da himma mai .karfi

Ina aiki tukuru don yi wa kowa hidima, amma idan na
koma kawaicina don tunani, ban yarda kowa ya dame ni ba.
Sauran al'amura na iya jira, amma bai kamata a yi watsi da
.alkawarin da na yi da Allah kowace rana ba

Kafin ka d'auki wani mataki, ka dakata ka yi la'akari da
sakamakon da tasirinsu ga hankalinka, jikinka, da ruhinka.

Ayyukan da aka tilasta su ba 'yantarwa ba ne, domin
ayyukan da suka saba wa dokokin jituwa da ci gaba za su
takaita mutum. A akasin haka, ayyukan da aka amince da su
ta hanyar fahimta da kuma bisa lamirinsu suna da kyau
.kuma suna kawo 'yanci

Idan ka yanke shawarar yin wani abu mai kyau, ko kuma
ka guji yin wani abu mara kyau, kuma ka tsaya kan wannan
shawarar ka kuma yi aiki yadda ya kamata, ka sani cewa
.rabonka na 'yancin yana da yawa

Allah yana so mu yi amfani da 'yancin zaɓe da aka ba
mu don nemansa mu same shi, amma ba ya son ya tilasta
.mana kansa

Sha'awar kusantar Allah da kuma saninsa ba ta zuwa da
kanta ba, amma dole ne a kunna ta kuma a kula da ita. Ba
tare da wannan sha'awar ba, rayuwa ba ta da wani amfani
.ko dandano

Bari fahimtarka ta ruhaniya ta jagoranci tunaninka kuma
nasararka za ta bi ka duk inda ka je

Ga Allah nake sadaukar da muryata, hannuwana,
kafafuna, zuciyata, jikina, yadda nake ji, nufina da komai

Soyayya ita ce makamin ruhaniya da ke kawo karshen
dukkann yake-yake

Bayan wannan duniyar akwai duniyoyi marasa iyaka
inda za mu sake haɗuwa da waɗanda muka yi tunanin sun
.bar mu har abada

Wannan rayuwar duniya tana canzawa koyaushe, baƙin
ciki yana bin mafarkin baƙin ciki akan ruɗani. Wannan
al'ajabin da ke bayyana a hamadar saninmu dole ne ya
ɓace, kuma dole ne mu farkar da kanmu na gaskiya daga
.karkashin lulluɓin abubuwa masu yawa

Kada ka yi ƙoƙarin gina begenka a kan wannan rayuwa.
Ina garantinka yake? Za ka tsira ne kawai idan ka nemi
.mafaka a wurin sanin Allah

Asalin rai kamar zinariyar da aka binne a karkashin ƙasa
ne. Idan aka cire ƙasa daga zinare kuma aka wanke ta da
.ruwan tunani, sai ta yi haske da cikakken tsarki da haske

Ya Ubangiji, bari mu ga abin da ke da kyau, mu yi tunani
mai kyau, mu kuma yi tarayya da waɗanda ke da kyawawan
halaye. Ka taimake mu mu yi tunaninka mu kuma yi
tunaninka, Ya kai wanda kai ne tushen dukkan adalci kuma
.tushen dukkan alheri

Yanci daga rauni'

Hanya mafi kyau ta shawo kan rauni ita ce a daina
tunaninsa; in ba haka ba, ra'ayin rauni zai mamaye saninka
ya mamaye zuciyarka. Idan muka kawo haske cikin kanmu,
.duhu zai ɓace kamar bai taɓa wanzuwa ba

Wannan ra'ayin yana kawo min kwarin gwiwa mai ban
mamaki

Idan aka shigar da haske cikin kogo wanda aka lulluɓe
shi da duhu tsawon dubban shekaru, duhun yana ɓacewa
nan take Haka nan, rauni da kurakurai suna ɓacewa lokacin
da muka bar hasken Allah ya shiga cikin saninmu, kuma

duhun jahilci ba zai iya wanzuwa ba. Wannan ita ce falsafar
.da ya kamata mu rayu da ita

Jinkiri ba shi da amfani Tayar rayuwa ba ta daina juyawa
ba, kuma kwanakin rayuwarmu suna wucewa da sauri
Kowace minti da muke batar da tunani a sarari da kuma yin
aiki da hikima saka hannun jari ne mai nasara da riba a cikin
farin cikinmu

Mutane da yawa suna batar da rayuwarsu gaba daya
suna tunanin kuɗi, jima'i, da shahara, kuma ba kasafai suke
mai da hankali kan muhimman abubuwan da ke kawo musu
kwanciyar hankali da kuma daga wayar da kan jama'a zuwa
.manyar matakai ba

Komai girman matsayin mutum, ana daukarsa a
matsayin mai nasara a gaban Allah idan ya san yadda zai yi
amfani da lokacinsa cikin hikima da kuma shirya da
.tunaninsa zuwa ga hanya madaidaiciya

Idan hasken Allah ya haskaka wa mutum, ba ya jin cewa
yana buƙatar komai domin farin cikin da ke mamaye shi
yana cika dukkan burinsa kuma yana sa shi jin cewa shi ne
mafi arziki a cikin masu arziki kuma mafi farin ciki a cikin
.masu farin ciki a wannan rayuwar

Ramin Haske

Wadanda tunaninsu na ruhaniya ya farkar da su ta
hanyar tunani mai haske, ayyukan alheri, jin daɗi, da zurfin
tunani za su iya jin tafiyarsu daga jiki a lokacin karshe na
tashi ta hanyar idon ruhaniya. A lokacin zamansu na duniya,
yogi suna yin aikin ganin ramin idon ruhaniya a iyakar da ke
tsakanin abu da ruhu, kuma a lokacin da suka bar Duniya, za
su iya shiga wannan rami mai haske su wuce daga wannan
duniyar zuwa ga sararin Allah mara iyaka na haske, farin
.ciki, zaman lafiya, da cikakken 'yanci

{Haske bisa haske}

Fitilar jiki ita ce idon [ruhaniya]

Idan idonka ɗaya ne

Sannan dukkan jikinka zai cika da haske

Haske kuma yana haskakawa cikin duhu, duhun kuma}

{bai san shi ba

Jin tausayi shine jin baƙin cikin wasu, kusancinsu, yin
magana da su, da gaske ƙoƙarin ta'azantar da su a cikin
bala'in da suka shiga, da farin ciki da farin cikinsu, da kuma
yin iya ƙoƙarinmu don nisantar da tsoro, bukata, da damuwa
.daga gare su

Wanda ke da ruhin son kai ba ya aiki bisa ga
ƙayyadadden lissafi da tsammani, amma yana amfani da
basirarsa da kuma kyakkyawan hukunci kuma yana ci gaba
da taimaka wa kansa da wasu, yana gode wa Allah saboda
nasarar da ya samu. Idan ya gaza sau ɗaya ko sau da yawa,
ba ya jin karaya, sai dai ya ƙara jajircewa, yana ninka
ƙoƙarinsa yana maimaita ƙoƙarin, yana bincika sabbin
ra'ayoyi da hanyoyin sadarwa, yana jagorantar hasken
hankali, yana neman taimakon Allah har sai ya cimma
.burinsa kuma ya cimma manufarsa mai daraja

Wanda ya yi aiki don faranta wa wasu rai, Allah zai
faranta masa rai da jin daɗin zuciyarsa. Idan ya rasa wani
abu saboda waɗanda yake ƙoƙarin taimaka musu, ba ya
ɗaukarsa a matsayin asara domin a madadinsa yana samun
yardar Allah da kwanciyar hankali. Yana rayuwa don ƙauna,
aiki, bayarwa, da shuka irin alheri da zaman lafiya a fagen
.ɗan adam

Duk wanda ya wuce duniyarsa ta kansa a cikin
tunaninsa da ji, yana faɗaɗa fahimtarsa, yana ƙara

tausayinsa, kuma yana jin cewa duniya ita ce gidansa kuma
ɗan adam ita ce iyalinsa. Ya fahimci cewa manufar
wanzuwarsa a wannan duniyar ita ce gyara kansa kafin ya yi
kokarin gyara wasu, domin duk wanda ya gyara kansa yana
taimaka wa wasu su gyara kansu ta hanyar misalin
rayuwarsa. Ayyuka suna da tasiri mai zurfi da tasiri mai zurfi
.ga rayukan wasu fiye da kalmomi

Tashoshi masu gajeru

:Hasken gaskiya

Wasu mutane suna kokarin guje wa matsalolinsu ta
hanyar murmushi, amma irin wannan tserewa yana bukatar
lamiri mai tsarki, wanda ba shi da munafunci da yaudara.
Idan mutum ya yi mu'amala da kansa da wasu da gaskiya,
kuma ya yi aiki da mutunci da mutunci, idanunsa za su
bayyana, kuma wani haske na musamman zai fito daga gare
.su - hasken gaskiya mara kuskure

:Gaskiya

Wasu mutane suna faɗin abubuwa da yawa da sunan
gaskiya, amma ba za ka iya yi wa kowa magana game da
komai ba Lokacin da kake ba da shawara da jagora, wasu
mutane ba su fahimci kalmominka ba kuma ba su amfana da
komai daga abin da ka faɗa ba; wannan aiki ne da ba a yaba
ba kuma aiki ne da ba a yaba ba Shiru a irin waɗannan
yanayi yana da kyau, amma wannan ba zai yiwu ya yi shiru
.game da aikata laifi ba

:Daidaito kai

Daidaito kai abin birgewa ne kwari da gaske. Mutane
da yawa sun san yadda yake da wahala a zauna lafiya da
wasu, amma shin kun taɓa tunanin zama lafiya da kanku?
Yana da matuƙar wahala, amma yana yiwuwa. Idan kun
binciki kanku, za ku ga cewa koyaushe kuna cikin rashin

jituwa da kanku. Idan ba ku son kanku ba, ba za ku so wani
ba. Kuma idan mutum bai jitu da kansa ba, ta yaya zai iya
?zama lafiya da wasu

Daidaiton kai yana da mahimmanci don jituwa da
duniya. Saboda haka, yana da mahimmanci a daraja da
kaunar kanka, domin ka cancanci wannan kaunar. Dole ne
mutum ya kaunaci kansa domin Allah ya halicce mu kuma ya
ba mu iko mai kyau. Kaunar wannan zuciyar, wannan abu
mai cike da halaye nagari, yana karfafa dabi'a mai kyau
kuma yana tsarkake hankali daga kazanta da zuciya daga
.mugunta da kiyayya

:Daidaita kamfas din adabi

Mutum ba zai iya yaudarar lamirinsa ba, ya ba da hujjar
aikata laifi, ko kuma ya tsere wa sakamakon dabi'un da ba
daidai ba, koda kuwa za a yi tafiya zuwa wata duniya.
Sakamakon ayyukansa yana tare da shi, kuma dole ne
mutum ya gyara tafarkinsa kuma ya daidaita kamfas din
dabi'arsa ta yadda allurarsa koyaushe za ta nuna hanya
.madaidaiciya

Wasu mutane suna rayuwa a cikin mafi munin yanayi
amma duk da haka suna cikin jituwa da kansu, yayin da
wasu kuma suna da kowace dama da duk abin da suke
bukata amma duk da haka suna cikin rikici na dindindin da
kansu. Saboda haka, bai kamata mutum ya jira yanayi ya
canza ba. Ka tabbatar wa kanka cewa kana lafiya duk da
yanayin da kake ciki, wanda zai iya bambanta da abin da
.kake so

Duk wanda ya sanya kansa a cikin rahamar yanayi,
Yana jiran abubuwa su canza, kuma jiran sa zai dade

An ce wani mutum yana iya magana da harsuna goma
sha takwas, amma talaucinsa ya yi yawa har ba zai iya

samun fitilar da zai karanta ba. Don haka zai je kusurwa ya zauna a karkashin hasken titi don karantawa. Hakika, karfin hali yana kirkirar hanyoyi, yana kirkirar damammaki, yana sabunta bege, yana cika ayyuka, kuma yana cika buri da .mafarkai

Ana iya yin sadarwa ta gaskiya da waɗanda suka san Allah ta hanyar mu'amala ta kai tsaye da su, karanta rubuce-rubucensu da kyau, ko kuma yin bimbini mai zurfi game da su. Muhimmin abu da za a tuna. Yana cikin fahimtarsu, .wanda ya yi daidai da Allah

Idan muka daidaita tunaninmu da manyan rayuka waɗanda ke kaunar Allah, wannan jituwa a hankali tana canza rayuwarmu ta hanya mai ban mamaki. Wannan jituwa ba ta bautar da nufin ba, sai dai ta faɗaɗa ikonta da kuma karfafa ikonta. Wannan shine bambanci tsakanin kasancewa cikin jituwa da mutanen da ke cike da girman kai da kuma shagaltuwa da abin da za su iya samu, da kuma kasancewa cikin jituwa da masoyan Allah da ɗan adam waɗanda manufarsu ita ce bayarwa da farkar da kaunar Allah a cikin rayukan waɗanda ke cikin jituwa da su. Magnetism na waɗannan mutane masu albarka yana kawo mu cikin .kusanci da maganadisun na Allah

Dole ne mu tuna cewa yayin da muke koƙarin biyan buƙatunmu, dole ne mu taimaka wa wasu su sami abin da suke buƙata kuma mu raba wa marasa galihu kyawawan abubuwan rayuwa da ke zuwa mana. Bari mu tuna cewa mu ɓangare ne na dangin duniya kuma ba za mu iya rayuwa ba .tare da wannan babban iyali ba

Yaya rayuwa za ta kasance ba tare da kafintoci, masu kirkira, manoma, da sauransu ba? Ta hanyar bayarwa da karɓa, da kuma musayar ayyuka, Allah yana so mu yi tunani a kai kuma mu tausaya wa wasu. Babban kuskure ne mu rayu don kanmu kawai ba tare da la'akari da wasu ba.

Lokacin da muke tunanin farin cikinmu, dole ne mu yi tunani game da farin cikin wasu. Ba a buƙatar mu ba da duk abin da muke da shi don jin daɗin iyalin duniya ba, domin hakan ba zai yiwu ba. Maimakon haka, ya kamata mu tausaya wa wasu kuma mu yi abin da za mu iya don taimaka musu da .rage musu nauyin da ke kansu

Akwai dangantaka tsakanin nasara da kuma tsakanin gamsuwar rai, a cikin mahallin da mutum ke rayuwa a ciki

Nasara ta gaskiya sakamakon aiki ne da ya dace da ka'idodin adalci, kuma ya haɗa da farin ciki da walwalar wasu a matsayin muhimmin ɓangare na gamsuwar mutum. Duk wanda ya yi amfani da wannan ka'ida ga rayuwarsa ta zahiri, ta hankali, ta ɗabi'a, da ta ruhaniya, zai ga wannan .ma'anar nasara ta zama cikakke kuma cikakke

Mutane suna tunanin nasara ta hanyoyi daban-daban dangane da burinsu a rayuwa. Wani lokaci, wasu mutane suna kwatanta ta da sata, suna faɗin abubuwa kamar, "Shi ɓarawo ne mai nasara!" Wannan yana nuna cewa ba duk nasara ake so ba; bai kamata nasararmu ta cutar da wasu .ba

Wani abin da ake buƙata don samun nasara shi ne kawo jituwa da sakamako mai kyau, ba wai ga kanmu kaɗai ba, .har ma dole ne mu raba waɗannan fa'idodin ga wasu

Samun nasarar kuɗi ba wai kawai yana nufin jin daɗin abin da muka cancanta ba ne; yana kuma nufin samun alhakin ɗabi'a na taimaka wa wasu su kirƙiri rayuwa mafi kyau ga kansu. Duk wanda ke da hankali zai iya samun kuɗi, amma idan yana da kauna a zuciyarsa, ba zai iya amfani da wannan kuɗin da son kai ba; maimakon haka, za su raba abin da suke da shi da wasu

Kudi ya zama la'ana a hannun mutane masu rowa da
kwazo, amma albarka ce da kyauta ga waɗanda ke da
hannuwa masu karimci da zuciya mai kirki

Rayukan kirki suna jawo hankalin rayuka nagari kuma
suna sha'awar su

Dole ne mu koyi kaunar makwabcinmu kamar kanmu
kuma mu tuna cewa muna nan a wannan rayuwar na ɗan
lokaci kaɗan, bayan haka za mu tafi wata duniya wadda
matakinta ya dogara da matakin tunaninmu da ingancin
.ayyukanmu a lokacin wannan zaman duniya

Su waye danginmu na gaskiya? Ga mai hikima, kowa
dangi ne, kuma kowanne "makwabci" Hakika, mai hikima
yana da ikon fahimta kuma ya fahimci cewa duk da cewa
rana tana haskaka haskenta akan wani yanki na kwal da
lu'u-lu'u, lu'u-lu'u, ba kamar kwal ba, yana da ikon
musamman na karɓar haske da haskakawa cikin haske. Ya
kamata mutum ya nemi rakiyar waɗanda tunaninsu da
motsin zuciyarsu suke da tsarki kamar lu'u-lu'u kuma ya
kamata ya keɓe lokaci don neman abokai na gaskiya.
Waɗanda ke rayuwa mai tsabta da gaskiya za su jawo
hankalin abokai waɗanda aka siffanta su da tsabta da
gaskiya, yayin da waɗanda ke rayuwa bisa ga ɗabi'un asali
ba tare da fahimta ba za su jawo hankalin abokai irin
.wannan

Idan kana daraja manyan manufofi da ka'idodi masu
girma, yana da kyau ka guji hulɗa da mutanen da ba su
yarda da waɗannan manufofi da ka'idodi ba kuma waɗanda
ke rikitar da tunani da kuma dagula yanayi, don kada
girgizarsu ta rage matakin girgizar ka. A lokaci guda, kada ka
.ware kowa daga da'irar kaunarka

Bugu da kari, mutum bai kamata ya ba da kauna kawai
ba, har ma ya yi zaman lafiya, ta yadda duk inda ya je, zai

kirkiri jituwa da kwanciyar hankali, yana wartsake waɗanda ke kewaye da shi da irin halayensa. Babu wanda yake son kusantar wani skunk mai kamshi mai kamshi - yi hakuri da furucin - kowa yana guje masa. Haka nan, mutum mai jin tsoro, mai saurin fushi, kuma mai jayayya yana bata wa wasu rai da kuma korarsu. Muna son mu zama kamar furen fure masu fure waɗanda ke fitar da kamshi mai daɗi wanda ke faranta wa zuciya rai. Mu yi kokari mu yada kamshin salama da iskar alheri duk inda muka je da duk inda muke .zama

Mulkin Allah ba ya cikin gajimare ko a wani wuri na musamman a sararin samaniya. Bayan duhu ne muke gani lokacin da muka rufe idanunmu, kuma lokacin da muka yi bimbini da addu'a, idon ruhun da ke goshinmu yana buɗewa a cikinmu, kuma muna ganin haske mai albarka kuma muna jin farin ciki yana ratsa kowace kwayar jiki, kuma muna jin cewa an ɗage labulen kuma an buɗe kofar sirri zuwa ga .mulkin Allah

Allah farin ciki ne mai sabuntawa koyaushe, farin ciki ne wanda ya kunshi komai. Dole ne mu ji daɗin da ke zaune a .cikinmu kuma ya kewaye mu da rashin iyaka

Bayan iyakokin girgizar abu mai yawa akwai sani mara iyaka, wanda ya kunshi komai, wanda ba za a iya kwatantawa ba a cikin dukkan ɗaukakarsa, faɗinsa, da rashin iyaka. Wannan shine mulkin sama, jin daɗi na har .abada, marar iyaka, kuma marar iyaka

Idan fahimtar rai ta faɗaɗa, kuma ta ji kasancewarta a .ko'ina, to sai ta haɗu da ruhun allahntaka

Tsarki ya tabbata ga Maɗaukakin Sarki, wanda ke kan karagar mulki a sararin sama, inda sama ta haɗu da tekun.

Tsarki ya tabbata ga Maɗaukakin Sarki, wanda ke kan karagar mulki a kan zaman lafiya da ke cikinmu; ta hanyar

mai da hankali kan Maɗaukakin Sarki a cikinmu, za mu iya
.samun ikonsa mara iyaka

Ilimi da ake samu daga nazarin littattafai ko daga
mutane ilimi ne mai iyaka, yayin da ilimin da ake samu kai
tsaye daga Allah yake ba da ikon hikima, kyawun tabbacin,
kwanciyar hankali na zuciya, da kuma kwanciyar hankali na
rai

Ya Ubangiji, ka koya mini yin addu'a da zurfin tunani da
kuma haɗa tunani da sha'awa mai zurfi, kuma ka bar
zuciyata ta tsarkaka kowace rana ta hanyar tsarkakakkiyar
kaunata gare Ka

Yanci daga kuntatawa na Karma'

ko ta hankali ko ta jiki, ko ta sani ko ba ta sani ba, yana ,
da tasiri na musamman ga rayuwar mutum Ayyukan da suka
gabata ba wai kawai waɗanda aka yi kwanaki, watanni, ko
shekaru da suka gabata ba ne, har ma da ayyukan da suka
.faru daga rayuwar da ta gabata

Kun mutu, kuma Ya rayar da ku, sa'an nan Ya matar da
ku, sa'an nan Ya sake rayar da ku; sa'an nan zuwa gare Shi
.ake mayar da ku

Illolin kyawawan ayyuka da munanan ayyuka A cikin
rayuwarsa ta yanzu, waɗannan alamun suna nan a cikin
rashin sani ko kuma rashin sani, kuma tasirin da mutum ke
ɗauke da shi (ko kuma wanda ransa ke ɗauke da shi) daga
abubuwan da suka gabata suna kwance kamar iri a cikin
rashin sani, suna jiran yanayi mai kyau Don tsiro da girma a
takamaiman lokacin karmic Dokar karma, wacce ke daidaita
abubuwa, ta kunshi aiki da martani, dalili da sakamako,
shuka da girbi

Kowanne mutum yana tsara makomarsa ta hanyar
tunaninsa da ayyukansa, kuma kuzarin da yake fitarwa, ko

da hikima ko wauta, ba makawa ya koma gare su a matsayin wurin farawarsu, kamar yadda da'ira ke cika kanta da cikakken daidaito [Tambayar ita ce] dole ne mai neman da son rai ya fuskanci—ba tare da son ransa ba—sakamakon ayyukansa na baya da ba makawa, ko kuma abin da ake kira kaddara? Amsar ita ce a'a Allah shi ne doka da kauna, kuma mai neman wanda ya juya gare shi da sha'awa ta gaskiya da cikakken imani, ya daidaita ayyukansu da dokar Allah, kuma yana neman kaunar Allah marar sharafi babu shakka zai sami albarkar Allah wadda ke saukaka nauyi da inganta .yanayi

Allah ya sanya mu a cikin wannan duniyar da ke cike da ruɗu, kuma Ya san wahalarmu da gwaje-gwaje da wahalhalun da muke sha. Mutane suna zurfafa duhun ciki na jahilci na ruhaniya lokacin da suka ɗauki kansu a cikin zunubi kuma ba su da ikon tserewa daga zurfinta. Ya fi kyau su yi kofari su gyara kansu, suna neman taimako da tausayi daga zuciyar rahamar Allah, suna fatan gafara daga Allah .mai kauna, mai tausayi, da kuma mai gafara

Idan muka fahimci kusancinmu da Allah, wace karma ce za ta iya ɗaure mu? Kada ka bari wani ya shawo kanka cewa azabarka da wahalhalunka sakamakon karmarka ne. A matsayinka na ruhi a cikin ainihinka, ba ka da karma. A'a, dole ne ka fahimci wannan gaskiyar ta hanyar tabbatar wa kanka cewa kai ɗaya ne da ainihin rayuwa, haske, da karfin sararin samaniya. Idan ka fahimci wannan gaskiyar, ba ka da abin tsoro, kuma Allah zai buɗe maka kofofi da yawa kuma .ya ba ka damammaki da yawa

Idan ba ka jin daɗin yadda rayuwarka ke tafiya, ka canza tunaninka ka kuma cika hankalinka da kuzari mai .kyau, za ka ji bambancin da kanka

Babu bukatar mutane su yi kuka da baƙin ciki game da abinda suka rasa, ko kuma su danganta yanayin rashin jin

dadinsu ga kurakuran da suka yi a wannan rayuwa ko a baya, domin wannan nau'i ne na sakaci na ruhaniya. Dole ne su yi aiki su cire ciyayi daga lambun rayuwa, sannan furanni mafi dadi da haske za su yi fure kuma su ba da 'ya'yan itatuwa mafi dadi da kyawawa Ta wurin alherinsa, .Maɗaukaki

Mika wuya ga Allah ba yana nufin rashin amfani da nufinmu don inganta al'amuranmu da kuma jiran Allah ya daidaita yanayinmu ba tare da wani kokari daga gare mu ba, domin Allah yana taimakon waɗanda ke taimakon kansu

Ma'anar ita ce mu koyi yadda za mu je wurin Allah don ya shirya da nufinmu da kuma albarkace mu da kuma karfafa kokarinmu na gaskiya. Idan muka shawo kan matsalar rashin son mika wuya, muna samun kariya daga Allah wadda babu wanda zai iya ba mu a wannan duniyar, kuma muna samun karfi wanda babu wata jarabawa da za ta .iya shawo kansa

Kowa zai iya kulla dangantaka ta musamman da Allah idan ya san yadda zai buɗe zuciyarsa ga Allah kuma ya yi marmarin kasancewarsa ta Allahntaka, wanda ke kawo farin .ciki da tabbaci

Idan mutum ya ji yana buƙatar Allah sosai, yana sane da cewa ba zai iya yin hakan ba tare da Shi ba, zai ga cewa Allah yana amsawa ta wata hanya ko wata. Amma dole ne su fara gina wannan karfin jin dadin, domin amsar ba za ta .zo ba da gangan ba

Idan ba mu ba Allah matsayi na farko a rayuwarmu ba, yanayin saninmu zai kasance cikin damuwa da ruɗani, kuma ba za mu iya mu'amala da buƙatun rayuwa marasa iyaka yadda ya kamata ba cikin ma'ana da kuma yadda ya .kamata

Kuma ta yaya za a gina wannan sha'awar? Duk lokacin

da muka fuskanci bala'i ko wahala, kuma duk lokacin da muka ji wani nauyi a cikin zukatanmu, dole ne mu koma ga Allah mu nemi taimakonsa, da sanin cewa duk wanda yake kaunar Allah kuma yana kiyaye shi a cikin tunaninsa da zuciyarsa, yanayinsa zai inganta. Yanayinsa yana canzawa .zuwa mafi kyau

Idan muka motsa kuma muka girgiza ether Da addu'o'inmu na zuciya da rokonmu na gaskiya, za mu fitar da ainihin amsar Allah wadda ta kunshi abinci, warkarwa, da .farin ciki

Ga waƙanda ke sha'awar abinci mai gina jiki na ruhaniya, abubuwan da suka gabata na takaici da gazawa ba su da mahimmanci. Darussa za a iya koya daga gare su, kuma mutum zai iya sake gwadawa, maimaita kokarin tun daga farko. Za a tabbatar da nasara, tare da taimakon Allah, ga duk waƙanda ba su karaya ba saboda gazawa, waƙanda kudurinsu bai raunana saboda bala'o'i ba, kuma waƙanda suka yi imani da imani mara misaltuwa cewa Allah yana goyon bayan waƙanda suka dage. Waƙanda ke kan hanya madaidaiciya, kuma yana ba su bege, karfi, da fata, har sai sun cimma burinsu na karshe da kuma cimma manufar .rayuwa

Tunani karfi ne kamar wutar lantarki, da kuma yanayin .tunani. Yana komawa ga tunani da kuma yadda ake tunani

Wutar lantarki tana da amfani kuma tana da illa; duk wanda ya yi amfani da ita da kyau yana amfani da ita ga aikinsa In ba haka ba, tana iya kashe shi. Haka kuma yana tunanin Idan an shirya ta a kan hanyoyi masu kyau Tana kawo farin ciki ga mai ita, in ba haka ba tana kawo masa .matsala

Tunani kamar doki ne na daji, amma kuma takura shi ba
abu ne mai yiwuwa ba, kuma tunani mai kyau hanya ce ta
sarrafa tunani

Tunani mai kyau aboki ne na kud da kud Kuma tunanin
da ba shi da lafiya makiyi ne na dindindin

Tunani mai kyau yana jawo zaman lafiya da aminci,
yayin da tunani mara kyau ke harba kibiyoyi masu kisa
wadanda ke sake afkawa mai shi biyu. Saboda haka, ana
cewa, "Ladar tana kama da aikin." Muddin mutum ya aika da
kyawawan niyya, tunaninsa zai koma fitilu, yana haskaka
ɗakunan rai kuma yana korar tarin duhu, don ya ji daɗi
sosai, idanunsa kuma su haskaka da murmushin gamsuwa!
Bari murmushin ya daɗe a idanunku Kuma aminci ya
.tabbata a gare ku

Rayuwa kamar nika ce da ke nika 'Ya'yan gwaji masu
amfani da gwaji, don yin burocin rai Kamar hanya ce mai
lankwasa, tare da furanni masu kyau a kowane gefe, malam
buɗe ido masu haske da bishiyoyi masu 'ya'yan itace masu
daɗi a rassansu, duk da haka ba mu da yawa mu tsaya Bari
mu ji daɗin ganinta mu kuma ji daɗin daɗinta; hakika, sau
da yawa muna kan kugiya don isa ga wurare masu faɗi,
muna tunanin akwai kyawawan ra'ayoyi fiye da abin da
muka gani. Amma yayin da muke kaura a hankali A kan
hanyoyi masu fure da 'ya'ya, muna samun bishiyoyi
wadanda suka fi duhu fiye da sabo, sannan furanni suka
ɓace. Tare da ita, malam buɗe ido da 'ya'yan itatuwa, sai
.kawai mu sami kanmu a cikin hamada mara amfani

Rayuwar ɗan adam kamar ruwan teku ne, wadanda aka
tsarkake kuma suka zama sabo Sai lokacin da ka hau sama.
Kamar mafarkin safe ne, yana kura haske yayin da shekaru
suka yi yawa, domin abubuwa a lokacin suna bayyana kuma
sun fi bayyana. Kamar tafiya ne a cikin yanayin da yanayin
ke canzawa yayin da muke tafiya nesa. Sannan yanayin iri

ɗaya yana canzawa yayin da muke kusantar sa, da
.sauransu

Rayuwa ba ta kunyata masu hikima ba, domin suna
mu'amala da ita da kyau kuma suna jin daɗinta Ba tare da
barin ta ta mamaye su ba kuma ta hana su 'yancinsu Misali,
suna jin daɗin ruwa Suna sha kuma suna wanka a ciki,
amma ba sa barin kansu su nutse a ciki Suna jin daɗin
tufafin da suke so Ba tare da bin ka'idodi da ka'idodi da ake
ɗauka a matsayin na sama ba Suna jin daɗin cin abinci ba
tare da barin cin abinci ya cinye su ba, saboda cin abinci mai
yawa yana raunana jiki Kuma yana cinye fahimta Kuma zai
lalata shi gaba ɗaya Don haka, mutum ya kamata ya ji daɗin
rayuwa Amma ba tare da gajiyyar da hankali ta hanyar
nutsewa ba

yin mu'amala da wasu Ba yana nufin yarda da su akan
komai ba, ko kuma sadaukar da manufofi don kansu, domin
wannan salon bin ka'ida ba shi da kyau kuma bai dace da
gaskiya ba. Masu gyara da manyan mutane ba su yarda da
mutane da yawa da ke kewaye da su ba, duk da haka sun
riƙe manuƙarsu, domin sun fahimci cewa abin da suke yi shi
.ne daidai

Da farko dai, dole ne mutum ya kasance cikin jituwa da
Allah, sannan kuma da lamirinsa, sannan kuma da mutane

Bai kamata a yi watsi da ka'idar ba, kuma kada a yi
amfani da wasu dalilai na ɓoye don cimma wata manufa,
.domin hakan bai dace da mutanen da ke da manufa ba

Wa zai iya rayuwa ta hanyar da za ta faranta wa Allah
rai? Kada ku cutar da wasu, domin ba su da abin tsoro. Idan
wannan hanyar ba ta gamsar da wasu ba, ya isa mutum ya ji
daɗin ciki kuma ya ji daɗin kwanciyar hankali wanda ke sa
.shi ba tare da yardar mutane ba

Karfi da sha'awar rai Wajen komawa ga Allah Ana
kiransa maganadisu na ruhaniya Kuma tare da wannan
maganadisu, rai yana jawo albarka ga kansa da rawar jiki
mai kyau da duk kyawawan abubuwan ɗan adam waɗanda
.ke tunatar da ita alheri da adalci

maganadisu ta ruhaniya lko ne da yake jawo hankalin
mutum da kuma jawo shi ga kansa Abokai nagari da
abubuwa masu mahimmanci da mahimmanci da kuma
fahimtar abubuwa masu fahimta Wannan ikon ya samo asali
ne daga karfin maganadisu mai jan hankali na Allah

Kyandir na Zaman Lafiya

Dauki tukunyar tunani Cika shi da kwanciyar hankali

.Ka ɗauki kwalbar ji na, Ka cika shi da rahamarKa

Dauki kwandon raina mara komai Cika shi da 'ya'yan
hikimarka

Zuba ruwan kaunarka a cikin raina Zan zuba shi a cikin
kofunan rai mai kishirwa

Rushe ganuwar girman kai Ka nutsar da ni cikin
cikakken kasancewarka

Hasken alfijir na soyayya

Bari ya leka daga budewar zuciyata

Yana tunatar da ni hasken rana na kaunarka

Yaduwa a sararin samaniyar rayuwata

Hasken kaunarki ya haskaka

A kaina, kuma an haskaka shi

Haskenka ya cika sararin ruhaniya ta

Kai ne rayuwar da ke riƙe jikina
Kuma tunanin da ke zaɓurar da tunani na
Kuma hikimar da ke kawar da jahilcina
Ina kunna kyandir mai siririn kaunata
Don karanta littafin zinare
An kiyaye ni a cikina tun zamanin da
Soyayyarki ta kasance kuma har yanzu tana nan
Kyandir ɗin zaman lafiya da ba a gani
Wanda ke kore duhu kuma yana nuna min saƙonninku
Shafin yanar gizo yana kan shafukan zukata
Bari ɗaukakarka ta bayyana, ya Ubangiji
Allah ya haskaka hikimarka ya kuma haskaka ta
Jahilci, rashin jituwa, da kuma kishi
Daga bakin teku na duniya har abada
Maida rauninmu zuwa ƙarfi
Kuma mun raunana cikin kuduri
Yi wa jikinmu caji da wutar lantarki mai mahimmanci
Kuma ku cika hankali da ruhi da hasken warkarwarku
Ka riƙe hannunmu domin kada mu nutse cikin ruwan
gafala daga gare Ka, kuma ka cika rayuwarmu da kaunarka
da hikimarka. Bari mu ji cewa muna kusa da Kai sosai kuma
.hasken rahamarka yana haskaka mana a koyaushe
Ina sanya furannin tunanina masu raɗa da ƙarfi
A cikin tsarin natsuwa

Kamshinta mai shiru yana waka
Kuma yana rera wakar daukakarka
Kuma da hasken haskenka mai tsarki
Ina ganin kyawun wanzuwarki
Mafarkai na masu farin ciki sun cika
Lokacin da haskenka ke walkiya a cikin raina
Labulen suna ci da wuta ta hikima
Ina ganin daukakarka, kuma farin cikina yana karuwa
Allah Ya haskaka muku da haskenSa
Kuma gaisuwa daga rai zuwa gare ku

Akwai buƙatu da buƙatu da yawa da duniya ta ɗora
mana kuma ta shawo kanmu game da mahimmancin su da
kuma rashin yiwuwar rayuwa ba tare da su ba ko kuma
samun damar yin hakan ba tare da su ba. Amma babban
abin da ake buƙata shi ne samun zaman lafiya na Allah,
wanda tushensa ba ya bushewa kuma tushensa ba ya
bushewa, kuma wanda ke ba da ɗanɗano da ma'ana ga
.komai a rayuwa

Bari mu tuna cewa Allah shine ainihin halittarmu, kuma
wannan kauna ita ce taga da muke kallon fuskarsa mai
daukaka. Duk wanda yake son jin kasancewar Allah kuma
yana kula da wannan babban sha'awar tunani da aiki, Allah
zai amsa rokonsa kuma ya taimake su su rusa labulen da ke
.hana su ganin hasken da ke da albarka

Duk wanda ya kuduri aniyar ci gaba a kan hanya ba zai
hana shi komai ba, kuma babu wani cikas da zai hana shi har
.sai ya cimma burinsa ya kuma cimma burin zuciyarsa

Lu'u-lu'u da Duwatsu na Ruhaniya

Wadanda ke fallasa raunin wasu kuma suna jawo musu
kunya da kiyayya ba su da hikima da hukunci mai kyau. Ya
kamata mu raina zunubi, ba mai zunubi ba, domin shi
ɗan'uanmu ne a cikin ruhi, duk da duhun jahilci da ke
kewaye da shi. Manufar hukunci ya kamata ta zama
warkarwa, ba ta yin murna da rauni ba. Ya kamata mu yi wa
ɗan'uanmu mai zunubi kamar yadda muke son a yi mana
.idan muna cikin matsayinsa da halinsa

Duk wanda ya boye laifin ɗan'uwansa a duniya, Allah zai
.boye laifinsa a lahira

Kamar yadda muke yi wa wasu shari'a, haka dokar
ruhaniya take yi mana hukunci iri ɗaya. Bai kamata mu yi
tsammanin abubuwa da yawa daga wasu ba, kuma kada mu
yi tsammanin sakamako mai kyau daga kowa, ko da kuwa
.suna yin iya kokarinsu

Mutum zai iya faɗuwa ya yi tuntube, amma zai kasance
cikin aminci matuƙar ya yi iya kokarinsa don sake hawa tsani
na nagarta da adalci

Kowace rana ya kamata mu yi kokarin ɗaga hankalin
majiyyaci a jiki, a hankali, ko a ruhaniya a muhallinmu,
.kamar yadda muke taimaka wa kanmu ko 'yan uwanmu

Duk wanda ya yi kokarin rayuwa bisa ga dokokin Allah -
maimakon tsohon rayuwar son kai da ke kawo wahala da
wahala - zai ga cewa komai girman matsayin da yake
takawa a rayuwa, zai ci gaba da kasancewa muhimmiyar
rawa matuƙar ya yi aikinsa gwargwadon yadda daraktan
wasan kwaikwayo na sararin samaniya da kuma shugaban
dukkann kaddararmu: Allah Maɗaukakin Sarki

Idan muka yi mu'amala da wasu da gaskiya ta gaske,
kauna ta gaskiya, da kuma la'akari da yadda muke ji, za mu
kawo abokai nagari cikin rayuwarmu ba tare da sha'awar

kanmu ko lissafin son kai ba tare da la'akari da komai ba; in
ba haka ba, ba za mu iya gane abokanmu na gaskiya ba

Ya zama dole a kawar da munafunci da kuma yin kamar
ba a yi ba, sannan a yi abin da ba zai cutar da wasu da
.gangan ba

Bai kamata a yi fushi, a raina abokai, ko a yi musu
rashin jituwa ba, kuma bai kamata a ba su wani dalili na
ɗaukar munanan ra'ayoyi a gare mu ba. Bai kamata a
wulakanta abokai, a yi amfani da su, ko a ba su shawara ba
tare da an nemi shawara ba sai dai idan an nemi shawara.

Lokacin da aka nemi shawara, ya kamata a ba da ita da
gaske da kirki, ba tare da tsoron sakamako ba. Abokai suna
taimaka wa junansu ta hanyar sukar 'yan'uwa masu ginawa
.da kuma masu ginawa

Matsalolin rayuwa masu wahala ba sa zuwa don
gurgunta nufinmu da kuma kayar da mu, sai dai don karfafa
kudurinmu da karfafa imaninmu ga Allah da kuma
amincewar kanmu. Wasu mutane suna kuskuren yarda cewa
wadannan abubuwan da suka faru da kalubalen karfi ne
masu barna da ba za a iya shawo kansu ba, don haka suna
barin tunani mai kyau yana da mahimmanci don kunna
karfin zuciyarmu don mu magance rayuwa da gwaje-
.gwajenta yadda ya kamata

Idan mutum bai yi gogayya da wanda ya fi shi karfi ba,
ba zai yi karfi ba. Hakazalika, idan muka fuskanci
wahalhalunmu da karfin hali da karfin hali, za mu kara karfi
.da juriya

Hankalinmu muhimmin bangare ne na sanin Allah mai
cike da komai A farkashin rakuman hankalinmu akwai tekun
saninsa mara iyaka Lokacin da rakuman ruwa suka manta
cewa bangare ne na babban teku, yana raba kansa da
wannan ikon teku Sakamakon haka, tunanin mutane yana

raunana saboda kuntatawa na abu kuma ba sa iya yin aiki
mai amfani da wadata da yalwar samarwa Lokacin da
hankali ya girgiza kurar jahilci ya karya sarkokin da ke ɗaure
karfinsu, za su kara samun ikon kirkira da mu'amala mai
.kyau da rayuwa

Idan ka rike wani ra'ayi ka kuma cika shi da karfi,
wannan ra'ayin zai canza zuwa karfin kuzari. Kuma lokacin
da tunani ya zama mai karfi, zai iya kirkirar yanayi mai kyau
don samun nasara, bisa ga taswirar da ba a gani ba da aka
.zana a cikin tunani

Mutane suna gazawa saboda sun yarda da mawuyacin
halin rayuwa ba tare da sun yi musu tsayayya ba, maimakon
su yi musu tsayayya ba tare da sun mika wuya ba

Wajibi ne a motsa jiki da kuma kunna karfin zuciya

Wadanda suka shiga wurin kwanciyar hankali za su iya
sadarwa ta ruhaniya da wasu rayuka wadanda ke kaunar
Allah, kuma za su iya fahimtar yaren wardi da dukkan halittu
.masu rai

Ya Ubangiji, ka zama Sarki ɗaya tilo da ke kan karagar
mulki bisa kaunata da sha'awata

Wadanda ke yin bimbini suna fuskantar kwanciyar
hankali mai zurfi, kuma ya kamata a kiyaye wannan
kwanciyar hankali na ciki ko da tare da wasu. Abin da
mutum ke koya a cikin bimbini ya kamata a yi shi a cikin
ayyukan yau da kullun da hulɗa da wasu, ba tare da barin
.kowa ya dame shi ko ya dame shi ba

Idan kana son kirkirar kyakkyawar dabi'a ko kwar da
mummunar dabi'a, mayar da hankali kan kwayoyin
.kwakwalwa inda hanyoyin halaye daban-daban suke

Domin kafa kyakkyawar dabi'a, da farko ka zauna a hankali ka yi bimbini, kana neman taimakon Allah, ka mai da hankalinka kan tsakiyar karfin niyya, wanda ke cikin goshin tsakanin girarka, kuma ka tabbatar da dabi'ar da kake son shukawa a cikin kwakwalwarka. Lokacin da kake son kawar da munanan halaye, ka kuma mai da hankali kan wannan cibiyar karfin niyya kuma ka tabbatar da cewa duk ramuka inda wadannan halaye suka kafu. Tare da mayar da hankali da karfin niyya, za ka iya goge har ma da zurfin ramuka na tsofaffin halaye masu tushe. Ka sake tabbatar wa kanka akai-akai cewa kana da isasshen karfin niyya don kawar da .halaye marasa kyau daga yankin kwakwalwa

Lokaci mafi dacewa don irin wannan tabbatarwa shine da sassafe lokacin da nufin da hankali suka kasance a .fadake

Ci gaba da tabbatar wa kanka cewa kana da 'yanci daga dukkan umarni kuma wata rana za ka ga cewa - Da taimakon Allah - ka riga ka 'yantar da kanka daga halin da kake son kawar da shi

Duk abin da kake tsoro, ka kore tunaninka daga ciki ka bar wa Allah shi, ka karfafa imaninka ga Allah ka kuma amince cewa zai iya taimaka maka

Wahala da yawa ta samo asali ne daga damuwa da damuwa Me yasa za ku sha wahala alhali abin da kuke jin tsoro bai ma faru ba tukuna? Ka yi tunanin hasken kariya na Allah da ke kewaye da ku a kowane gefe, kuma za ku ji kariyarsa mai ban mamaki

Tunda yawancin damuwarmu ta samo asali ne daga tsoro, idan muka kawar da tsoro daga rayuwarmu, za mu ji 'yanci kuma waraka za ta kasance nan take Kowace dare, kafin mu yi barci, ka tabbatar wa kanka cewa Allah yana tare .da kai, yana kare ka kuma yana kula da kai

A cikin wannan wasan kwaikwayo na sararin samaniya,
mutane na dukkan kabilu suna nuna labarin rayuwa a kan
mataki na lokaci. Dole ne mu fahimci ma'anar rayuwa ba
.tare da mun shagaltu da ayyukanmu na dan lokaci ba

Sau da yawa fahimtarmu game da rayuwa tana da
karkacewa da karkacewa domin muna kallo da idanun son
kai da kuma iyakantaccen hangen nesa. Idan muka kalli da
.idon rai, da mun ga abubuwa daga wani mahangar daban

Idan muka buɗe idon hikima, za mu ga hasken Allah mai
cike da komai, kuma a cikin wannan hasken za mu fahimci
yanayin ruhaniyarmu, wanda yake nuna yanayin sanin
duniya wanda ke ratsa dukkan kwayoyin halitta da sassan
.duniya

Gaskiyar ruhaniya ta kewaye mu, tana kwankwasa
kofofin idanunmu a rufe, tana karfafa mu mu ga haske
maimakon duhu, mu yi aiki da hikima maimakon jahilci, mu
cika zukatanmu da kauna maimakon kiyayya, da kuma haɗin
kai wajen kafa zaman lafiya da kawo wadata da tsaro ga
duniyarmu. Lokacin da muka yi haka, jahilci zai bace,
bambance-bambancen yanayi zai bace, za mu ga haɗin kai a
.kidayar jama'a, kuma za mu kara jituwa da nufin Allah

Dangantakarmu da Allah ba ta da sanyi ko rashin kauna
ba ce, kamar yadda take tsakanin ma'aikaci da ma'aikaci Mu
iyalinsa ne, kulawarsa a gare mu koyaushe take, kuma yana
sauraronmu koyaushe Mu muhimmin bangare ne na
kasancewarsa, kuma dangantakarmu da shi tana da rai
kuma tana da karfi

Mahaliccinmu ya ba mu wadata mai yawa ta kauna,
fahimta, fahimta, alheri, da karfin ruhaniya, duk da haka
yawancinmu ba mu batar da wannan dukiya akan komai ba
Allah yana so mu rayu cikin aminci, zaman lafiya, da haɗin
gwiwa na abokantaka, kamar yadda ya dace da iyali mai

daraja da kauna, amma kwadayi da lissafin son kai sun yi
tushe a cikin zukatanmu kuma sun haifar da rashin jituwa a
.tsakaninmu

Allah yana so mu zama shugabanni, amma mun zaɓi mu
zama bayi

Mutum ya yi nisa da gidansa na sama kuma ya rasa
aljanna ta ciki ta jin kusanci da Allah da Allah kusa da shi,
kuma ba zai iya sake samun wannan aljanna ba tare da
.kokarin kansa ba

Allah ya haliƙce mu cikin siffarsa, amma wannan
gaskiyar ta fita daga tunaninmu Mun yarda da ruɗin cewa
ƙaddararmu wahala ce kuma ƙaddararmu halaka ce Dole ne
mu yage labulen ruɗi da wuƙar hikima don ganin gaskiyar da
.ke bayanta mai haske

?Su wanene mu kuma menene ainihin halayenmu

Mutane suna da bambance-bambance a bayyane, ko a
yanayin tunaninsu ko motsin rai, rawar da suke takawa a
rayuwa, aikin da ayyukan da suke bi, ko sha'awar da suke ji.
Amma a ƙarƙashin duk waɗannan bambance-bambancen
akwai abubuwa biyu da kowane ɗan adam yake so kuma
yake buƙata ba tare da togiya ba. Daya shine 'yanci daga
kowane nau'in ciwo da buƙata. Dayan kuma shine cikakken
farin ciki mai ɗorewa—cikakken gamsuwa, inda zaman
.lafiya, kauna, hikima, da farin ciki suke

A gaskiya, abin da mutane ke ƙoƙarin cimmawa shi ne
Allah, ko sun yi amfani da wannan sunan ko ba su yi amfani
da shi ba. Masu hikima suna cewa Allah shine ainihin jin daɗi
da kuma ruhin farin ciki Kuma mutum ba zai sami cikakkiyar
gamsuwa ba sai dai idan ya fito kai tsaye daga tushen
sararin samaniya. Wannan muhimmin batu ne don fahimtar
.yanayin ɗan adam

?Amma ina mutane suke neman abin da suke nema

Suna neman sa ne kawai a cikin abubuwan duniya: a

cikin dukiya, yanayi na waje, da alaƙa da wasu mutane.

Amma ba zai yiwu a same shi a cikin komai, ko wani, ko kowane yanayi a wannan duniyar ba, idan aka yi la'akari da .yanayin halitta

Halitta ta dogara ne akan ka'idar biyuntaka Ba zai yiwu a sami hoto a launi ɗaya kawai ba, domin babu yadda za a yi ba tare da akasin haka ba. Hakazalika, ba zai yiwu ba ga kowane fanni na rayuwa ya wanzu a ware daga biyuntaka.

Duk da haka, bayan mun bincika sha'awar da ke motsa mutane, mun ga cewa kowannenmu yana son abubuwa masu kyau, masu daɗi, masu kyau, da masu kyau kawai, ba tare da ɗan sha'awar mu'amala da wani abu mara daɗi ko .mara daɗi ba. Amma hakan ba zai yiwu ba

A cikin wannan duniyar da ke da alaƙa da juna biyu, babu jin daɗi ba tare da zafi ba, babu haske ba tare da duhu ba, babu alheri ba tare da mugunta ba, babu rayuwa ba tare da mutuwa ba. Bangarorin biyu na tsabar kudin ba za a iya raba su ba. Wannan yana nufin cewa abin da muke sha'awa .a cikin kanmu ba za a iya samunsa daga wannan duniyar ba

Mutane suna nema—eh, suna nema da dukkan karfinsu

—amma ba sa iya samun abin da suke nema, wanda ke haifar da yanke ƙauna da rashin bege Wannan ba wai kawai yana haifar da yanke ƙauna ba har ma da babban fushi da fushi mai tsanani, kuma sakamakon haka ga ayyukan tashin hankali Duk wannan yana faruwa ne saboda ba sa neman abin da suke nema a wurin da ya dace, kuma sakamakon haka, ba sa samun abin da zukatansu ke so

Mutane a zamaninmu ba su da masaniya sosai game da

ma'anar rayuwa da manufarta, saboda haka suna fama da .rudani da ruɗani

A dabi'ance, mutane halittu ne masu manufa. Idan ba su da wata manufa a rayuwa, kuma idan hankalinsu, kuzarinsu, nufinsu, da motsin zuciyarsu ba a shirya su ta hanya mai kyau da ginawa ba, za su juya zuwa ga hanyoyin da za su lalata kamar shan barasa da shan muggan kwayoyi, amfani da tashin hankali, da sauransu. Babban burin rayuwa shine sanin Allah kuma yana da muhimmanci ga mutane su daidaita ayyukansu da ayyukansu na waje ta hanyar ayyuka na adalci, ra'ayoyi masu kyau, kyawawan halaye, da kuma .hanyoyin da za su bi wajen amfanar motsin zuciyarsu

Wadannan bangarorin biyu na yanayinmu—na ciki ko na ruhaniya da kuma na waje—ba sa karo da juna idan aka fahimce su daidai. Maimakon haka, suna tallafa wa junansu kuma suna taimaka mana mu haɓaka da haɓaka iyawarmu ta jiki, ta hankali, ta motsin rai, da ta ruhaniya da kuma .damarmu ta zahiri, ta tunani, da ta hankali

Mutane suna rayuwa cikin babban kogo, ba tare da motsa hankali ko motsa hankali ba. Suna jin gajiya saboda rashin manufa da rashin wani abu da zai iya ba rayuwarsu daraja da ma'ana. Matsakaicin mutum zai iya yin aiki da kuma yin abubuwa kamar suna da koshin lafiya a fannin ?tunani da tunani, amma shin suna farin ciki

Babban manufar rayuwa ita ce sanin ko mu wanene da kuma ainihin yanayinmu. Idan muka ba da zurfin fannoni na rayuwa kulawar da suka cancanta, ba makawa za mu ji daɗi, domin farin cikin ɗan adam yana da alaƙa da haɗuwa da ruhaniyar mutum, wanda ba tare da shi ba, babu wani .wanzuwa ko wanzuwa

Tsoron gazawa ko rashin lafiya yana tasowa ne ta hanyar yin tunani akai-akai game da shi har sai ra'ayin gazawa ya ratsa daga tunanin mai hankali zuwa cikin tunanin mai hankali kuma daga karshe ya kai ga mafi girman sani. Sannan, tsoro, wanda ya makale a cikin tunanin mai

hankali da mafi girman sani, ya fara karuwa da girma har sai
ya cika tunanin mai hankali da ciyayin tsoro waɗanda ba a
iya kawar da su cikin sauƙi kamar tunanin farko lokacin da
ya tsiro. Waɗannan ciyayi masu cutarwa daga karshe suna
haifar da 'ya'yan itace masu guba da mutuwa. Abin farin ciki,
ana iya kawar da tushen sa daga ciki ta hanyar mai da
hankali sosai kan karfin hali da kuma sanya sanin cikakken
imani ga Allah kuma yana iya taimaka wa waɗanda ke son
.taimakawa kansu da kuma kare su daga lahani

A da, wani karamin kumfa yana shawagi a saman teku,
yana tsoron guguwa da walkiya, sai ta ji wata murya tana
"?raɗa mata: "Karamar kumfa ta rai, me ke damunki

Ba ka san cewa kai ɓangare ne na teku na rayuwa ba?
Karamin kumfa ya duba ya fahimci wannan gaskiyar

Hankalin ɗan adam yana shawagi kamar karamin kumfa
A saman tekun sanin sararin samaniya, yana tunanin kumfa
ne na ɗan lokaci, yana rawar jiki da tsoron rashin lafiya,
talauci, da mutuwa Kai kumfa, shin kana jin tsoron teku?
Duba kewaye ka lura da kyau Canza ra'ayinka daga
kewayenka zuwa ga mulkin Allah mara iyaka Yi zurfafa
bincike, faɗaɗa fahimtarka, domin ka sani kuma ka tabbata
cewa kana da haɗin kai da babban tekunsa, kuma Allah yana
tare da kai Yana kare ka, Yana kiyaye ka, yanzu da har
abada

Gujewa tarkuna da tarkuna

Duk lokacin da ka ji wani babban sha'awa a zuciyarka
yana karfafa ka ka cika ta, yi amfani da fahimta ka tambayi
kanka, "Shin wannan kyakkyawar sha'awa ce da za a iya cika
ta, ko kuma mummunan sha'awa ce da bai kamata a
girmama ta ba?" Sha'awar abin duniya mara kyau tana
karfafa munanan halayenmu ta hanyar ba mu bege na karya
da farin ciki na karya. A irin waɗannan yanayi, dole ne a yi

amfani da ikon fahimta don bayyana gaskiya. Mummunan halaye a karshe suna haifar da rashin farin ciki. Lokacin da ainihin halayensu ya bayyana, ba za su iya kama mutum a .cikin tarkon wahala da tarkon wahala ba

Tunani da labarai

A rayuwa da mutuwa, cikin bakin ciki da masifu, bangaskiyata a gare Ka, Ya Ubangiji, ta kasance mai karfi da rashin karfi, mai karfi da rashin girgiza

Kowace numfashin sha'awa da addu'ata tana buɗe kofofi da tagogi a cikin raina waɗanda ta cikinsu nake wucewa zuwa ga ni'imar Allah

Kamar yadda rana ke haskakawa a wurare mafi cunkoso, haka nan zan ga hasken kaunar Allah a dukkan .fannoni na rayuwata da ayyukana na yau da kullum

Ya Ubangiji, ka albarkace ni, domin in tashe raina da .wayewar gari, in kai shi ga bakin kofarka mai albarka

Labarin barewa mai laushi

Musk abu ne mai daraja mai kamshi mai karfi, wanda ake samu a cikin cibiyar ta barewa ta musk da ke zaune a .tsaunukan Himalayas

Da zarar barewa ta kai wani lokaci, sai naman muski mai jan hankali ya fara bullo daga cibiyarsa a boye, kuma barewa ta fara jin haushin wannan kamshi mai kyau, ta fara .rawa tana neman tushen wannan kamshi mai dadi

Yana motsawa daga wuri zuwa wuri, yana shakar kamshi tsakanin duwatsu da karkashin bishiyoyi, yana neman ko'ina tushen wannan kamshi mai ban sha'awa

A karshe, yakan yi fushi da tashin hankali da damuwa
idan ya rasa abin da zai faɗa kuma ya kasa samun abin da
.yake nema da sha'awa da sha'awa

A wani yunkuri na karshe na isa ga tushen miski, yana
tsalle daga manyan duwatsu masu tsayi zuwa cikin zurfin
kwarin don fuskantar makomarsa da kuma fuskantar
mutuwarsa, a lokacin ne mafarauta za su iya kama shi su
.kuma cire jakar miski ko glandarsa daga ciki

Dangane da wannan, ɗaya daga cikin mawakan da suka
:yi fice ya faɗi wani abu kamar haka

!Kai barewa mai kitse, wawa

?Me yasa kake shan wahala? Me yasa kake rashin barci

Ana samun wannan miski

!Da jakar cikinka, wawa

Ko da ka taɓa hancinka

Daga gare ku ne kamshin sirrin ya fito

Da ka ci abin da kake fata

Kuma ka rayu ba tare da kashe kuɗi ba

Abokai na, ba ku tunanin cewa yawancin mutane suna
yin abubuwa kamar barewa na musk? Kullum kuma har
.abada suna neman farin ciki a ko'ina a waje da kansu

Haka ne, suna neman farin ciki a cikin wasa, kuma suna
shagaltar da kansu ga gajiya a cikin sha'awa da sha'awa.
Suna hawa hanyoyin arziki masu santsi har sai sun yi tsalle
daga tsaunukan bege masu girma zuwa duwatsun takaici da
gazawa lokacin da ba su iya samun farin ciki na gaske da
.aka adana a cikin zurfin zukatansu ba

Idan muka juya tunaninmu zuwa ciki, muka kuma yi
tunani sosai, za mu sami a cikin natsuwar rai tushen farin
ciki na gaskiya da dorewa da muke nema a cikin natsuwar
.rai

Bai kamata mu zama kamar bareyin musk ba, wanda ke
mutuwa a neman farin ciki a wuraren da ba su dace ba.
Maimakon haka, dole ne mu kasance a faɗaƙe mu kuma mu
yi koƙarin neman farin ciki a cikin kanmu, ba a wajen kanmu
.ba

Labarin Maɓallin

Akwai wani mutum da ya zo wurina ya ce yana fama da
:ciwon zuciya mai tsanani, sai ya kara da cewa

Na gwada abubuwa da yawa, amma ban iya kawar da"
"ciwon zuciya ba

Bayan na yi tunani a hankali, sai na roke shi ya kawo
:min almakashi. Ya dube ni cikin rawar jiki ya ce

"?Kana da niyyar yanke min zuciya, yallabai"

Na yi dariya na amsa, "Ni ba likita ba ne Shin ka taɓa jin
labarin wani mutum yana amfani da almakashi don yin
"!tiyata

A karshe, ya kawo almakashi ba tare da son rai ba, don
haka na yanke ɗaya daga cikin maɓallan rigarsa na ce masa
kada ya dinka wani maɓalli a wurinsa, kuma kada ya sanya
hannunsa a wurin da maɓallin ya ɓace. Na kuma gaya masa
ya dawo gare ni bayan makonni biyu, kuma ina tsammanin
.zai warke a wannan lokacin

Mutumin ya yi dariya ya ce, "Zan yi kamar yadda ka
tambaya domin na amince da kai, amma ina ganin ita ce
"!maganin da ya fi ban mamaki da aka taɓa rubuta min

Bayan makonni biyu sai ya zo wurina da gudu, yana
:mamaki

Kwararrun sun tabbatar min da cewa na warke daga"
cututtukan zuciya. Don Allah, me ka yi? Shin ka cire wani
"?aljani daga maɓalli

Na amsa da murmushi: "Eh! Hannunki yana ci gaba da
"wasa da maɓallin, kuma maɓallin yana daidaita da zuciya

Wannan maɓalli shine aljani da ke haifar maka da ciwon
zuciya. Don haka na yanke maɓallin na ce maka kada ka
maye gurbinsa ko ka sanya hannunka a kan zuciyarka. Ta
haka, zuciyarka ta huta daga matsin lamba kuma ta daina
!cutar da kai

Komai yana tafiya da sauri, kuma mutane suna aiki da
abubuwa da yawa. A dabi'ance, ya fi kyau a girbe albarkar
duniya fiye da bata lokaci, a bar lokacin ya wuce ka sannan
a kare hannu babu komai. Amma abin da ya kamata mutum
ya girbe shine girbi mafi wadata a rayuwa: kusantar Allah da
saninsa Hanya daya tilo da za a cimma farin ciki na gaske ita
ce a cimma wani abu a wannan duniyar da kuma cimma
.nasarar ruhaniya

Wadanda suka san Allah ba sa fara ayyukansu na yau
da kullun kafin su fara yin bimbini a kan Allah da kuma cika
zukatansu da karfin allahntaka mai albarka

Bukatun duniya da yawa na iya hana wadanda ke
neman burinsu na ruhaniya su kuma karkatar da su daga
hanyar da suka zaɓa. Amma wadanda ke da kuduri mai karfi
ba sa barin komai ya hana su tafiya; suna dagewa da kuduri
.ba tare da la'akari da yanayi mai wahala ko mara kyau ba

Ko menene duniya ta ba mu, ba za ta gamsar da
sha'awar zukanmu ba, wadanda ke sha'awar wani abu
mafi karko, mafi girma a cikin mahimmanci, kuma mafi

daraja fiye da duk abin da taskokin duniya da dukiyorsu ke
.kunsu

Idan mutum ya mutu—Allah ya sa ka dade—babu wani
iko a duniya da zai iya yi masa komai. Wanene zai iya
taimaka mana bayan mun bar wannan duniyar? Allah
Saboda haka, dole ne mu tuna cewa wannan duniyar tasha
ce ta ɗan lokaci a tafiyarmu zuwa gidanmu na sama, inda za
?mu rayu har abada a gaban Mai Rahamah Mai Jinkai

Yawan dukiya ba ya tabbatar da lafiya, zaman lafiya, da
inganci, amma samun zaman lafiya da inganci zai haifar da
.daidaiton nasara a matakan ruhaniya da na zahiri

Yawancin mutane suna haɓaka ingancin tunani ne kawai
don cimma nasarar abin duniya. Amma idan mutum ya zama
mai iko da kansa kuma ya sarrafa ikon tunaninsa kuma ya yi
aiki daidai da tsarin Allah, rayuwarsa za ta yi albarka, kuma
zai ɗanɗana ruhin ruhu yayin da yake a wannan duniyar. Ba
zai sake zama fursunan halaye da sha'awa ba, amma
saninsa zai canza zuwa zuciyar kasancewar Allah, kuma zai
zauna a can yana jin daɗin sabbin jin daɗi waɗanda ba sa
.jituwa da kwatanci

Jiki shine mafi girman kantin magani

Masu binciken lafiya sun gano cewa idan muka fuskanci
farin ciki mai yawa, jiki yana samar da magungunan rage
damuwa da sauran abubuwa masu rage damuwa waɗanda
suke da karfi da tasiri kamar waɗanda likitoci suka rubuta.
Jiki shine babban kantin magani a Duniya, wanda ke da ikon
samar da abin da ya dace a daidai lokacin da muke cikin
.jituwa da daidaiton ruhaniya da Allah ya sanya a cikinmu

Ba duk damuwa ba ce mai illa; damuwa tana tayar da
kuzarin da ke gudana a jikinmu kuma tana motsa aiki da
motsi Nazarin ya nuna cewa yawan damuwa yana da amfani

Amma matsalar tana tasowa ne lokacin da damuwa ta
wuce matakin lafiya

Kowannenmu yana da iyaka ta kansa ga damuwa, kuma
idan aka wuce wannan iyaka, sai mu kara damuwa fiye da
yadda ya kamata, kuma ba za mu iya sanin hakan ba har sai
.matsaloli sun fara bayyana a jiki, motsin rai, da tunani

Rayuwa tare da Allah farin ciki ne da farin ciki, yayin da
ba tare da Allah ba akwai damuwa, tashin hankali, wahala,
har ma da bala'i. To ta yaya za mu sami kwanciyar hankali
da natsuwa a cikin rayuwar da bala'o'i da masifu suka
?mamaye, kuma mu kawo ɗan farin ciki ga wannan duniya

Abu na farko da ake buƙata shi ne a san matsin lambar
.rayuwa a lokacin da muke karkashin tasirinsu

Allah Mai Hikima ne kuma Masani, kuma Ya bai wa
jikinmu sigina kamar jin daɗi, rashin jin daɗi, kwanciyar
hankali, da damuwa, kuma dole ne mu kula da waɗannan
sigina Akwai wata hikima ta Allah a cikin jikinmu da ke
ƙoƙarin gaya mana wani abu, kuma dole ne mu saurari
waɗannan sakonnin a lokacin damuwa ko hutawa. Idan ka ji
damuwa, ka mayar da hankalinka ga bangaren jikinka da ke
fuskantar damuwa, sannan ka yi numfashi mai zurfi, a lokaci
guda kuma ka matsa wannan bangaren a hankali har sai ya
yi rawar jiki. Sannan ka huta ka saki tashin hankalin. Wannan
zai taimaka wajen kiyaye daidaito mai kuzari da
.mahimmanci a jiki kuma ya kare shi daga illolin damuwa

Haka nan za mu iya sarrafa damuwar motsin rai ta
hanyar numfashi Idan kun ji tsoro ko wani motsin rai mai
cutarwa, ku shaka a hankali, zurfi, da kuma sau da yawa,
kuna barin jikinku ya huta da kowane fitar numfashi.
Wannan zai taimaka wajen rage bugun zuciyarku, dawo da
zagayawar jini yadda ya kamata, saukaƙe kwararar kuzari

mai mahimmanci ta cikin jijiyoyinku, da kuma taimakawa
.wajen kwantar da hankalinku da kuma share tunaninku

Rayuwa ba yanayi ne na gaggawa ba; kyakkyawan bayyanar allahntaka ne, kuma ya kamata mu ji dadinsa. Bari mu tuna cewa murmushi iko ne; idan ba mu yi amfani da shi .ba, za mu rasa wani muhimmin bangare na rayuwa

Mutane rayuka ne masu motsin rai da ji, kuma suna da jiki da suke sawa kamar tufafi ko suturar waje. Amma matuƙar muna rayuwa ne kawai a kan matakin jiki da motsin rai, za mu fada karkashin mummunan tasirin damuwa da .tashin hankali

Idan muka yi daidai da yanayinmu mai mahimmanci,
wato ruhu, farin cikin ruhu yana gudana cikin zuciya kuma
ya rikide zuwa soyayya Jin wannan soyayya, wacce ke da
alaka da kwanciyar hankali da natsuwar rai, da kuma aiki da
mu'amala a karkashin tasirinta mai jituwa, ita ce hanya mafi
dacewa ta rayuwa ta halitta a cikin duniyar da ke cike da
tashin hankali da sabani. Daidaita wannan farin ciki shine
.mafita ga matsalolin rayuwa

Lura: Dangane da wannan magana: "Jiki yana samar da maganin rage damuwa da sauran abubuwa da ke rage damuwa da tashin hankali, ba su da karfi da tasiri fiye da waƙanda likitoci suka rubuta," wannan ba shawara ba ce da za a yi watsi da shawarwarin likita da magunguna, don haka .bukatar karin bayani

Lissafin maganadis

Mutum mai karfi da kuma halaye na mugunta + mutum mai kirki amma mai rauni = mugun maganadis ya fi alheri

Mutum mai rauni mai mugun nufi + mutum mai karfi
mai kyawawan halaye = maganadis mai kyau yana cin
nasara akan mugunta

Magnetism mai rauni na ruhaniya + mugun
biomagnetism = karfin maganadisu mai karfi

Karfin dabi'a mai karfi + karfin dabi'a mai rauni = karfin
dabi'a mai karfi

Mutumin da ke da fushi da tashin hankali + mutumin da
ke da tawali'u da kirki = maganadisu na fushi ya fi tawali'u
rinjaye

Karfi, daidaito, da kuma natsuwa + halin da wani
lokacin ke haifar da rashin gamsuwa = karfin natsuwa yana
rinjaye

Rashin karfi na yau da kullun + karancin rauni mai karfi
= karfin maganadisu

Nasara mai karfi mai kyau + nasara mara kyau =
ingantaccen nasara

Girgizar gazawa mai karfi + girgizar nasara mai karfi =
ko dai karfin maganadisu mai karfi ko karfin maganadisu mai
karfi, ya danganta da yanayi da yanayi

Hankali mai karfi, mai lafiya + cikakken jahilci = ko dai
wayo da fasaha ko jahilci da wauta

Ikon ruhaniya mai ban mamaki + ikon amfani mai ban
mamaki = maganadisu na ruhaniya - iko mai ban mamaki na
aiki

Da mutane za su iya ganin tarin halittun duniya a cikin
sararin samaniya da ke kewaye da su, watakila wasu za su yi
kokarin nemo waɗanda suka mutu Allah ya buɗe idanuna na
ruhaniya, kuma ina ganin da yawa daga cikin waɗannan
rayuka waɗanda suka bar duniyar duniya Ta hanyar mai da
hankali sosai kan idon ruhaniya (tsakiyar goshi), mutum zai
iya gani da hangen nesa na ciki duniyar mai haske wacce

dukkann rayuka masu kyau wadanda suka hau zuwa sararin
samaniyar ether zuwa gaban Mafi Rahamar

A cikin mutane, zuciya tana aiki a matsayin mai karɓar
mara waya kuma ido na ruhaniya a matsayin mai watsawa
Ko da ba za ka iya ganin kaunattunka da suka mutu ba,
idan ka mai da hankali kan zuciya cikin natsuwa, za ka
iya jin kasancewar wadanda kake kauna wadanda yanzu
suke rayuwa cikin jiki na zahiri, suna jin daɗin zaman lafiya
da amincin Allah kuma suna farin ciki da 'yancinsu daga
kuntatawar jiki, don haka za ka sami kwanciyar hankali a
cikin kwanciyar hankalinsu kuma zuciya ta gamsu game
.da su

Idan na furta sunan Allah, dukkan jikina zai narke cikin
farin ciki mai girma. Amma wannan yanayi ya zo mini ne
kawai bayan kokari mai yawa. Da farko, ban kasance mai
sha'awar sha'awa ba, domin hankalina ya bace a lokacin.
Amma yanzu, da zarar na mayar da hankalina da wayewar
kaina kan cibiyar ruhaniya - sararin da ke tsakanin gira - duk
tunani ya bace, numfashi ya kare da kansa, zuciya ta daina
bugawa, tashin hankalin hankali ya ragu, da kuma yanayin
saukawa kan rai, don in fuskanci farin ciki na ruhaniya kuma
.in lullube cikin ni'imar Allah

Karin maganar zinare

Farin ciki hakkina ne, gadona ne, kuma boyayyen
taskata ta Allah Ka shirya da ni in sami taskata a cikin kaina
.da ta fi mafarkin sarakuna

* **

Rayuwa motsi ne mai hankali tare da tsari na yau da
kullun. Tana siffanta kanta a cikin abubuwa marasa rai, ko
kuma tana daukar siffa mai rai da motsi. Rayuwa tana da
.komai kuma tana ratsa komai

* **

Ya Babban Masoyina, Kai ne rayuwa Kai ne burina da
burina
* **

Ka yi mini fure mai fure a cikin lambunka na sama, ko
kuma wani lu'u-lu'u mai sheki a cikin sarkar soyayyarka mai
haske, ko kuma ka ba ni babban girmamawa: mafi kankanta
wuri a cikin zuciyarka
* **

Duk inda wasu suka yaba da kokarina na yin nagarta, to
a nan ne zan iya bayar da mafi kyawun sabis
* **

Bari mu saka kafet din zinare na mafarki tare da zare
mai laushi na tunawa mai daɗi da tunani mai kyau
* **

Soyayya kamar takarda ce da ke goge hankali kuma
tana kawar da rashin kunya daga hali
* **

Annoba, bala'o'i, da canje-canje masu karfi a cikin
yanayi waɗanda ke kawo barna, halaka, da cutarwa mai
yaduwa ba " ka'idodin Allah" ba ne Waɗannan bala'o'in sun
samo asali ne daga tunanin ɗan adam da ayyukansa. Duk
inda daidaiton nagarta da mugunta na duniya ya lalace ta
hanyar tarin rakuman ruwa masu cutarwa da girgizar kasa
da ke faruwa sakamakon munanan manufofi da kurakuran
ɗan adam, hargitsi yana mulki kuma halaka ta yadu ta biyo
.baya
* **

Zan ɗauki mafi kyawun abu daga kowace al'umma,
kuma zan yaba da kyawawan halaye na dukkan kasashe ba
tare da mai da hankali kan kurakuran su ba
* **

Kamar yadda muke damuwa da muhimmancin abinci
mai gina jiki na yau da kullum, ya kamata mu kuma kula da
sinadaran gina jiki na tunani da muke samarwa a zukatanmu
.kowace rana

* **

Kalmomi masu daɗi magani ne mai ban mamaki ga
cututtuka da yawa, suna da karfin maganadisu mai karfi,
kusan sihiri, wanda ke kawo albarka da wadata ga mai
magana da su. Waɗanda ke amfani da kalmomi masu
kwantar da hankali da taushi suna jin wani karamin kwararar
ruwa yana gudana ta cikinsu ba tare da katsewa ba, cike
suke da nutsuwa mai zurfi. Wannan saboda wannan
kwararar ruwa tana da alaƙa da tushenta mafi girma,
kwararar ruwa mai ɗorewa wanda ke isa ga rayuka cikin
jituwa da wannan tushen, yana ba su damar isar da farin ciki
.ga waɗanda ke sha'awar zaman lafiya

* **

Kalmomi nawa masu daɗi daga zuciya suka kawar da
baƙin ciki da yawa kuma muryoyi masu hikima nawa ne suka
!haskaka hanyoyi masu duhu da fitilun farin ciki da natsuwa

* **

Muna girma ta kowace irin gogewa da muka fuskanta,
matuƙar mun fahimci cewa za mu iya koyon darussa masu
amfani daga gare su. Kowane ciwo da wahala da muke
.fuskanta yana da ma'ana da manufa

* **

Duk da tsananin gwaje-gwajen, suna kama da wuta da
ke narkar da karfe don mayar da ita karfe mai kyau, mai
.ɗorewa, kuma mai amfani

* **

Duk nasarorin da na samu a rayuwata an cimma su ne
ta hanyar ikon tunani cikin jituwa da Allah. Lokacin da injin
samar da wutar lantarki na Allah ke aiki, duk abin da nake so
yana faruwa ba tare da togiya ba, da farko yana ɗaukar
siffar kira mara ganuwa, sannan ya bayyana da karfi mai
.karfi a zahiri

* **

Idan hankali ya yi wa Allah rada mai raɗawa daga zurfin
rai mai sha'awa, kiran ruhu zai taɓa zuciyar duniya, kuma

amsar za ta zo, ta kawo farin ciki mai yawa. Wannan
radawar hankali tana haɓaka nufin har sai ya sami karfin da
.ake bukata don cimma burin da ake so

* **

Idan tunanin mutum da nufinsa suka yi daidai da Allah,
ana ba shi iko marar iyaka, don haka kawai tunanin wani abu
ya isa ya cimma hakan, domin dokar Allah tana aiki ne don
.amfanin waɗanda suka yi daidai da nufin mafi girma

* **

Bai kamata mutum ya sadaukar da dukkan baiwar
hankali da Allah ya ba shi don neman abubuwa masu sauri
ba, don kada ya rasa kansa a cikin labulen son abin duniya
ya kuma kirƙiri kuntatawa da kuntatawa marasa amfani ga
kansa. Madadin haka, ya kamata ya yi amfani da ikon
iliminsa don samun abubuwan da ake bukata na rayuwa
kuma ya yi ƙoƙari ya haɓaka basirarsa ta dabi'a don
bambance tsakanin nagarta da mugunta, da tsakanin abin
.da ke cutarwa da abin da ke da amfani

* **

Gaskiyar ta wuce ra'ayoyi da ka'idoji, kuma da yawa
waɗanda suka rungumi wannan hanyar suna dāure kansu da
.sakamakon da suka cimma

* **

Ya Ubangiji, ka buɗe kofofin natsuwa ka kuma tsare
wurin ibadar tunanina na ruhaniya daga hare-haren radadin
mugunta. Ka kuma bar furannin sha'awata su yi fure a cikin
.lambun zuciyata yayin da nake jiran fitowarka

* **

Ilimin ka'ida ba zai iya samun ilimin allahntaka ba, kuma
yana da kyau kada a batar da lokacin mutum mai tamani
akan ka'idoji waɗanda ba za a iya amfani da su a zahiri ba,
in ba haka ba mutum zai sami kansa a tsakiyar dazuzzukan
.ilimi masu yawa kuma ba zai iya wuce fagen ka'idoji ba

* **

Farin ciki shine sakamakon nasarar tunani akan yanayi
mai canzawa na rayuwa

* **

Wanda Allah ya gane zai iya zama wanda duniya ba ta
sani ba

* **

Idan mutum ya tsara kansa da ilimin ka'idoji [ba tare da
gwaji na gaske ba], zai zama kamar na'urar rikodi mai
ɗaukuwa wadda ke maimaita karin magana da kuma
maimaita manyan jimli, wasu kuma za su ɗauke shi a
matsayin kwararren masani, amma irin wannan ilimin ba a
karfafa shi ta hanyar fahimtar gaskiya kai tsaye ba, kuma ba
.a daidaita shi da cimma burin ruhaniya ba

* **

Matsaloli za su ci gaba a duniya, to ina mutum zai iya
komawa don neman jagora da alkibla? Tunanin mutum,
wanda halaye, son zuciya, son zuciya, da tsattsauran ra'ayi
suka rinjayi, ba shi da wani amfani, kuma tasirin muhallin
mutum, iyali, kasa, ko duniya ba zai iya samar da jagora na
gaskiya ba. Saboda haka, dole ne mutum ya koma ga Allah
ya saurari muryar natsuwa da nutsuwa da ke fitowa daga
.zurfin rai, murya mai jituwa da gaskiya

* **

Buɗe zukatanku ga fitowar allahntaka domin ta gudana
ta cikinku ta kuma cika rayuwarku da albarkar ruhaniya da
alheri

* **

Ko da kuwa aikin da za ka yi da kuma duk wani nasarori
da za ka iya cimmawa, ka tuna cewa Allah ne tushen da ke
ba ka dukkan karfin da kake bukata don yin aiki da
.cimmawa

* **

Bari in tuna da kai, ya Ubangiji, cikin talauci da wadata,
cikin rashin lafiya da lafiya, cikin jahilci da hikima, kuma ka

bar ni in ga haskenka mai albarka wanda ke ba da lafiya da
waraka nan take

* **

A cikin kafaici na tunani, ina sha'awar jin muryarka mai
albarka Ka kore min muryoyin duniya masu tsauri da ke
boye a cikin tunanina Ina so in saurari muryarka mai
.natsuwa da dadi har abada cikin natsuwar raina

* **

Rayuwa tana lullube da duhu, kuma wani lokacin muna
tuntube mu kuma muna jinkirin ci gaba Dole ne mu bar
hasken Allah ya zama fitilar jagoranmu yayin da muke tafiya
cikin hanyoyin duhu na rayuwa. Shi ne cikakken wata a cikin
daren jahilci da duhu, rana mai haske a cikin lokutan
farkawa, hasken jagora, kuma tauraron jagora ga wadanda
.ke ratsa tekuna na rayuwa ta duniya, mai wucewa

* * *

Lokaci ya yi da mutum zai farkar da hankalinsa daga barcin
mantuwa zuwa farkawar ruhi

* **

Muna rokonka, ya Ubangiji, ka daga wayar da kan mu
daga zurfin jahilci da tunani mai kunkuntar, mai iyaka zuwa
ga zaman lafiya, haske, kauna, da tausayin dan adam na
.duniya baki daya

* **

Daga karshe abubuwa za su inganta domin ikon Allah da
abubuwan al'ajabinsa suna boye a bayan sabanin rayuwar
dan adam, kuma duk wanda bai gamsu da rashin makawa
na yanayin ba kuma ya yi kokarin shiga cikin tunaninsa da
imaninsa zuwa ga abin da ke bayan labule, za a buɗe masa
kofa wadda [kowane hannu mai imani ya buga]

* **

Imani ba ya nufin yin sakaci ko rashin yin mu'amala da
yanayi cikin hikima. Maimakon haka, komai abin da ya faru,
dole ne mutum ya tabbatar wa kansa cewa Allah ne kafai

zai iya tallafa masa a cikin mawuyacin yanayi idan ya juyo
.gare shi da dukkan zuciyarsa, ransa, da kuma yadda yake ji

* **

Da hankalinmu ya isar mana da dukkan gaskiya, da mun
ga Duniya a matsayin kogunan electrons, kuma da mun ga
.kowace kura a matsayin wani haske mai birgima

* **

Wadanda suka shiga cikin fahimtarsu daga abu zuwa
ruhi sun fahimci yanayin ruhani kuma sun san ainihin
gaskiya

* **

Ko mutum yana cikin dazuzzukan Afirka, a fagen daga,
yana fama da rashin lafiya ko talauci, dole ne ya shawo kan
kansa cewa hannun Allah ya fi karfi fiye da haɗari kuma
.yana iya kare waɗanda ke neman mafaka a gare shi

Babu wata hanya mafi inganci ta kare kanka. Tabbas,
dole ne mutum ya yi amfani da dabaru wajen magance
abubuwan da suka faru kuma a lokaci guda ya yi imani da
.taimakon Allah

* **

Soyayyar da ke zaune a cikin zukatan dukkan halittu—
soyayyar dukkan uwaye, ubaye, abokai, da kaunatattu—ta
samo asali ne daga kaunar Allah

* **

Dole ne a bambanta tsakanin manyan ayyuka da
kananan ayyuka, tare da fifita mafi mahimmanci akan mafi
mahimmanci. Bugu da kari, babu wani aiki da ya kamata ya
saba wa wani. Littattafai suna gaya mana cewa lokacin da
wani aiki ya saba wa wani, shaida ce cewa ba aikin gaske ba
.ne

* **

Yayin da hasken rana ke yaɗuwa, zan yaɗa hasken bege
ga zukatan talakawa da waɗanda aka yi watsi da su

[wadanda al'umma ta yi watsi da su], kuma zan sanya sabon
.kuduri a zukatan wadanda suke tunanin sun gaza

* **

Malam Paramahansa ya ce wa daya daga cikin
almajiransa: "Kada ka ware kowa daga cikin da'irar
kaunarka. Ka riƙe kowa a cikin zuciyarka, za su kuma riƙe ka
".a cikin nasa

* **

Ya Ubangiji, ka taimake ni in yi amfani da nufina
koyaushe don cimma ayyuka masu amfani da nagari
Ka taimake ni in bi nufinKa domin dukkan tunanina su
amsa manufofinKa kuma su yi daidai da nufinKa
Ya taimake ni na farkar da ikon da ke boye, mai albarka
a cikina domin in shawo kan dukkan matsaloli da gwaji

* **

Ku farka ga wannan halin ruhaniya mai karfin hali da
tawali'u - wanda ya hada karfin zakuna da tawali'un kurciya

* **

Ba zan damu da sukar karya, ko kuma yabo da yabo mai
yawa ba. Burina kawai shi ne in yi nufinka, ya Ubangiji, in
.kuma sami tagomashinka

* **

Ba za ka iya tunanin irin farin cikin da zai cika ka ba idan
ka ji kasancewar Allah. Ranka zai bugu da kaunar Allah
marar iyaka. Soyayya ce da ta fi kowace kaunar dan adam
sau miliyoyi - soyayya ce da ke cika dukkan sha'awarka
.kuma take cika zuciyarka da farin ciki da gamsuwa

* **

Ta hanyar mayar da hankali a cikin zuciyar, za ku iya
fuskantar jin daɗin ruhaniya kai tsaye a cikin kanku da
kewaye da ku. Idan kun haɓaka wannan wayewar, halayenku
zai girma cikin jituwa, kuma za ku sami kyakkyawar magana
.ga mutane da sauran halittu

* **

Ya Mai Kariya Mai Girma, ban damu ba ko na rasa komai
saboda kaddara ta, wadda ta samo asali ne daga kaina,
amma ina rokonka, mafakata ɗaya tilo, da ka kare kyandir
.ɗin kaunata a gare ka daga iskar sakaci da mantuwa
* **

Bari mu sha ruwa mai tsarki mai wartsakewa na salama
da ke fitowa daga maɓuɓɓugan yanayi masu kyau, wanda
kudurinmu na yin tunani mai kyau da kuma samun
.kyakkyawan fata ya kara mana
* **

Lamiri wata ji ce mai fahimta da ke bayyana ainihin
yanayin mutum da manufofinsa. Idan lamirinka ya kasance
mai tsabta, kuma ka san kana yin abin da ke daidai, ba ka da
abin tsoro. Lamiri mai tsabta shaida ce ta kyawawan halaye
daga Allah. Samun 'yanci a kotu na lamiri yana nufin samun
.farin ciki da samun albarkar Allah
* **

Ka yi kokarin yin abubuwa masu karfin hali da faranta
rai waɗanda yawancin mutane ba sa yi, kuma ka ba
waɗanda wasu suka yi watsi da su kauna da zaman lafiya
* **

Malam Paramahansa ya ce wa ɗaya daga cikin
:almajiransa
Idan ba ka batar da lokaci wajen gina tunani ba, babu"
wani abin duniya da zai gamsar da kai. Wannan noma ba
azabtarwa ba ce, a'a, horar da sani ne don ciyar da tunani da
".ayyukan da ke haifar da farin ciki

Farin cikinka shine nasararka, don haka kada ka bari
wani ya sace maka shi Kare kanka daga waɗanda ke kokarin
dame ka Lokacin da nake yaro, nakan rasa hakurina duk
lokacin da wasu mutane ke yaɗa jita-jita game da ni Daga
baya, na fahimci cewa kwanciyar hankalina ya fi
muhimmanci fiye da amincewar mutane ko yabo

* **

Da ace ka san labarin kaunar Allah da wasu masu bauta
ke fuskanta tare da Allah! Babu wata kwarewa a rayuwa da
za ta iya kwatantawa da wannan farin cikin da na san wani
waliyyi wanda koyaushe yake cikin kaunar Allah, kuma
fuskarsa tana haskaka kaunar Allah mai tsarki. Idon Allah
koyaushe yana kan waɗanda suke kaunarsa, kuma ba ya
.taɓa barin su ko da na ɗan lokaci

* **

Kadan ne daga cikin waɗanda ke da sha'awar haɓaka
karfin tunani da ruhaniyarsu

* **

Kada ka bari kanka ya nutse har kasan ɓata lokaci. Ka
tashi daga barcin gaskiya mai ban sha'awa ta yau da kullun
ka nufi inda rayuwa mai kyau take, inda ake samun nasara,
.farin ciki, da kwanciyar hankali

* **

A cikinka akwai babban damar da ke jiran a saka
hannun jari, kuma kai kaɗai ne ke da ikon kunnawa da kuma
.amfana da shi

* **

Yanci daga ka'idodin munanan halaye da sha'awa'
marasa kyau yana kawo farin ciki mafi girma fiye da nasarar
abin duniya

Nasarar adabi tana kawo farin ciki na tunani wanda
yanayi na waje ba zai iya ɗauke maka ba

* **

Za ka iya ɓatar da duk lokacinka wajen tara kuɗi, amma
wannan kuɗin ba zai ba ka kwanciyar hankali da tsaro mai
ɗorewa da kake nema ba. Akasin haka, zai kara kawo maka
baƙin ciki domin farin ciki da zaman lafiya suna cikin tunani,
.ba a cikin abubuwa da kansu ba

* **

Kada ka bari rauni ya shiga zuciyarka, ka yi taka-
tsantsan lokacin da kake hulɗa da mutanen da ke da

mummunan tunani da kuma hangen nesa na rashin bege,
kada raunin tunaninsu ya shiga zuciyarka, sai dai idan
hankalinka ya kai wani mataki na karfi ta yadda tunanin
wasu ba zai iya raunana shi ba, amma akasin haka, yana iya
.karfafa tunanin wasu da kuma kara musu kwarin gwiwa

* **

Allah ne ya fara zuwa, kuma bai kamata mu fara ko mu
kare ranarmu ba tare da tunaninsa ba. Dole ne mu tuna
cewa ba tare da karfi da kuzarin da muke samu daga Allah
ba, da ba za mu iya cika kowace irin aikinmu ba. Wannan
.shine babban aikinmu a gare shi

* **

Akwai hanyar kimantawa da kuma yin hukunci kan
al'adu da al'adu Da farko, kowace al'ada tana da hujja Idan
muka ga cewa hujja har yanzu tana da gaskiya, to al'adar
tana da ma'ana da fa'ida Duk da haka, ba hikima ba ne a bi
al'adu a makance Dole ne mu san abin da ke daidai kuma
mu bi shi, mu fahimci abin da zai iya kawo mana farin ciki
.sannan mu yi amfani da shi

* **

Idan ka ga mutane da yawa ba su da farin ciki ko
nasara, kada ka dauka cewa wannan shine kaddararsu. Za
ka iya mai da kanka duk abin da kake so ya zama. Nasarar
.da kake samu a cikin zuciyarka ita ce ke sa ka yi nasara

* **

Idan ba ka da komai a cikin kanka, ba za ka yi farin ciki
ba. Amma idan ba ka da komai a kusa da kai kuma kana
farin ciki a cikin kanka, babu shakka za ka yi nasara. Don
haka, ba zai yiwu a yi hukunci a kan mutane bisa ga yanayin
.da suke ciki ba

* **

A cikin taron jama'a mai yawa, akwai mutumin da ya kai
matsayin daukaka ta ruhaniya kuma yana jin daɗin
kwanciyar hankali na ciki da farin ciki na ruhaniya mafi girma

* **

Na san tabbas cewa duk abin da nake bukata zai zo
mini, saboda haka ban damu da abin da makomar za ta
kunsa ba. Wannan ba alfahari ko zato ba ne, domin na taba
aiki da ingancin wannan iko mai albarka a rayuwata sau da
.yawa

* **

Ko ina iyo a saman rayuwa ko kuma ina nutsewa cikin
zurfin teku, na san cewa ina tare da Allah kuma yana tare da
ni, kuma babu abin da zai iya cutar da ni. Wannan ilimin ya
.ba ni farin ciki mai zurfi da ba za a iya misaltawa ba

* **

Babu shakka cewa siyan wani sabon abu abin jin dadi
ne. Amma bayan wani lokaci, wannan jin dadin yana raguwa
a hankali, kuma za ka iya rasa sha'awarsa gaba daya, ka
manta da shi kuma ka yi sha'awar wani abu. Duk da haka,
ba za a manta da lissafin wannan kayan ba, musamman idan
!ka saya a kan lokaci

* **

Ya kamata mutum ya mallaki ragamar rayuwarsa ya
kuma saukaka ta gwargwadon iyawarsa. Ya kamata ya
adana kuɗi don abubuwan bukata da gaggawa, ya fi ba da
fifiko ga tanadi fiye da kashe kuɗi kan abubuwan jin dadi,
kuma ya taimaki wasu gwargwadon iyawarsa. Idan ka
taimaki wasu, taimako zai zo maka ta wata hanya, kuma ba
.za ka rasa komai ba kuma za a hana ka komai

* **

A cikin farin cikin dukkan zukata, ina jin karar ni'imarKa,
Ya Ubangiji, kuma a cikin abota ta dukkan masu aminci, Ina
jin kaunarKa Ina farin ciki kuma zuciyata tana farin ciki da
nasarar da wadata ta abokaina, kamar yadda nake farin ciki
da jin dadin kaina da kwanciyar hankalina Yayin da nake
wahayi zuwa ga wasu, Ina ninka taskokin hikimata, kuma a
.cikin farin cikin kowa, ina samun nawa

* **

Babban abokin gaba na farin ciki shine rancen kudfi don siyan kayan jin dadi. Mutane suna kuskuren yarda cewa ba za su iya yin farin ciki ba sai sun sami wani abu na musamman. Amma ko da bayan sun sami wannan abu, ba za su sami farin ciki na gaske ba, duk da farin ciki na dan lokaci da yake kawowa. Menene amfanin bin kawance na farin cikin duniya wanda ke alkawarin karyewa? Ya kamata mutane su rayu cikin sauki, ba tare da bukatar dukiya mai .yawa da ke bukatar kulawa akai-akai ba

* **

Aljannata tana cikina Yayin da nake jin dadin ni'imomin Allah, ina gode masa, kuma farin cikina yana karuwa Ba tare da wannan gamsuwa ta ciki ba, har ma jin dadin duniya da farin cikinta suna zama jahannama na fahimci cewa ba tare da wannan farin cikin ciki ba, nauyin da aka dora mini da zai .hana ni kwanciyar hankalina ya kuma hana ni farin ciki na

* **

Idan dukiya ta haɗu da rashin lafiya da matsaloli, sakamakon zai zama da yawa Tsafta da kiwon lafiya suna daga cikin karfin Yammacin duniya. Ana sarrafa kwari masu cutarwa da kwayoyin cuta masu kisa yadda ya kamata a kasashe masu tasowa, yayin da suke da yawa a wasu. Amma kwar da waɗannan kwari ba shine babban abin da za a cimma ba, saboda akwai wasu nau'ikan matsaloli a kasashe masu tasowa, kamar su kuɗaɗen da ba su da wahalar biya da kuma matsalolin kudfi masu shakatawa saboda tsarin siyan kashi-kashi—wahalolin da ke damun .barci da kuma lalata kwanciyar hankali

* **

Mu muhimmin ɓangare ne na irin wannan fahimta da .wannan babbar duniya ta fito daga gare ta

* **

Shin ka taɓa ganin garken tumaki? Idan ɗaya daga cikinsu ya yi tsalle, sauran garken suna kwaikwayonsa ba

tare da bata lokaci ba Yawancin mutane haka suke, wani zai
iya kawo wani ra'ayi ko ya gabatar da wani sabon salo, wasu
kuma nan take za su hau kan wannan tsari su kwafi shi.
Wannan tsari ya dade tsawon tsararraki. Kowace kasa tana
da al'adu da al'adunta, kuma ba za mu iya iƙirarin cewa duk
sun yi daidai ko kuma sun yi daidai ba. Amma wa ya sani?
Wataƙila wasu daga cikin waɗannan al'adu da al'adu ba su
.da ma'ana kuma ba su da ma'ana

* **

Idan guguwar tunani mai cike da rudani ta lafa, za mu
shiga mulkin zaman lafiya mu kuma taɓa kasancewar
allahntaka

* **

Ka yi tunanin Allah, ko kyakkyawan wuri mai ban
sha'awa wanda ke karfafa zaman lafiya, ko kuma wata
kyakkyawar gogewa mai dadi. Ayyukan tunani masu kyau da
.natsuwa suna karfafawa da wartsakewa

* **

Muna rayuwa ne a cikin duniyar da ke cike da rudani da
rudani. Kuna iya tunanin kuɗi yana nufin farin ciki, amma
idan kun same shi, kuna ganin har yanzu ba ku da farin ciki.
Kuna iya samun arziki kuma - Allah ya kiyaye - rasa
lafiyarku. Ko kuma kuna iya samun lafiya mai kyau ku rasa
kuɗinku. Ko kuma kuna iya samun wadata da lafiya amma
kuna fuskantar matsaloli da yawa tare da wasu, kuna ba da
alheri kawai don a gamu da fushi da kiyayya a madadin. Ba
tare da Allah ba, babu wani abu a wannan rayuwar da zai iya
.gamsar da ku da gaske

* **

Duniya ta zama ɗakin azabtarwa ga waɗanda ke rayuwa
cikin rashin sanin tsarin Allah. Amma idan ka ɗauki
abubuwan da suka faru a rayuwa a matsayin malamanka
kuma ka koya daga gare su ainihin yanayin wannan duniyar
da kuma rawar da aka ba ka a cikin wasan kwaikwayo na
sararin samaniya, waɗannan abubuwan sun zama haske mai

mahimmanci akan hanyar zuwa ga gamsuwa da farin ciki
.mai dorewa

* **

A can, bayan duhun da ba shi da duhu, shiru mara sauti,
da kuma rashin komai da ba a halitta ba, akwai ainihin
madawwami, wanda shine asalin wanzuwa kuma tushen
dukkan iko da halittu, waɗanda ake iya gani da waɗanda ba
.a iya gani ba

* **

Allah bai halicci wannan duniya don mu ci abinci, mu yi
barci, mu mutu kawai ba, amma don mu san nufinsa mu
kuma fahimci manufar wanzuwarmu. Wasu mutane masu
hikima sun fahimci ma'anar shirin sararin samaniya, amma
yawancin mutane makafi ne kuma ba su san wannan
.manufar ba

* **

Kudi bai taɓa zama burina a rayuwa ba; burina shine in
yi wa 'yan'uwana hidima a cikin ɗan adam. Saboda haka,
Allah ya buɗe mini kofofi da damammaki da yawa don in
.tallafa wa kaina da kuma cika aikina

* **

Allah ya halicci wannan duniya don ta yi aiki bisa ga
doka mai kayyadadden tsari kuma marar canzawa. Idan
muka karya ɗaya daga cikin waɗannan dokokin duniya,
muna hukunta kanmu. Wani wanda ya yi tsalle daga rufin
wani dogon gini zai karya kasusuwansa. Saboda haka, ba za
.mu iya yin watsi da dokar nauyi ba tare da shan wahala ba

* **

Idan muka yi zurfin nazari kan wayewar duniya kuma
muka binciko sirrin boyayyun wayewar zamanin da, babban
hoto zai bayyana, tare da layuka masu haɗe-haɗe, surori
daban-daban, da cikakkun bayanai, kuma za mu ga cewa
mutum yana da ɗabi'a ta mutum ɗaya da ta zamantakewa a
.lokaci guda

* **

Da Allah yana son mu rayu cikin sanin abin duniya
kawai, da mun gamsu da abubuwan duniya kuma mun
.gamsu da hanyoyin duniya

* **

Hasken tsarki, zaman lafiya, da farin ciki fiye da mafarki
suna wal'iki suna rawa a cikin zurfinmu mai mahimmanci

* **

Da kowace irin gogewa da ta bayyana a sararin
rayuwarmu a lokacin wannan tafiya ta duniya tamu, dole ne
mu koyi yadda za mu faɗaɗa wayewarmu da kuma yadda za
mu kara fahimtar yanayin da ke kewaye da mu ko kuma
waɗanda muke fuskanta, sannan za mu iya rayuwa cikin
kwanciyar hankali da kuma mu'amala da mutane da rayuwa
.cikin sauki da aminci

* **

Yawancin mutane suna kwaikwayon wasu. Ya kamata
mutum ya zama na asali kuma mai kirƙira, kuma ya kware a
.duk abin da yake yi

A Gabas, babban abin da aka fi mayar da hankali a kai
shi ne gina farin ciki na ruhaniya, yayin da galibi ba a yin
watsi da abubuwan rayuwa na zahiri ba. A Yamma, akwai
wasu abubuwan jin daɗi na zahiri amma kaɗan ne farin ciki
na ruhaniya. Abin da ake buƙata shi ne daidaito tsakanin su
biyun, domin mai da hankali kan wani fanni ɗaya kawai na
rayuwa yana haifar da rashin daidaito da rashin iya magance
.bukatun rayuwa cikin hankali

* **

Babban farin ciki - bayan farin cikin Allah - shine mutum
ya kasance cikin kwanciyar hankali da danginsa na kusa
waɗanda dole ne ya zauna da su kowace rana ta shekara

* * *

Mutane suna batar da lokaci mai yawa suna gaggawa da yin

abubuwa ba tare da sun yi wani abu ba. Sai kawai su yi
.tunani su yi kokarin fahimtar abin da rayuwa za ta bayar

* **

Dole ne mu yi aiki don gina gine-ginen hikima na ciki a
cikin lambunan zaman lafiya waɗanda ke bunkasa kuma
suna haskakawa da furanni marasa adadi na kyawawan
.halaye na ruhaniya

* **

Yarjejeniyar ciki tushen karfi ne mai yawa kuma yana
samar da makamashi mai sabuntawa

* **

Idan aka duba rayuwa, mutum zai ga cewa nasara ba
abu ne mai sauƙi ba. Rayuwa sau da yawa tana da tsauri
kuma ba ta da gafara, kuma dole ne mu yi gwagwarmaya
don samun abin rayuwa. Ka yi tunanin kokarin da ake buƙata
don kiyaye jikinka da kuma kiyaye shi lafiya kuma ba shi da
wata rashin lafiya! Ko da ka yi nasara a wannan, wannan
nasarar na ɗan lokaci ce. Jiki—za ka rayu tsawon rai—a
ƙarshe za a kwantar da shi. Dole ne a yi yaƙi da ƙarfi da
yawa, na ciki da na waje, don cimma nasarar da ake so.
Waɗannan rundunonin suna aiki ba tare da gajiya ba don
.hana ka duk wani muhimmin ci gaba

* **

Ka yi kokarin kwantar da hankalinka a kowane yanayi,
kuma ka bar irin zaman lafiyarka ya yi fure da farin ciki da
murmushin gamsuwa

* **

Ko da manyan tsarkaka ba sa samun cikakken ceto sai
sun raba nasararsu da wasu, wato, abubuwan da suka
fuskanta na ruhaniya da kuma iliminsu mafi girma, ta hanyar
.taimaka musu su sami ilimi mai tsarki

* **

Saboda wannan dalili, waɗanda suka kai waɗannan
matakai kuma suka kai waɗannan jihohin suna da sha'awar
ba da fahimta ga waɗanda ke buƙatar hakan. Idan kana son

cimma nasara ta gaske, ba kawai za ka tabbatar da farin
.cikinka na kanka ba, har ma da farin cikin wasu

* **

Duk wanda ke da hankali zai iya samun kuɗi Amma idan
yana da kauna a zuciyarsa, ba za su taɓa amfani da wannan
kuɗin don dalilai na son kai ba; maimakon haka, za su raba
shi da wasu Kuɗi la'ana ce da rashin daɗi a hannun masu
son kai da masu kwazo, kuma albarka da kyauta a hannun
.masu kirki da rayuka masu karimci

* **

Wani zai iya zaɓar yin shiru na tsawon lokaci, yana kin
yin magana da 'yan uwansa a wannan lokacin. Duk da cewa
wannan mutumin zai iya samun kwanciyar hankali a cikin
zuciyarsa sakamakon haka, halayensa na son kai ne kuma
yana cutar da farin cikin iyalinsa. Ba za a iya ɗaukarsa a
matsayin wanda ya yi nasara da gaske ba sai dai idan
waɗanda suke kauna suma sun amfana daga nasarar da
.suka samu

* **

Hakazalika, cimma nasarar abin duniya ba wai kawai
hakkinmu ne na jin daɗin rayuwa da kanmu ba, har ma da
alhakin ɗabi'unmu ga wasu dangane da taimaka musu su
.inganta yanayin abin duniya da yanayin rayuwarsu

* **

Ina cikin kariya a bayan bangon lamirina mai tsabta. Na
kone duhun da ya gabata kuma ina damuwa da shi ne kawai
.a yau

* **

A yau na fahimci cewa ni ɗaya ce da hasken mafi
kyawun alheri kuma ni fitila ce ga waɗanda ke
.gwagwarmaya da rakuman ruwan teku na baƙin ciki

* **

Mutane suna da ra'ayoyi daban-daban da ra'ayoyi game
da nasara, ya danganta da burinsu a rayuwa. Ba sabon abu
ba ne a ji wasu mutane suna kwatanta nasara da sata, suna

fadin abubuwa kamar, "Ya yi nasara barawo!" Wannan yana
nuna cewa nasara a kowane fanni da nau'ikanta abin so ne
kuma ana nema. Duk da haka, nasararmu bai kamata ta
.cutar da wasu ba

* **

Akwai kuma wani ma'auni na nasara: idan muka sami
damar kawo sakamako mai jituwa da amfani ga kanmu, ya
kamata mu hada da wasu a cikin nasararmu mu kuma raba
.musu 'ya'yan itacen da ke cikinta

* **

Nasara na nufin gamsuwa da gamsuwar mutum a cikin
muhallinsa Nasara ta gaskiya sakamakon ayyuka ne da aka
gina bisa ka'idodin adalci, kuma ta kunshi farin ciki da
walwalar wasu a matsayin muhimmin bangare na farin cikin
mutum. Idan muka yi amfani da wannan ka'ida a rayuwarmu
ta zahiri, ta hankali, ta dabi'a, da ta ruhaniya, za mu sami
.cikakkiyar ma'anar nasara

* **

A nan a cikin wannan duniya mai iyaka, muna fahimtar
tsayi, fadi, da yawa, amma akwai wani matakin inda girma
ba ya wanzu; komai a bayyane yake kuma a bayyane yake—
komai sani ne da fahimta Jin dandano shine fahimta, kamar
yadda jin kamshi yake Jikinmu, tunaninmu, da jikinmu yanayi
ne na sani Kamar yadda muke iya gani, ji, kamshi, dandana,
da tabawa a cikin mafarki, haka nan ma, a wannan matakin
mafi girma, shin muna fuskantar duk wadannan abubuwan
?ta hanyar sani mai tsarki

* **

Ya Ubangiji, ka faranta mana rai ta hanyar jin
kusancinka, ka 'yantar da mu daga sarkakiyar sha'awa,
kuma ka ba mu farin ciki na ciki wanda abubuwan da suka
faru a rayuwa da abubuwan da ke faruwa a cikinta ba su
.shafe shi ba

* **

Idan hankalinmu ya daidaita da fahimta mai zurfi, sanin
ruhaniya yana farkawa a cikinmu kuma muna fuskantar
abubuwan al'ajabi na hikima da kauna ta Allah
* **

Idan muka kaunaci Allah gaba daya muka kuma juyo
gare Shi da dukkan tunaninmu da zukatanmu, za mu ji muna
kusa da Shi kuma za mu ga cewa Shi ne babban mafarin
tsaro a rayuwa
* **

A cikin sararin samaniya da babu komai a ciki, akwai
alakar sararin samaniya da rayuwa ta har abada wadda ta
hada mu da dukkan abubuwa masu rai da marasa rai a cikin
sararin samaniya, rakuman rayuwa masu girma suna gudana
.ta cikin duk abin da ke wanzuwa
* **

Har abada ita ce ainihin gidanmu kuma wurin zama na
dindindin, kuma wanzuwarmu a cikin wadannan jikin rayuwa
ce ta dan lokaci, kamar dan hutu ga ayari da ke tafiya a
cikin hamada
* **

Idan muka daidaita kanmu da karfin kirkira na ruhi, za
mu haɗu da tunani na duniya da mara iyaka wanda zai iya
shirya da mu da kuma magance matsalolinmu Ikon kirkira
zai gudana zuwa gare mu ba tare da katsewa ba daga
babban tushen halittarmu, wanda zai ba mu damar cimma
.nasarar kirkira a kowane fanni na ayyukanmu
* **

Soyayya tana girma da bunkasa a cikin yanayi na
aminci, hakuri, da girmama juna
* **

Ya Ubangiji, ka albarkace mu da hasken tunani mai
tsarki da kyawawan halaye, domin idan duhun munanan
halaye da tunani marasa tushe ya zo mana, nan take za a
kwar da shi. Ka taimake mu mu kaunace ka da kauna mai

zurfi wadda ba za ta iya kama mu ko kama zukatanmu da
.zukatanmu ba

* **

Abubuwan da ake samu cikin sauƙi ba su da matuƙar
muhimmanci. Mun san wannan daga nazarin rayuwar
manyar maza da mata da kuma yadda suka zama manya ta
hanyar haɓaka baiwarsu, cika ayyukansu, gina dabi'un
dabi'unsu, shiga cikin zurfafa bincike, da kuma guje wa son
kai. Amma sakamakon da suka samu da nasarorin da suka
.samu sun fi karfin kokarin da suka yi

* **

Yanci na gaskiya yana cikin 'yancin zaɓi wanda hikima'
ke jagoranta kuma wanda fahimta, daidaito, da kuma kuduri
.mai karfi ke tallafawa

* **

Idan ka farkar da nufinka, kudurinka, da kuma
fahimtarka, za a fitar da wasu ikoki da ba a gani daga mafi
girman sani - ta hanyar fahimtar rai - don taimaka maka da
kuma haskaka hanyoyin da ke kaiwa ga jin daɗin tunani da
.farin ciki, tare da taimakon Allah

* **

Dole ne mutum ya buɗe hanyoyin rai ta hanyar
kokarinsa. Babu wanda ya zaɓi wahala da baƙin ciki da son
rai fiye da zaman lafiya da farin ciki. Jahilci shine tushen
wahala kuma cikas dɪn da dole ne a kawar da shi. Jahilci
wata cuta ce mai cutarwa, mai tushe mai zurfi, wadda ke
tsiro a cikin lambun dɪn adam kuma tana taruwa daga tsire-
.tsire masu kyau da amfani

* **

Dole ne a shawo kan jahilci ta hanyar niyya mara
misaltuwa da kuduri mai karfi Dole ne a noma kasan tunani
tare da mai da hankali sosai [a kan kyawawan halaye], kuma
a shayar da iri masu kyau da ruwan imani Lokacin da hasken
kauna mai karfi da dumi suka haskaka, irin alheri zai girma

ya shawo kan ciyayi da tsire-tsire masu cutarwa, domin duhu
.ba zai iya wanzuwa a gaban haske ba

* **

Jin dadin abubuwan duniya yana shudewa ya bace,
amma farin cikin allahntaka ba ya raguwa. Farin ciki ne na
allahntaka wanda ba shi da iyaka kuma ba za a iya kwatanta
.shi ba

* **

Bai kamata mu taɓa amfani da hanyoyin da ba su dace
ba don cimma farin ciki, kuma bai kamata mu yi watsi da
zaman lafiya da dukiya ruhaniya da muke da ita a cikinmu
don neman jin dadin ruɗani da rayuwa mai walƙiya wadda
za ta iya rataye a gabanmu ta hanyar ayyuka da halaye
.masu ɓarna ba

* **

Natsuwa ita ce mafi kyawun kyamarar ɗaukar
kasancewar Allah Ta hanyar ruwan tabarau na natsuwa mai
tsarki da daidaito, hoton mai albarka zai bayyana da
cikakken haske

* **

A zahiri, dukkan hikima tana cikin kanka kuma abin da
kawai kake buƙata shine ka san ta sosai

* **

Gamsuwa ta gaskiya tana cikin inganta kai, ta yadda
wasu za su neme ka maimakon ka neme su. Ya kamata a ba
da soyayya da abota kyauta, ba tare da tsammani ko buƙata
ba. Fata kawai tana haifar da baƙin ciki da rashin jin daɗi. Ko
da a lokacin da ake ƙoƙarin inganta kai, ya kamata mutum
ya tsaya shi kaɗai, cikin kwanciyar hankali da kwanciyar
.hankali a cikin ƙarfin kyawawan halaye da darajar kansa

* **

Bari ruwan farin ciki da kyakkyawan fata su riƙa kwarara
daga zuciyata, kuma feshinsu mai wartsakewa ya taɓa duk
waɗanda na haɗu da su

* **

Farin ciki na ruhaniya yana haifar da sha'awar taimaka
wa wasu ta kowace hanya, kuma yana haɓaka ikon godiya
ga jin daɗin ɗabi'a mai kyau wanda ke haifar da farin ciki, ta
haka yana rage sha'awar jin daɗin da ba shi da kyau

* **

Komai kankantar rawar da kake takawa, tana da
muhimmanci kamar manyan rawar da take takawa wajen
bayar da gudummawa ga nasarar wasan kwaikwayo na
.sararin samaniya da rayuka ke yi a kan mataki na rayuwa

* **

Cikakken sani sani ne cikakke, marar iyaka, yana
sabunta kansa koyausha kuma kerawarsa ba ta karewa,
kuma ta hanyarka yana kofarin bayyana wani ɓangare na
musamman na kansa

* **

Idan ka dandani soyayyar Allah koda sau ɗaya ne, ba za
ka taɓa daina ta ba domin babu wani abu makamancin haka
.a cikin dukkan sararin samaniya

* **

Waɗanda suka san Allah sun kai mata kai na ruhaniya
masu zurfi, har ba sa gamsuwa da kawai ba wa masu zunubi
shawara ta ruhaniya, amma za su iya - ta wurin alheri da
taimakon Allah - su ɗora musu ikon ruhaniya wanda ke
'yantar da su daga sakamakon ayyukansu na zunubi

* **

Duk ayyukan alheri da mugunta suna ɓoye a cikin
kwayoyin kwakwalwa kuma suna bayyana a matsayin halaye
nagari ko mugunta ko halaye a cikin tunani

* **

Mutumin da ke fama da halaye marasa kyau saboda
kwayoyin kwakwalwarsa da aka ɗora masa karfin waɗannan

halaye zai iya 'yantar da kansa ta hanyar karfin niyya,
tunani, addu'a ta gaskiya, da kuma ci gaba da tabbatarwa
mai kyau har sai duk halayensa marasa kyau sun canza
zuwa kyawawan halaye na zaman lafiya da natsuwa.
Wannan yana faruwa ne lokacin da karfin rai mai kyau ya yi
aiki don canza yanayin kwayoyin kwakwalwa mara kyau, ta
yadda waɗannan kwayoyin za su cika da duk abin da ke da
.kyau, nagarta, da kyau

* **

Fahimta ita ce ido na ciki, hangen nesa na rai, da kuma
na'urar hangen nesa ta zuciya. Shi ne daidaito tsakanin
.kwanciyar hankali da tsarkin lamiri

* **

Kowace rana muna ganin yanayi daban-daban, kuma
kowace rana tana kawo sabon darasi da za a koya. Ana sa
ran mutum zai koyi darasin ta hanyar mai da hankali kan
babban manufar wanzuwarsa: don gane tushen wanzuwarsa
.da kuma tushen rayuwarsa

* **

Bari mu yi aiki don manta da bakin cikin da ya gabata
kuma mu kudura kada mu yi ta tunani a kansu da kuduri mai
karfi da himma, bari mu sabunta rayuwarmu, mu inganta
nasarorinmu, mu kuma gina kyawawan halaye da halaye
.masu kyau a cikinmu

* **

Duk wanda ya fallasa raunin wasu kuma ya jawo musu
kunya da kiyayya, bai yi kama da hikima da hukunci mai
.kyau ba

* **

Kalmomi ga dukkan lokaci da wurare

Waɗanda suka yi jituwa da Allah suna ganin kyau mai
ban sha'awa kuma suna dandano mafi kyawun zaki wanda
ba za a iya dandanawa ta kowace hanya ba
Lokacin da raina ya kira gare ka, gajimaren shirunka ya
fashe, Ya Allah, ruwan sama na rahamarka kuma ya zuba a

cikin ruwa har sai ya zama ambaliyar alherinka mai yawa
Kogin ka mai albarka ya mamaye gabar rayuwata, kuma
raina ya nutse cikin ruwan har abada, kuma kumfa na
karamin raina ya narke a cikin teku na wanzuwarka mai cike
.da komai

Malamina ya koya mini yadda zan yi amfani da kusa na
hikima don in gina kaina haikali wanda ya cancanci
kasancewar allahntaka

Idan kana son cimma wani babban buri, fara da kirƙirar
samfurin tunani a gare shi. Yanzu zaka iya kafa kowace
alkibla a cikin tunaninka idan ka dasa wani tunani mai ƙarfi a
cikin zuciyarka; to dukkan rayuwarka za ta bi wannan
.ra'ayin, kuma ayyukanka za su yi daidai da shi

Idan ka taɓa zuciyar Allah, matsalolinka za su shuɗe,
ƙauna za ta cika zuciyarka, kuma abubuwan ban mamaki na
ruhaniya za su yi rawa kamar maɓuɓɓugan ruwa masu
.tsabta a cikin lambunan tunaninka

Gajimare da yawa suna ƙoƙarin ɓoye ka su ɓoye ka
daga gare ni, amma ta hanyar raɓar hawayen sha'awa,
sunanka mai albarka ya bayyana a gare ni yana walƙiya da
haruffan zinariya masu haske daga bayan duk labule da
mayafai

Tsarkakakkiyar lamiri tana nufin mu'amala da gaskiya
cikin gaskiya

Akwai buƙatu masu mahimmanci kuma abin da wasu ke
ɗauka a matsayin "bukatu" waɗanda a zahiri ba su da
mahimmanci kuma ba su da amfani ya kamata a sauƙaƙa
rayuwa ta hanyar mai da hankali kan buƙatu na asali da
.kuma kawar da jin daɗin da ba dole ba

Yaya girmanka, ya abota, kuma yadda ƙasarka take da
albarka da tsarki! Soyayya ita ce abincinka da amincinka
.abin shanka ne

Idan mutane biyu suna tafiya cikin jituwa da jituwa duk
da bambancin ra'ayi, suna haɗuwa da manufa ɗaya: don
samun kwanciyar hankali da natsuwa ta rai cikin tsantsar
soyayya da aminci ga juna, kuma inda mai kauna ba ya
neman jin daɗi a kan abin da yake so, to, a cikin lambun
alheri, furanni masu kamshi na abota suna fure kuma suna
.yada kamshinsu mai daɗi

Duniya tana horar da hankalinmu ta wata hanya daban,
tana sa mu saba da abubuwa da yawa har mu fara tunanin
cewa farin ciki ba zai yiwu ba tare da su ba. Amma rayuwa,
musamman rayuwar yara, dole ne a saukaka ta; in ba haka
.ba, rayuwa za ta koya musu ta hanyar takaici mai ɗaci
Gaskiya ta fi daidai kuma ta fi gaskiya fiye da tunani ko
tunanin kawai, amma abin da muke tunani ko tunaninsa
.wani lokacin yana iya zama gaskiya

Tunanin muhimmin abu ne a cikin tsarin tunani mai
kirƙira. Duk da haka, tunani dole ne ya girma ya rikide ya
zama tabbataccen imani, kuma wannan ba zai yiwu ba tare
.da karfin zuciya mai karfi ba

Idan ka yi tunanin wani abu da dukkan karfinka,
tunaninka zai canza zuwa ga imani na kanka, kuma lokacin
da za ka iya riƙe wannan yakinin
Duk da duk ra'ayoyin da suka saba wa juna, yakinin ku
zai bayyana a zahiri

Dole ne mutum ya koyi tsayawa kan kansa, tare da
samun goyon baya daga kyawawan halaye da kuma darajar
.kansa

Farin ciki na ruhaniya sabon farin ciki ne kuma yana
bayyana da yawa a cikin waɗanda ke tunani sosai game da
Allah. Farin ciki ne da ke taimakawa wajen yanke shawara
mai kyau da kuma yin abubuwa masu kyau, kuma idan aka
same shi, sha'awa da sha'awa marasa kyau suna shudewa
saboda suna rasa sha'awarsu idan aka kwatanta da farin ciki
.na ruhaniya

Mahaliccinmu Maɗaukaki ya ba mu rai, karfi, da hikima,
kuma wajibi ne mu ba shi kulawarmu da kuma ɗaga
zukanmu gare Shi cikin kauna, godiya, da kuma fahimtar
.falalarSa da alherinsa

Ka taimake ni, Ya Allah, kada in kunna wutar fushi, kada
in kone da harshen fushi, zaman lafiya a cikin kaina da wasu,
Ka taimake ni in kashe wutar fushi da ruwan sama mai
.gudana na kaunata

Bari tafkin tawali'u na da salamata su kasance cikin
natsuwa da kwanciyar hankali, ba tare da guguwar rashin
gamsuwa da ke kawo matsala ba sai wahala
Yin ayyuka da aka yi bisa ga jin nauyin da ke kanka, ko
kuma sadaukar da sha'awarka ta sirri wajen hidima da
.kaunar wani mutum, ya fi yin hakan da tsoro
Ko da mutum ya daina karya dokokin Allah, ya kamata
ya yi hakan ne saboda kaunar Allah, ba don tsoron azabarSa
.ba

Duk abin da kake tsoro, ka kawar da tunaninka daga
gare shi ka bar shi ga Allah ka karfafa amincewarka da Shi
Tsoro yana tare da mutum koyausha, kuma kawar da
shi yana yiwuwa ta hanyar tunani game da Allah da jin
kasancewarsa

Da farko yana iya zama da wahala a bi hanyoyin
nagarta, amma su hanyoyi ne masu albarka waɗanda ke kai
.ga kwanciyar hankali da farin ciki na gaske
Allah ya haskaka dukkan rayuwarmu, ya kuma sa
kaunarsa ta zauna a cikin zukanmu, kuma haskensa ya
cika mana saninmu

Ya kaunataccena na allahntaka, furanni suna fure kuma
yanayi yana canzawa, kuma duk suna magana game da kai
Cikakken wata yana bayyana siffotin murmushinka, kuma
rana tana ɗauke da fitilar sama Ina iyo a cikin teku na
hawaye, ina cike da sha'awarka A cikin ganyen bishiyoyi da
jijiyoyin ɗan adam suna gudana rayuwarka da kuzarinka,

kuma ina jin bugun zuciyarka ta sararin samaniya tana
bugawa a cikin kaina

Idan na ji kasancewarka, sai in ji kamar ina farkawa a
wata duniya, kuma lokaci zuwa lokaci ina mafarkin wannan
duniya da wannan karamar jiki—nawa na farka cikin jin daɗi
marar iyaka, kuma mafarkina na rayuwa ta yau da kullun
yana kamshi da tunanin farin ciki na lokutan farkawa tare da
kai Na cire ciyayin mafarkin mafarki daga lambun mafarkina
kuma na dasa a madadinsu furannin wahayi na, inda
kamshin sha'awata zai jawo ka ciki, kuma za ka zo ka ɗauke
.ni zuwa sararin samaniyar jin daɗi na har abada

Ya Allah, Ka sanya ni mai haske da tsarki da tsabta
domin in fitar da hasken warkarwa a cikina
Ka kwantar da hankalina daga madubin da ke girgiza
domin ya nuna fuskarka mara iyaka
Buɗe tagogi na bangaskiya sosai domin in shaƙa
kamshin salamarki

Ya kai wanda kake haskakawa a cikin kanka, Ya Mai
girma wanda ke kin bayyanawa, ka kalli idanuna da ke
sha'awarka, don kada in ga komai a cikin rayuwa sai Kai
Bayan dukkan abubuwan da suka faru da bayyanar
rayuwa akwai muryar Allah mai shiru, wanda koyaushe yake
kiranmu ta hanyar furanni, littattafai masu tsarki, lamirinmu,
da duk kyawawan abubuwan da ke sa rayuwa ta zama mai
.daraja

Duk wani ƙoƙari da mai neman ya yi don isa ga
kololuwar ruhaniya Allah yana ƙidaya shi kuma yana da lada
mai kyau saboda hakan

Muna roƙonka, Ya Ubangiji, ka haskaka zukatanmu da
hasken gaskiyarka, ka sa zukatanmu su buga da ƙaunarka,
ka kuma cika rayukanmu da farin cikinka da yalwar alherinka
Daga wannan sararin samaniya mai haske wanda
hankali ba zai iya shiga ba, Allah yana fitar da haskensa na
har abada. Kuma daga tunanin sararin samaniya akwai
wahayi mai girma da iko masu albarka, kuma ayyukan

kirkira suna gudana zuwa cikin tunani masu budewa da
.jituwa

Lokacin da ka ga cewa ranka, zuciyarka, kowace walkiya
ta wahayi, sararin sama mai shuɗi, taurari masu haske,
duwatsu, duniya, tsuntsaye, da furanni duk an haɗa su da
zare ɗaya na salon sararin samaniya, farin ciki na ruhaniya,
da haɗin kai na duniya, to za ka fahimci cewa duk rakuman
ruwa ne a kirjin teku mai tsarki wanda ba shi da bakin teku

Idan muka manta da Mahaliccinmu, mun cancanci

wahala. Dole ne mu fahimci cewa Allah shine

kaunataccenmu kuma yana kaunarmu, kuma wannan ilimin

.zai 'yantar da mu daga matsalolinmu da wahalhalunmu

Mai son Allah na gaskiya ba ya daina nemanSa, ko da ya

kasa samunSa bayan yunkuri da yawa. Kamar yadda
rakuman ruwa dole ne su koma zuciyar teku bayan guguwa
ta lafa, haka nan ma mai neman gaskiya; yana da imani a
boye cewa cikas ɗin za su ruguje kuma ba makawa zai haɗu
da tekun sararin samaniya nan ba da jimawa ba—wannan
teku mara iyaka da ya fito daga inda yake dawowa kuma
.yake dawowa

Idan hankali ya ci gaba da tunanin kaunataccen

allahntaka, zuciya tana rera waƙoƙin farin ciki da farin ciki
Fitowar mutum daga abin da yake a yanzu zuwa abin da
zai kasance a nan gaba shine fitowarsa daga abin da yake a
yanzu zuwa abin da zai kasance a nan gaba

Mutum ba zai iya boye ainihin halinsa daga wasu ba,
rawar da tunaninsa zai bayyana a cikin halayensa kuma zai
.bayyana ta hanyar ayyukansu

Akwai mutane da yawa da ba su da ra'ayin da ya dace
game da 'yanci; suna ɗaukar 'yanci a matsayin yin duk abin
da mutum yake so ya yi, kuma ina kiran wannan 'yancin
'yancin sha'awa

Saboda rashin fahimtar ainihin yanayin 'yanci, wasu

iyaye suna bautar da 'ya'yansu ga al'ada ta hanyar cika

burinsu nan take. Yaron ya girma yana gaskata cewa

matukar an biya musu bukatunsu, suna farin ciki, kuma
manufar rayuwa ita ce a cika kowace sha'awa. Amma daga
baya sai su gano cewa sun yi kuskure, domin duniyar waje
ta bambanta da rayuwar gida gaba daya, kuma sun koyi
cewa biyan kowace sha'awa ba abu ne mai sauƙi ba! Wasu
na iya tura su gefe su yi watsi da su don bin sha'awarsu.
Saboda haka, yaron ya zama mai tauri da rashin nutsuwa a
zuciya saboda tsananin sha'awar biyan bukatunsu. Saboda
haka, dole ne iyaye su taimaki 'ya'yansu su haɓaka nufinsu
da fahimtarsu don su rayu a duniya ba tare da faɗawa cikin
.tarko da tarkonta ba

Uwar ta ce, "Ku koya masa da kauna" Tabbas, yi wa
yara da kauna gabaɗaya abu ne mai kyau, amma yawan
zaki yana bata haƙora, haka nan, yawan kulawa yana bata
wa yara. Akwai buƙatar karfin hali da jajircewa, amma idan
aka yi wa yaro da kuma hukunta shi da mummunan laifi,
sakamakon zai yi muni. Ya kamata a sami daidaito a yadda
ake mu'amala da yara; kowane uba ya kamata ya daidaita
halinsa da kauna da tausayi, kuma kowace uwa ya kamata
.ta kara wa kaunarta hikima da hankali

Dole ne mutum ya kasance mai son Allah da kuma
sha'awarsa a zuciyarsa. Na gwada ayyuka da yawa, amma
.komai yanayin aikina, tunanina koyaushe yana tare da Allah
Ya kamata mu ji daɗin wannan halitta, amma ba tare da
barin ta ta bautar da mu ba. Kuma gogewa ta koya mini
.cewa farin cikin samun Allah ba shi da misaltuwa

Kafin a fara manyan ayyuka, ya kamata mutum ya
zauna a hankali, ya kwantar da hankalinsa da tunani, ya yi
bimbini sosai, sannan ya nemi taimakon Allah domin samun
.jagora na ruhaniya da kuma jagora mai kyau
Bari in fahimci cewa murmushin da ke kan fuskar alfijir,
a kan lebunan furanni, da kuma a kan fuskokin maza da
.mata masu daraja shine murmushinka
Ba zan fuskanci hotuna masu ban mamaki, rashin sa'a,
rashin lafiya, ko duk wani cikas da ba a zata ba saboda na

fahimci cewa sanin yakamata wanda ke da alaƙa da sanin
sararin samaniya ba ya fuskantar gazawa da damuwa a
.zahiri

Yanci yana nufin ikon yin aiki bisa ga hikima, ba bisa ga'
umarnin sha'awa, halaye, da sha'awa ba. Yin biyayya ga
girman kai yana haifar da bauta, yayin da mika wuya ga
.motsin ruhu yana haifar da 'yanci daga kuntatawa
Ko ina zaune a cikin gidan alfarma ko kuma karamin
gida mai tawali'u, babu wani bambanci a gare ni, matuƙar
.Allah yana tare da ni

Zan yi amfani da kuɗin da na samu na gaskiya don
rayuwa cikin sauki, kafin in fara rayuwa mai cike da
almubazzaranci

Ta hanyar imani da Allah da kuma amfani da karfin hali,
mutum zai iya shawo kan rashin lafiya, gazawa, da jahilci,
matuƙar girgizar nufin ta fi karfin girgizar cututtukan jiki ko
na tunani. Yayin da rashin lafiyar ke ci gaba da karuwa, dole
ne nufin ya kasance mai karfi da kuma kayyadadden karfi,
kuma imani ya zurfafa da kuma karfi, domin cimma
.sakamakon da ake so

Ka yi mini wahayi, Ya Ubangiji, in dogara gare Ka kaɗai,
ba ga hanyar kariya ta ɗan adam ba. Kada in bari tsoro da
damuwa su gurgunta karfina mara iyaka don fuskantar
kowace jarabawa ta rayuwa. Kada in yi tunanin haɗurra,
masifu, da bala'o'i saboda tsoron bayyanarsu ta zahiri ta
hanyar tunani da tunani. Kuma ka bari in gane, Ya Ubangiji,
cewa ko ina farkawa ko barci, ina farkawa ko na bace a cikin
mafarkin rana, ina raye ko ina mutuwa, kasancewarka ta
.kariya har yanzu tana kewaye da ni kuma tana kiyaye ni
Masu hikima suna cewa: 'Ya'yan kyawawan ayyuka da
kaunar Allah da nagarta suka haifar su ne jituwa da tsarki
'Ya'yan ayyukan da sha'awa da buri suka haifar su ne zafi da
.wahala 'Ya'yan munanan ayyuka jahilci da wauta ne
Ayyukan alheri suna kawo farin ciki, yayin da ayyukan
duniya waɗanda son kai ke jagoranta ke haifar da wahala da

ciwo. Duk da haka, ci gaba da ayyukan mugunta, suna lalata
.ikon mutum na fahimta da fahimta

Idan kana son rayuwa cikin kwanciyar hankali da jituwa,
dole ne manufofinka su kasance nagari, kuma dole ne ka
yadda tunanin alheri da jin dadin soyayya. Idan kana rayuwa
mai kyau, za ka taimaki wasu ta hanyar misalinka da
.dabi'arka mai kyau

Da zarar na ji damuwa da ruɗani a raina, zan koma
natsuwa da tunani har sai na sami nutsuwa, kuma zan fara
kowace rana da tunani game da Allah da neman taimakonsa
.da shiriyarsa

Ku kudura kada ku bari ciyayin kiyayya masu shakewa
su girma su shiga gonar rayuwarku, lambu mai cike da
kyawawan halaye na ruhi mai daraja. Kuma gwargwadon
yadda kuka haɓaka waɗannan halaye masu kamshi, kamar
furanni, haka nan Allah zai bayyana muku babban sirrin
.rayuwa a cikinku

Manufar rayuwa ita ce samun kwanciyar hankali,
gamsuwa, rashin mutuwa, aminci, da kuma sanin gaskiya,
kuma a cikin zuciyar waɗannan sha'awar da ke motsa mu
.akwai ainihin allahntaka a cikinmu

Bari in sami 'yanci na a wurinka, Ya Ubangiji, in kuma
gane cewa ainihin gidana shine cikakken wanzuwarka kuma
ni muhimmin bangare ne na sanin sararin samaniyarka
Ya babban teku mai tsarki, bari kogunan sha'awata,
waɗanda ke gudana ta cikin hamadar cikas da cikas, a
karshe su haɗu a cikin zurfinka mai girma⁹

Sai a cikin sansanin Allah muke samun kariya da tsaro,
kuma babu mafaka mafi aminci fiye da jin kusanci da Allah
da kuma taɓa kasancewarsa

Tunda mutane suna karkashin halaye waɗanda ke tsara
sha'awarsu, halaye, halaye, da sha'awarsu, idan waɗannan
halaye ba su da kyau, hali zai zama mai cutarwa kuma
ayyuka za su zama mummuna. Saboda haka, yana da kyau a
fifita kyawawan halaye, kamar yadda suke jagorantar

ayyukanmu da tunaninmu zuwa ga kyawawan manufofi
.kuma suna kawo mana lafiya da farin ciki

Duk inda akwai rayuka masu bakin ciki da wahala, ina
samun ta'aziyata wajen yi musu hidima da kuma ta'aziyya.

Zan yi iya kokarina don faranta wa wasu rai kuma zan
.tausaya musu kamar su nawa ne

Akwai iyawar tunani a cikin mutane, amma ba su da ci
gaba sosai a cikin yawancin mutane, kuma rashin haɓaka
wadannan iyawar yana haifar da mummunan sakamako.
Kamar jiki, hankali yana buƙatar ingantaccen abinci mai gina
.jiki da motsa jiki don lafiya da kuzari

Lu'u-lu'u yana karɓar haske kuma yana nuna shi, haka
nan kuma rayuka masu tsarki, masu gaskiya waɗanda suka
.san Allah kuma suna haskakawa da kasancewarsa

Ya Ubangiji, Kai ne ainihin dukiya a rayuwa, kuma ta
hanyar nemo Ka da farko zan sami duk abin da nake buƙata
a cikin Ka

Mutane yawanci suna mai da hankali ne kawai kan
abinci, iska, da hasken rana don kiyaye lafiya mai kyau,
amma akwai lokacin da lafiya za ta lalace duk da yawan
wadannan hanyoyin rayuwa na waje. A lokacin ne ake
.bukatar sake cika ajiyar kuzarin jiki daga ciki

Idan jirgin ruwan hankalina ya kusanci duwatsun
sha'awa masu kwadayi waɗanda suka haɗa da haɗari da
haɗari, waɗanda guguwar jahilci mai karfi ke jagoranta, to,
Ya Allahna, ka zama fitilata kuma ka shirya da ni koyaushe
.zuwa ga gabar adalcinka da alherinka

Tunani kamar harshen wuta ne wanda ya kamata a yi
amfani da karfinsa mai karfi don kona shingayen da ke hana
cimma nasara

Ana iya samun Allah ta hanyar kaunar Allah mai dorewa
Idan muka kaunaci Allah fiye da baiwarSa, zai zo gare mu Ya
ba mu 'yancin zaɓe da ikon zaɓi domin mu iya bambance
tsakanin baiwar duniya mai wucewa da marar muhimmanci

da baiwar kusanci gare Shi da kuma farin cikin
.kasancewarsa mai albarka

An ba mu kwakwalwa domin mu iya yin aikin tunawa da
abubuwa masu kyau har sai mun iya tunawa da mafi kyawun
alheri: Allah

Iskar kaunarka tana ratsa ni, Ya Ubangiji! Ganyena
kuma suna rawa da farin ciki da zuwanka, kararsu mai dadi
tana yawo a sararin sama, suna gayyatar gajiyyayu su huta
.a cikin inuwar salamata ta ruhaniya

Matsalolin rayuwa ba a yi su ne don cutar da mu ba;

maimakon haka, matsaloli da rashin lafiya suna ba mu
darussa abubuwan da suka shafe mu masu raddadi ba a yi su
ne don su lalata mu ba, amma don tsarkake mu da kuma
hanzarta komawa ga tushenmu mai tsarki - Allah - wanda ke
aiki ta kowace hanya don taimaka mana da kuma dawo da
.mu gidanmu na sama

Har abada ita ce gidanmu na gaskiya, kuma tafiyarmu

zuwa wannan duniyar da kuma cikin wadannan jikin na
zahiri kamar tafiya ta biza ta dan gajeren lokaci ce

Ya Ubangiji, na san cewa yabo ba ya daukaka ni, kuma

suka ba ya rage mini ni. Ina kamar yadda nake a gaban
lamirina kuma a gabanka zan ci gaba a kan wannan hanya,
ina yin iya kokarina don bauta wa kowa da kowa kuma ina
kokarin samun tagomashinKa—a cikin wannan ne farin cikina
.yake—a nan ne farin cikina yake

Kai halitta ce ta musamman kuma asalinka abin birgewa

ne, don haka ka san ainihin kanka

Da wayewar garin zuwanka, furannin sha'awata za su yi

.fure su zama furanni masu kamshi da haske

Ya Ubangiji, ka gaggauta zuwan wannan rana da zan

saka sarkar wadannan furanni masu raba in sanya ta a bakin
.kofarka mai albarka

Maimakon ci gaba da kokarin faranta wa kansa rai shi

kadai, ya kamata ya kuma yi kokarin kawo farin ciki ga
wasu. Idan ya yi kokarin bayar da tallafi na ruhaniya, na

ilimi, ko na zahiri ga wasu, zai ga cewa an biya masa
.bukatunsa kuma kofin rayuwarsa ya cika da farin ciki

Wadanda suka yi nasara mai kyau a kan duhu a duniya
za su sami hasken daukaka a matsayin rabonsu kuma za su
ji daɗin kwanciyar hankali da farin ciki na ciki

Ya Ubangiji, ka ci gaba da watsa irin albarkarKa a cikin
kasa ta zuciyata, an noma ta da addu'a, domin su girma su
zama bishiyoyi masu inuwa wadanda rassansu ke dauke da
'ya'yan itatuwa mafi daɗi da daɗi na ilimin kai

Sau da yawa muna cikin azaba ba tare da yin kokarin
canzawa ba, kuma shi ya sa ba ma samun kwanciyar hankali
da gamsuwa mai dorewa. Idan muka dage muka yi kokari,
tabbas za mu iya shawo kan dukkan matsaloli. Dole ne mu yi
kokari mu matsa daga bakin ciki zuwa farin ciki, kuma daga
.bakin ciki zuwa jarumtaka

Ya Allah, Ka haɗa soyayyata da kaunarka, Ka haɗa
rayuwata da farin cikinka, tunani na da sanin sararin
samaniyarka, Ka kuma kashe kishirwata daga maɓuɓɓugar
farin cikinka na har abada

Zuciyar mai neman gaskiya koyaushe tana radawa: "Ya
Allahna kuma Masoyina, ba na son in nutse cikin rudanin
wannan duniyar ruɗani, kuma abin da nake so shi ne in
farkar da kaunarka a cikin zukatan mutane Zuciyata, raina,
jikina, hankalina, da duk abin da nake da shi naka ne, Ya
Ubangiji" Wannan mai neman ya isa ga Allah ya kuma san
Shi

Ya Ubangiji, ka ba mu sabuwar fahimta ta gaskiya game
da 'yan'uwantaka. Bari mu yi watsi da yake-yake mu warkar
da raunukan al'ummai da balm na kauna da kuma ta'aziyya
mai dorewa ta fahimtar tausayi

Allah ya albarkace mu domin mu 'yantu daga tasirin
kwadayi, rinjayen yaudara, da kuma ikon ruɗani, kuma ya
taimake mu mu gina sabuwar duniya wadda rashin lafiya,
jahilci, da yunwa ba komai ba ne illa mafarkin wani abu mai
ban tsoro da ban tsoro na baya

Bari mu magance dukkan matsaloli ba da tunanin daji
ba, amma da fahimta, gaskiya, da kuma imani mara
.misaltuwa a gare ku da kuma adalcin ku na Allahntaka
Rayuwa ta hada mu a nan na dan lokaci, bayan haka za
mu bi hanyoyinmu daban. Amma idan kaunar Allah tana
cikinmu, ba kome inda muka je, domin komai nisan da muka
bata, za mu ci gaba da kasancewa cikin da'irar kaunar Allah
.kuma ba za mu taɓa rabuwa da gaske ba
Ya Ubangiji, ka sanya ni gaggafa ta ci gaba ta ruhaniya
da ke tashi sama da hanyoyin kunkuntar tunani da
tsattsauran ra'ayi
Kira ni zuwa ga sararin sama mafi girma da kuma mafi
girma, bayan girgizar kasa mai tsanani da gajimare da ke
toshe hasken rana
Bari in dauki fikafikan daidaito don in rayu daidai, in
kuma bar ni in yi tafiya zuwa ga wadannan sararin sama
masu tsayi sama da dukkan guguwa da guguwa, inda akwai
.sararin samaniya mai faɗi da kuma fahimta mai girma
Salama tana zuwa ne lokacin da muka buɗe zukanmu
ga kauna da kirki. Waɗanda ke da zuciya mai kauna da aiki
tukuru a cikin ayyukan alheri suna fuskantar salama domin
tana zaune a cikinsu. Salama ita ce mafakar sama kuma
.tushen rayuwa mai daɗi
Ya kamata mu riƙa tunawa da kyawun allahntaka da ke
bayan furanni, hasken sararin samaniya da ke bayan rana,
.da kuma babban rayuwa da ke walƙiya a cikin kowane ido
Idan mutum yana da kirki da gaske kuma yana girmama
wasu, kuma yana mayar da yabo iri ɗaya, koyaushe za a yi
masa godiya da girmamawa
Zan yaɗa kaunata ga wasu domin in buɗe kofa don
kaunar Allah ta zo gare ni ta zauna a cikin zuciyata
Ya Ubangiji, ka bar ni in zama fitila ga waɗanda ke
nutsewa cikin zurfin bakin ciki. Ka taimake ni in kawo farin
ciki ga wasu cikin godiya saboda farin cikin ruhaniya da ka
.ba ni

Zan narke kiyayya a cikin wutar kaunata, kuma zan yafe
wa wasu kuma in ba da kauna ga dukkan zukata masu
kishirwa

Soyayya ta gaskiya ita ce soyayyar da ke farin ciki da jin
dadɓin kaunataccen

Bari haskenka ya haskaka mana, Ya Ubangiji, kuma
kaunarka ta cika zukatanmu har abada
Samun ruhun himma yana nufin samun ikon tunani mai
kirkira wanda ke ba mutum damar kirkira wani abu da babu
wanda ya taɓa yi kafin Kowa ya haifi wannan baiwar da Allah
.ya ba shi

Babban soyayya ita ce kaunar Allah, wadda ke sa
rayuwa ta zama kyakkyawa fiye da kalmomi. Lokacin da ka ji
Allah yana tare da kai, yana zuwa gare ka duk inda kake
.kuma yana shiryar da matakanka, kaunar Allah ta fara

Ikon gaskiya yana adawa da iska
Ya Ubangiji, idan na fuskanci matsaloli na ɗan lokaci, ka
bar ni in tuna da ni'imominka masu yawa a kaina a baya, da
sanin cewa taimakonka ba ya barina kuma kulawarka
koyaushe tana tare da ni a gare ka Ina mika godiyata ga
.kowace albarka da ta zo mini daga hannunka mai karimci
Digon soyayya yana haskakawa a cikin kyawawan
rayuka, kuma Allah ne kawai ake iya samunsa a cikin teku
na soyayya

Fahimta ita ce fitilar da ke haskaka hanyar mutum kuma
take kawo masa nasara

A lokacin bazara, Allah yana kawata yanayi da mafi
kyawun furanni da furanni tare da tufafi masu kyau da
launuka masu haske

Salama ita ce shelar farko da ke sanar da kusancin
Allahntaka Bayan haka, zaman lafiya ya rikide zuwa haske
fiye da farin ciki mara iyaka

Idan na zurfafa cikin teku na tunani, sai in ji wani irin
sauti mai albarka a cikin raina, sai in ji wata murya mai raɗa
"tana cewa, "Ina kusa

Dole ne mutum ya juya zuwa ciki, inda rai ke bayyana
kansa Daga zurfin rai yana bunkasa duk abubuwan da suka
.faru na rayuwa ta ciki
Lokacin da rai ya fahimci kansa da sanin Allah, sai ya ji
babban farin ciki da faɗaɗawa cikin sararin samaniya mara
.iyaka

Idan ka yi amfani da dukkan hanyoyin waje da
albarkatun da ke hannunka, ban da iyawarka ta halitta,
domin ka shawo kan dukkan cikas da ka iya kawo cikas ga
hanyarka, za ka bunkasa ikon da Allah ya ba ka: waɗannan
.iko marasa iyaka da ke fitowa daga zurfin rayuwarka
Soyayya tana tafiya a kan hanyar zinare da ke kaiwa ga
Allah

Zan yaɗa hasken fatan alheri da kyawawan manufofi
duk inda duhun rashin fahimta ya shigo
Idan matsaloli suka auka maka, amma ka ki daina kofari
da yin kofari, duk da dukkan cikas da cikas, to Allah zai
.amsa maka kuma ya yi maka nasara
Ya Ubangiji, zan cire furen bege daga lambun zuciyata
in sanya shi a matsayin sadakar kauna a bakin kofarka mai
tsarki

Tunda tunaninmu da kalmominmu su ne irin da zai kawo
mana girbin nan gaba, zan fara yau don cika sanina da
.tunani mai kyau da kyau

Ina tashi da tashi a cikin sararin sanina sama da kasa,
arewa da dama, ciki da waje da ko'ina don in ga cewa a
kowane kusurwar sararin samaniya ina nan kuma har yanzu
.ina nan a gaban Allah

Rayuwa a kowane lokaci cikin sanin dangantakarka da
Maɗaukaki mara iyaka Babu karshen saninka, kuma komai
yana walkeya da walkeya kamar taurari a sararin samaniyar
halittarka

Rabuwa, ko rashin haɗewa, ita ce hanya mai hikima da
mai nema ke bi, yana tashi sama da abubuwa marasa
muhimanci don manyan mutane. Bai ɗaure kansa ga jin

dadɪn sha'awa na ɗan lokaci don neman sabon farin ciki na
ciki Rabuwa ba karshen kanta ba ne, amma yana share
.hanyar bayyanar kyawawan halaye da ikon ruhaniya na rai
Mai nasara a ruhaniya yana ci gaba da mata kai masu

karfi a kan hanyoyin rayuwa

Ya kamata mutum ya yi amfani da rayuwarsa ta yanzu
sosai, ya kuma buɗe tagogi na zuciyarsa ya farka ya kuma
farfado da hankalin ruhinsa da ke barci

A bayan abin rufe fuska na canji da sauyi akwai
kasancewar allahntaka. Kuma duk wanda zai iya daidaita
madubin tunaninsa ya hana shi girgiza, zai ga fuskar
kaunataccen sararin samaniya a cikin wannan madubin

Soyayya ta fi mutuwa karfi da kuma barnar lokaci

Binciken kai shine mabudɪn nasara, kuma tunani madubi
ne wanda muke ganin kusurwoyin ciki waɗanda idan ba
haka ba za su kasance a boye daga ra'ayinmu. Dole ne mu
gano gazawarmu, mu bambance tsakanin halaye masu kyau
da marasa kyau, sannan mu gano abubuwan da ke kawo
.cikas ga ci gaba da nasara

Kai abin mamaki ne, ya abota! Kai wanda ke ɗebo ruwa
daga cikin ruwan tausayi na gaskiya, na abokantaka, kuma
wanda ganyensa ke jika da rabar zaki na ciki da na waje da
.ke fitowa daga zurfin zukata masu gaskiya da aminci

Na taɓa ganin wata karamar tururuwa tana kofarin

hawa tarin yashi, sai na yi tunani a raina: dole tururuwar
tana tunanin tana hawan tsaunukan Himalayas! Tarin yashi
ya yi kama da babba ga tururuwa, amma ba ga idanuna ba.
Hakazalika, miliyoyin shekarunmu na rana na iya zama kasa
.da minti ɗaya a cikin tunanin Allah

Dole ne mu horar da kanmu don yin tunani game da

manyar abubuwa kamar har abada da rashin iyaka

Na yi yawo a cikin duniyar rashin iyaka kuma na ga hazo

mai haske a cikin kasar haske, kuma a cikin wannan haske
mai rai na karanta ma'anonin sirrin da aka rubuta a shafukan

lokaci

Lokacin da kake barci, kana tunani da ji na shiru ba tare da wani tunani ba. Amma lokacin da kake tunani da ji na shiru ta hanyar tunani, abu na farko da kake fuskanta shine yanayin kwanciyar hankali, kuma tsokoki na fuskarka suna samar da murmushi wanda ke nuna kwanciyar hankali na ciki. Amma dole ne ka duba bayan wannan yanayin kwanciyar hankali don fahimtar tsarkin ranka - tsarkin da ba shi da lahani ta hanyar motsin rai ko amsawa ta atomatik ga tunani da ke da alaƙa da ji. Yanayin da kake fuskanta a lokacin yana ɗaya daga cikin farin ciki mai sabuntawa na .dindindin

Idan ka sanya kwano na ruwa a karkashin hasken wata sannan ka motsa shi, za ka kirƙiri wani mummunan hoto na wata. Lokacin da ruwan ya zauna a cikin kwano, hasken zai bayyana. Lokacin da ruwan da ke cikin kwano ya yi tsit kuma yana nuna fuskar wata da cikakken haske za a iya kwatanta shi da yanayin zaman lafiya mai tunani da kuma yanayin kwanciyar hankali mai zurfi. A cikin kwanciyar hankali na tunani, dukkan rakuman ji da tunani suna daina gudana daga tunani. Kuma a cikin wannan yanayi mai zurfi na kwanciyar hankali, mutumin da ke tunani, a cikin wannan kwanciyar hankali, yana ganin cikakken wata na kasancewar .allahntaka da ke nunawa a cikin tafkin rai

Akwai yanayi huɗu da matsakaicin mutum ya saba da su: farin ciki bayan cika sha'awa, rashin farin ciki idan aka hana shi, gundura lokacin da ba farin ciki ko baƙin ciki ba, da kwanciyar hankali lokacin shawo kan waɗannan motsin rai ko yanayin tunani na jin daɗi, zafi, da gundura Zaman lafiya yanayi ne mai matuƙar so, wanda ke tasowa daga rashin baƙin ciki da jin daɗi, da kuma rashin gundura Waɗannan yanayi suna canzawa da kuma ratsawa a saman rai Bayan hawa rakuman ruwa masu cike da zafi da jin daɗi, gami da nutsewa cikin zurfin gajiya, akwai farin ciki a cikin shawagi a kan tekun kwanciyar hankali mai natsuwa. Amma farin ciki na ruhaniya ya fi zaman lafiya - jin daɗin rai

- babban farin ciki ne na har abada wanda ba ya bacewa
amma yana tare da rai har abada. Wannan babban farin ciki
.za a iya samu ne kawai ta hanyar sanin kasancewar Allah
Murmushin gaskiya murmushi ne na farin ciki na
ruhaniya wanda aka samu daga tunani da tunani game da
Allah da kuma jin kasancewarsa
Murmushina yana fitowa ne daga wani babban farin ciki
a cikina - farin ciki da kowa zai iya samu. Kamar kamshin da
ke fitowa daga zuciyar fure mai fure Wannan babban farin
ciki yana gayyatar wasu su nutse cikin ruwa mai tsarki na
.ni'ima

A cikin hasken gafara mai albarka, duhun kiyayya da
aka tara tsawon shekaru da yawa ya shufe
Allah yana biyan duk wata bukata ga masu bauta masa
da sauri domin sun 'yantar da kansu daga son kai da ke bata
kokari da kuma bata bege

Wanda Allah ya kare, babu abin da zai iya halaka shi
Ba mu kadai ba ne a wannan duniyar, domin Allah yana
tare da mu, kuma akwai dangantaka mai dorewa, ta kud da
kud, da kuma ta abokantaka wadda muke samun goyon
.baya da farin ciki daga gare ta

Ya tauraro mai haske mai jagora a cikin sararin
samaniyar hikima, haskenki mai haske yana gayyatar in
binciki sararin samaniyarki mai albarka, kuma tsuntsun da
nake sha'awa yana gudu da sauri, yana ratsa yanayi mai
duhu, mai duhu, wanda ke motsa shi ta hanyar sha'awarki
.da kuma jin dadin haskenki mafi tsarki

Halin mutum yana fara girma da fure lokacin da mutum
zai iya jin - ta hanyar jin dadi na ciki da na fahimta - cewa ba
jiki ne mai karfi na zahiri ba amma har abada na ruhaniya a
cikin jiki

Idan zuciyar almajiri ta cika da kaunar Allah, fuskarsa za
ta haskaka da murmushin kwanciyar hankali da hikima,
kuma jahilcin da ke lullube ransa zai ruguje ya bace gaba
daya

Idan ka kalli fure ko bishiya, za ka san cewa waɗannan
kyawawan halittu ba su wanzu da kansu ba Allah ne ya
.siffanta su kuma ya ba su kamshi da kyau mai kyau
Kullum ka yi ayyukanka, kanana da manya, da kulawa
mai zurfi, kana tuna cewa Allah ne ke shirya da matakan
kuma yana karfafa kokarinka don cimma burinka mai kyau
Idan mutum ya haɗu da asalin ruhaniyarsa, zamanin da
aka manta da shi, da kuma ikon rai mara mutuwa yana
komawa ga saninsa. A cikin bimbini, mutum yana tuna cewa
.su rai ne marar mutuwa, ba jiki mai mutuwa ba
A ko'ina muke samun mutane, nagari da marasa kyau,
suna neman farin ciki ta hanyarsu. Babu wanda yake son
cutar da kansa. Don haka me yasa wasu mutane ke yin
abubuwa ta hanyoyin da ba makawa za su haifar musu da
zafi da baƙin ciki? Domin waɗannan ayyukan jahilci da ruɗi
?ne ke haifar da su
Muna roƙonka, Ya Ubangiji, ka haskaka mana da hasken
hikimarka, ka kuma kawar mana da duhun jahilci da ruɗi
.daga gare mu
Mutum mai hankali ya kamata ya yi taka tsantsan
maimakon tsoro, kuma ya kamata ya gina karfin hali ba tare
da sakaci da gaggawa ba don kada ya fallasa kansa ga
.yanayin da zai iya haifar da tsoro da damuwa
Hikima ba ta dogara ne akan shigar da bayanai daga
waje ba, amma akan ikon yarda na ciki, wanda ke kayyade
adadin ilimin gaskiya da za a iya samu da kuma saurin da za
.a iya cimma wannan ilimin
Wannan duniyar kawai mataki ne da muke aiwatar da
ayyukanmu a farkashin jagorancin Daraktan Allah. Dole ne
mu yi aiki mai kyau ba tare da la'akari da yanayin ayyukan
da aka ba mu ba, koyaushe muna tunawa cewa ainihin
.yanayinmu shine jin daɗi na har abada
Mafi hikima cikin masu hikima shine wanda ke neman
sanin Allah, kuma mafi nasara cikin masu nasara shine
wanda ya sami Allah

Ya Allah Masoyi, Allah ka sanya mu a matsayi na farko a rayuwarmu, Allah ka sa kaunarka ta warkarwa ta cika zukatanmu, kuma Allah ka haskaka mana haskenka mai .albarka ya kawar da duhun damuwa daga rayukanmu Yanci yana nufin yin aiki bisa ga lamiri, ba bisa ga' umarnin dabi'a da sha'awa ba. Yin biyayya ga girman kai da sha'awarsa yana haifar da kuntatawa, yayin da bin umarnin .hikima yana ba da 'yanci daga wadannan kuntatawa Ana iya samun kwanciyar hankali ta hanyar haɓaka kyawawan halaye da gangan, waɗanda, idan suka girma gaba ɗaya, ba za a iya kwace musu su ba sai dai idan ya .zabi ya bar su da son ransa

Yawancin mutane suna neman farin ciki ta hanyar amfani da hanyoyin da ba daidai ba. Wasu suna ganin za su iya ninka farin cikinsu ta hanyar ɗaukar halaye marasa kyau da ayyuka marasa kyau waɗanda suke ba da alkawuran farin ciki mai ɗorewa da waɗata, kuma waɗannan alkawuran karya ne suka ruɗe su, kamar yadda ba za a iya jin daɗin ɗanɗanon farin ciki na gaske a cikin jahannama na ruɗani na .karya da ayyuka marasa kyau ba

Kowace minti har abada ce domin ana iya fuskantar har abada a cikin wannan minti Kwanaki, mintuna, da sa'o'i tagogi ne da za mu iya hango har abada Rayuwa gajeriya ce, amma a lokaci guda ba ta da iyaka kuma ba ta da iyaka. Rai ba ta da mutuwa, kuma a cikin wannan ɗan gajeren babi na rayuwar ɗan adam, dole ne mu yi amfani da duk wata dama .da ake da ita da kuma damar da ake da ita

Kalmomin ruhaniya suna kama da iri da ke buƙatar ƙasa mai kyau domin su yi girma, su yi fure, su yi 'ya'ya Ci gaban ruhaniya yana buƙatar tunani kai, sake tsara abubuwan da suka fi muhimmanci a rayuwa, gano da kawar da halaye masu cutarwa, da kuma kiyaye ƙa'idodi da dokoki na lafiya daidai da fahimtar ruhaniya da ƙaruwar ƙarfin .tunani

Idan almajiri ya dandani farin ciki na allahntaka, zai ga
cewa Allah ya zama gaskiya a gare shi fiye da komai, kuma
zai fahimci cewa taɓa kasancewar allahntaka ni'ima ce da
babu wani jin dadin da zai iya kamanta ta da jin dadin da ke
.tattare da shi

Allah yana aiki don farkar da hankalin mutum na
ruhaniya kuma ya shirya da nufinsa zuwa ga hanya
madaidaiciya ta hanyar kyawun kyawawan halaye, girman
hakuri, girman hikima, da kuma kyawun farin ciki na
.ruhaniya

Ba zan dauki wasu a matsayin baki ba domin ina jin
cewa kowa ɗan'uwana ne ko 'yar'uwata. Zan sa rayuwata ta
yi nasara da gamsuwa domin in taimaki wasu su yi nasara su
cima. Zan tausaya wa wasu kuma in nuna musu tausayi
yayin da nake nuna musu kaina. Zan kaunaci Allah kamar
yadda annabawa da waliyyai suka kaunace shi, kuma zan
.jefa son kai cikin rijiyar kaunar da nake yi wa wasu
Bayan wannan rayuwa ta duniya mai wucewa, wadda
take karkashin mutuwa, akwai rayuwa ta har abada, wadda
ba ta canzawa. Jiki yana kunshe da sinadarai waɗanda ke
rubewa kuma suna lalacewa, amma bayan wannan rayuwa
ta wucin gadi akwai rayuwa ta har abada, ta sama a gaban
Allah. Saboda haka, bai kamata mu iyakance dukkan
hankalinmu ga wannan jiki marar mutuwa ba, kuma
waɗanda suke son ta dole ne su jure wa gwaje-gwajenta su
.zama shugabanninta

A yau zan yi kokarin taimaka wa waɗanda ke cikin
bukata da kuma ba wa masu jin yunwa abin da zan iya
Ina cikin aminci da kwanciyar hankali cikin kariyar Allah
kuma a bayan bangon lamirina mai tsabta Ina cikin ɗaya
daga cikin hasken alheri wanda ke jagorantar jiragen ruwa
na rayuka waɗanda rakuman baƙin ciki ke jujjuyawa a cikin
teku na rudani da damuwa
A yau ina jin Allah cikin girgizar kwanciyar hankali da ke
girgiza ni kuma tana motsa igiyoyin zuciyata

Zan yi duk abin da zan iya don faranta wa wasu rai,
kamar yadda nake kokarin faranta wa kaina rai, kuma ta
hanyar farin cikina na ruhaniya zan yi wa kowa hidima a
gidan kaunar Allah kuma ba zan ji tsoron komai ba sai kaina
idan na yi kokarin yaudarar lamirina

Daga lambunan rai

Kana da niyyar zuwa wani wuri, kuma ka yi gaggawar
isa can da sauri. Lokacin da ka isa, ka ga ba ka jin dadin
wurin ba saboda sha'awa, damuwa, da kuma watakila har
ma da tashin hankali da kake ji. Madadin haka, yi kokarin
kwantar da hankali, kwanciyar hankali, da kuma daidaito.
Idan tunaninka ya karkata ga damuwa da tashin hankali, ka
.danne su da karfi har sai sun sake samun nutsuwa
Jin dadi yana da mummunan tasiri ga daidaiton tsarin
jijiyoyi saboda yana aika kuzari mai yawa zuwa wasu sassan
jiki yayin da yake hana wasu rabon su na halitta Wannan
rashin daidaito a rarraba kuzari shine sanadin tsoro Jiki mai
natsuwa da annashuwa yana kwantar da jijiyoyin jiki kuma
yana haɓaka jin dadin tunani

Cikin jituwa da Allah, hangen nesa na ciki yana fara
bayyana a hankali Dole ne mutum ya kasance da cikakken
imani cewa Allah zai amsa kowace addu'a ta zuciya Duk
wanda ya juya gare shi yana neman haske zai sami ganinsa
a buɗe kuma hankalinsa da zuciyarsa su haskaka
Idan aka buɗe fahimta, tana bayyana a matsayin wani ji
da ke fitowa daga zuciya, jin cikakken haske da daidaito Ta
wannan ji, mai nema yana samun tabbaci mara misaltuwa
da jagora mai kyau don bin hanya madaidaiciya, kuma a
.hankali yana gane kuma ya amince da wannan ji
Wannan ba yana nufin barin tunani gaba ɗaya ba;
tunani mai natsuwa, mara son kai kuma yana haifar da
fahimta Tunanin motsin rai, wanda girman kai da girman kai
ke jagoranta, yana haifar da rashin fahimta da kuma yanke
.shawara mara kyau

Ka ki shakku masu barna da imani na karya da zuciya
ɗaya, ka kuma juya zuciyarka da ranka zuwa ga fannin imani
da cikakken aminci ga Allah. A cikin natsuwar tunani,
hankalinka zai iya mai da hankali kan gaskiya da fahimta
daidai. A cikin wannan gogewa, bangaskiya tana bunkasa
kuma tana bayyana, kuma ta hanyar fahimta, za ka fuskanci
abin da ido bai taɓa gani ba, kunne bai taɓa ji ba, kuma
.zuciyar ɗan adam ba ta taɓa tunaninsa ba
Kowace numfashin sha'awa da addu'ata tana buɗe
kofofi da tagogi a cikin raina waɗanda ta cikinsu nake
wucewa zuwa ga ni'imar Allah
Kamar yadda rana ke haskakawa a kan titunan da suka
fi cunkoso, haka nan zan ga hasken kaunar Allah a duk
wuraren da ke cike da cunkoso a cikin ayyukana na yau da
.kullun

Ya Ubangiji, ka albarkace ni, domin in tashe raina da
.wayewar gari, in kai shi ga bakin kofarka mai albarka
Ya Ubangiji, ka ba ni ruhu mai karimci don in raba wa
wasu abin da nake da shi, ka kuma taimake ni in ga a cikin
tafkin tunani na hasken wata na raina yana haskakawa da
hasken kasancewarka
A yau zan zurfafa cikin teku na tunani da tunani game
da Allah har sai na sami lu'u-lu'u na hikima da farin ciki na
allahntaka

Zan so ka, ya Ubangiji, fiye da komai, domin ba tare da
,kai ba ba zan iya kaunar kowane ɗan adam ko wani abu ba
A cikin zurfin duwatsu da sararin sama mai natsuwa, da
kuma cikin zurfin raina da kuma kogon shiru, ina jin
kasancewar Allah kuma ina jin farin cikinsa koyaushe, kuma
ina shan ruwa daga maɓuɓɓugansa masu tsarki waɗanda ba
.sa karewa ko bushewa har abada

Ina kaunarka kuma ina bauta maka, Ya Ubangiji, wanda
kaunarsa take mulki mafi girma a cikin kowace irin zuciya da
kauna

Wani ya roki malami Paramahansa ya nuna masa

hanyar da zai bi don ya zama mutum mai jan hankali da
kuma jan hankali, sai ya ce: Dole ne ka kasance cikin tunani
yayin da kake mu'amala da wasu domin rashin hankali yana
cutar da halin mutum fiye da komai. Hakika, ba ina nufin
rashin hankali na manyan mutane ba, waɗanda tunaninsu
.galibi yana cikin manyan al'amura
Kullum ka kasance mai lura da kuma sanin yakamata,
kuma za ka zama mai jan hankali
Babu wanda yake son a yi watsi da shi. Duk muna son a
yi la'akari da yadda muke ji kuma a yi la'akari da shi, haka
nan kuma, dole ne mu yi la'akari da yadda wasu ke ji mu
kuma mu nuna musu kulawa domin cimma jituwa da
fahimta. Domin yin haka, dole ne ka kasance mai lura, mai
.fahimta, kuma mai kula da duk wanda ke kewaye da kai
Matattu ba su da ikon cin zarafin wasu, amma wanda

.bai kula da su ba yana yi
Idan kana tare da wasu, ka yi mu'amala da su da kyau,
cikin kuzari, da kuma sha'awa, amma ka guji yin magana
.game da kanka

Kowa yana son yin magana game da kansa, amma
hanya ce mai rauni Bari wasu su yi magana game da kansu
idan suna so; saurari abin da za su faɗa Bari su yi magana
game da matsalolinsu, nasarorin da suka samu, da kuma
ra'ayoyinsu, amma bari maganadisu ta yi magana a
madadinka Hasken fitilar yana magana a sarari; bari rawar
.jinkanta ta yi magana a madadinka daidai gwargwado
Allah ya nuna mini a cikin wahayi cewa waɗanda suka
mutu a yaƙi suna da mummunan mafarkin mutuwa, amma
da zarar nagargarun sun tashi daga jiki, sai su farka kamar
daga mafarki mai ban tsoro kuma suna farin cikin 'yantar da
.su daga gare shi

Duk abubuwan da muka fuskanta a rayuwarmu wani
ɓangare ne na mafarkin sararin samaniya. Dan Adam ya
ƙirƙiri mafarkin yaƙi, amma bayan waɗanda abin ya shafa
sun bar gawarwakinsu, sai suka fahimci cewa mafarki ne mai

ban tsoro wanda suka farka daga ciki, kuma suka fahimci
cewa ba su mutu ba. Wannan gaskiya ce mai zurfi ta
.metaphysics

Da mutum ya san mafarkinsa yake yi, ba zai sha wahala
daga abubuwan da suka faru na mafarki masu tayar da
hankali ba. Amma idan ya cimma burinsa a cikin mafarkin
kuma wani ya yi masa mummunan rauni, wannan mafarkin
mutuwa yana kama da jaraba ta gaske da ban tsoro har sai
.ya farka ya gane cewa ba gaskiya ba ne

Wannan kuma ya shafi yanayin bayan mutuwa. Da zarar
mun bar jikinmu, za mu fahimci cewa hankalinmu bai mutu
ba, sai dai cewa an 'yantar da mu daga jiki da kuntatawa da
iyakokinsa na zahiri, kuma a cikin wannan 'yanci akwai
.babban 'yanci

Bai kamata mu taɓa neman mutuwa ba, sai dai mu
shirya hankalinmu ta hanyar kasancewa cikin jituwa da Allah
da kuma yin bimbini a kansa, ta yadda idan mutuwa ta zo a
.lokacinta za mu iya kallonta a matsayin mafarki kawai
Ina iya ganin yanayin mafarkin rayuwa da mutuwa duk
lokacin da na so Saboda haka, ban ba wa wannan jiki
muhimmanci sosai ba

Akwai ilimin halittar jiki na ruhaniya wanda ke karkashin
tsarin jijiyoyi wanda ke ba wa mutane damar isa ga mafi
girman mata kai na ci gaban sani

Kwakwalwar ɗan adam, wadda ta fi kwakwalwar
yawancin dabbobi girma, ban da manyan kifaye da giwaye,
ta fi rikitarwa kuma tana da karfin tunani. Wannan ya sa
kwakwalwar ɗan adam ta zama kayan aiki da ya dace da
mutane, waɗanda ke da wayewa mai zurfi fiye da sauran
halittu. Haɗakar kwakwalwa mai rikitarwa da rikitarwa tana
ba wa mutane damar yin tunani mai zurfi da zurfi. Saboda
haka, ɗan adam ne kawai zai iya kaiwa ga matakan fahimta
na gaba, kuma saboda haka, sanin Mahaliccinsa. Mutum mai
hikima shine wanda ke amfani da kwarewarsa ta ilimi don

hidima da fa'idar ɗan adam a matakan abu, ilimi, da
.ruhaniya

Lokacin sanyi ya iso cikin rigarsa mai sanyi, fari, mai
kama da lily

Sha'awata ta jin dadin lokacin bazara ta shuɗe

An gaya min in nemi dumin zuciyarka mai kirki

Kuma da bazara ta bayyana, ana rawa, ana kawata ta

da kowane irin furanni

Ina da kamshi mai daɗi da kamshin gonaki da tuddai, an

ce in kaunace ka, ya Allahna

Kuma lokacin rani ya zo, yana rera waƙoƙin kore a cikin

ganyayyaki masu laushi, karar bishiyoyin poplar, da kuma

karar bishiyoyin pine

Ya dage cewa zan karanta muku

Har ma da kasa mai laushi da taushi ta shafa kafafuna

cikin gaggawa

Kuma ta roke su su kusanci wurin ibadarku da ke akwai

Kamshin turare mai laushi ya ce in bi hanyarsa

Zuwa ga haikalinka mai tsarki a cikin zuciyar wardi

masu girgiza da basil

Kuma tsuntsayen sun ce in yi maka waka kamar su

Da kuma iska mai karfi a kan rafuka da rafuka

Na farkar da kumfan soyayyata a gare ki, sai suka fara

yin wasa a saman babban kirjinki

Kuma da zare mai lanƙwasa na ciyawa, na koyi yadda

ake lanfwasawa

Ina yi maka sujada, ya Ubangiji

Kuma turaren ya kuma gaya mini game da kamshin

turarenka mai ban mamaki

Kuma ta yaya zan ci gaba da cika zuciyata da

?kamshinka mai tsarki a gaban kursiyinka mara iyaka

Kuma kananan duwatsu, marasa sauti, masu hakuri sun

gaya mini domin in gan ka har ma a cikin wafanda ke

kokarin sace farin cikina

Shekarun da aka manta sun nemi in aika wa 'yan'uwana
.sakon kauna da kauna a cikin kowane minti da dakika
Kuma kowace tunani ta gaya min in nemi ki a cikin
zuciyarta

Soyayyata ta zaburar da ni na so duk abin da ke
wanzuwa ta wurinka
Kuma kaunata ta yi mini rada, "Ka kaunace ni da dukkan
"karfin da nake da shi, Ya Allahna

Wata rana na kwanta a kan gadon ciyawa da furanni
kuma na yi mafarkin cewa duk abin da ke cikin rayuwa yana
da kyau da farin ciki

Kaina yana kan dogayen ciyawa masu kore, da kauri,
.wadanda ke ratsa ni da iska mai d'auke da kamshi mai dadi
Sai aka tilasta min in taɓa hannuna da jikina, kuma
girman Mahaliccinsa ya bani mamaki. Haka ne, na yi
mamakin cewa ni, wanda na tabbata da gaskiyar jikina, wata
rana zan bar shi ya huta a duniya wannan jikin da zai yi
sanyi, ya yi fari, kuma ba ya motsi a lokacin mutuwa, yayin
da yanzu yake kama da rai kuma yana d'auke da daruruwan
.ji, miliyoyin tunani, da biliyoyin mafarki da fahimta

Wannan jiki shine matakin da surori na rayuwa suka
bayyana a kai, inda furannin murmushi ke furewa, sai kawai
mutuwa ta biyo baya, nan, a tsakiyar nama, kashi, da jini,
kuma a bayan kyawawan abin rufe fuska na fata, kerkeci na
cuta da dabbobin sha'awa suna boye. Kuma a nan ma, a
karfashin jiki, akwai wata hanyar sirri zuwa ga mulkin haske.
Wannan jiki zai bushe ya face lokacin da ubangijinsa—rai—
ya rabu da shi ba tare da wata matsala ba. Kuma me zai
hana? Domin lokacin da mai haske na wurin zama na zahiri
ya gaji da rayuwa a cikin rumfa mai laka, mai rugujewa ta
abu, wanda igiyoyin jijiyoyi ke d'auke da ke buƙatar kulawa
akai-akai, yana samun kwanciyar hankali a wani gida a wani
kusurwar duniyar Allah—a wani yanki na rayuwa gaba d'aya
inda kamshin farin ciki ke ratsa ko'ina kuma ba tare da wata
.matsala ba

Rai marar mutuwa yana taka rawar rayuwa da mutuwa
tare da murmushi na dindindin, sannan ya tafi gidansa na
har abada

Shin masu kallon fina-finai dole ne su ci gaba da zama a
sinima har abada bayan an gama wasan kwaikwayo? Hakika
ba dole ba ne mutane su koma gida Haka nan, rayuka suna
zuwa nan don jin daɗin wasan kwaikwayo na fim, sannan su
tafi su sake dawowa. Suna son kallon fina-finai da wasannin
kwaikwayo, kuma idan suka gaji da wasannin da suka yi
mafarkin yi, kuma suka kware darussan da Allah yake so su
.koya, suna komawa gidan jin daɗi na har abada

Idan dabi'u ba a gina su bisa adalci ba, gihin da ke
budewa wanda wahala da wahala ke ratsawa. Idan dabi'u
sun dogara ne akan son kai, rikici mai kisa, da gasa mai zafi,
sakamakon zai gurbata saboda dalilai ba su da tsarki, kuma
.ba za a albarkaci kuɗi a irin wannan yanayin ba

Dole ne mutum ya tsarkake lamirinsa daga son kai
kuma kada ya yi koƙarin wadatar da kansa ta hanyar cin
zarafin wasu. Gaske gamsuwa ta ruhaniya ce, ba ta kayan
duniya ba, kuma ribar gaske a rayuwa ita ce mallakar
.taskokin hikima, ilimi, da kaunar Allah

Ya kamata mu rayu cikin sauƙi kuma koyaushe mu yi
koƙari mu taimaki wasu da kuma inganta yanayinsu
gwargwadon iyawa. Amma wannan kyakkyawan manufa ba
ta dace da son kai da kwadayi ba tare da la'akari da wasu
.ba

Wadanda suke duniya ba su da daidaito, don haka ba a
ɗaukar su a matsayin masu nasara ba. Rayuwa mai sauƙi da
daidaito fasaha ce mai ban mamaki da kuma alamar nasara.
Wadanda manufarsu kawai ita ce neman kuɗi ba za su sami
.tagomashi a wurin Allah ba

Gaskiya ne cewa Allah ya sanya mana jin yunwa domin
mu yi aiki mu kuma ciyar da jikinmu, amma ciyar da jiki ba
shine kawai manufar rayuwa ba. Manufar ta fi duk wani abu

na zahiri ko na ɗan lokaci, komai kyawunsa, ɗaukakarsa, da
.kuma kyawunsa

Daya daga cikin almajiran ya tambayi Jagora

Paramahansa yadda ake fuskantar kasancewar Allah. Ya
amsa, "Kowace dare, kafin ka yi barci, ka yi tunani har sai ka
ji hankalinka ya ratsa duniyar tunani kuma ya shiga wani
fanni. Amma, ba duka ba ne. Bayan ya juya hankali, dole ne
sha'awa ta tashi, kuma sha'awa za ta yi ta gudu kamar
ambaliyar ruwa zuwa ga Allah. Lokacin da almajiri ya mika
kansa gaba ɗaya ga Allah, ba zato ba tsammani sai ya ji
cewa ya taɓa kasancewarsa mai albarka kuma ya gane shi.
Zai ga babban haske mai haske, kuma zai iya ganin mala'iku
da rayuka masu kirki. Ko kuma zai iya jin kamshi mai guba
na sama, sannan zai san cewa Allah ya amsa masa, kuma
fahimtarsa za ta buɗe, kuma Allah zai bayyana masa sirrin
rayuwa. Ko kuma zai iya lulluɓe shi cikin babban kwanciyar
hankali yayin tunani. Idan ya ci gaba da yin bimbini kuma
Allah ya ba shi babban kaunarsa, zai ji farin ciki mai ban
mamaki fiye da yadda aka bayyana. Albarka ta tabbata ga
".wanda aka ba shi wannan kwarewar mai daɗi

Kaunar Allah tana buɗe kofar sama, ta inda mai nema

zai shiga gaban Allah

Idan mutum ya roki Allah, mai alheri da hikima, don ya
ba shi abincin rai madawwami, ba zai ba shi dutsen jahilci na
zahiri ba. Idan mai bauta ya nemi abincin hikima, Allah ba
zai ba shi macijin yaudara ba. Idan mai bauta ya roki Allah
ainihin ni'imar Allah wadda ke kashe dukkan kishirwa, ba zai
ba shi kunamar damuwa da damuwa ta tunani ba. Idan
mutane da aka yaudare sun san yadda ake ba wa 'ya'yansu
kyawawan kyautai, to, balle Ubangiji—wanda shi ne tushen
dukkann alheri da farin ciki—zai ba da ilimi da haske na

!ruhaniya ga waɗanda suke kaunarsa

Allah yana ba da mafi girman hikima da mafi girman

ilimi ga waɗanda suke neman su, kuma yana ba da kansa ga
mai neman gaskiya wanda ba ya karɓar madadinsa. Wanda

yake neman Allah da dukkan zuciyarsa da ransa shi ne mafi hikima a cikin masu hikima, kuma mafi soyuwa ga mutane ga Allah. Kuma lokacin da sha'awar mai bauta ta karu, yana samun amsa mai ban mamaki da kauna daga Allah kuma yana jin dadin kauna ta musamman da waɗanda suke .kaunar Masoyi ke fuskanta

Mutum mai hikima wanda ke taka rawar gani a cikin wannan mafarkin sararin samaniya tare da sanin ruhi da kuma sha'awar Allah mai girma yana kusa da Allah kuma yana kauna a gare Shi. Yana da tsantsar kauna kuma yana kaunar Allah ba tare da wani dalili na son kai ba kuma ba tare da wani sharadi ba, kamar faɗin, misali, "Ya Ubangiji, zan bauta maka bisa ga sharadin da ka ba ni lafiya, kuɗi, da ".rayuwa mai daɗi

Tsakanin masu hikima da Allah akwai soyayya mai zurfi, wacce ba ta da iyaka kuma ba ta da iyaka. Idan wani ya roki Allah wani abu na musamman, Allah ya san cewa mutumin .ya fi sha'awar baiwarSa fiye da Shi

Ba laifi ba ne mutum ya yi addu'a don a biya masa buƙatunsa, amma idan ya yi addu'a don sanin Allah ya kuma ga hasken fuskarsa mai ɗaukaka, bai kamata ya nemi wani amfani na kansa daga gare ta ba, kuma bai kamata tunaninsa ya takaita ga kyaututtukan da kansu ba, sai dai ga Mai bayarwa da kansa. Lokacin da mai nema ya sami damar yin haka da gaske, zai karɓi duk wasu kyaututtuka ta .atomatik daga tushen karimci da kuma tekun na ni'ima Daya daga cikin almajiran ya nemi shawara daga malami Paramahansa kan yadda za a yi hali a wasu yanayi :da kuma mu'amala da wasu, sai ya ce

Bi gaskiya kuma kada ka kauce mata, kuma ka guji faɗin duk wani abu da zai iya cutar da kai ko wasu, ko da gaskiya ne, matuƙar ba ka kauce wa ruhin gaskiya ba. A lokaci guda kuma, bai kamata ka yi amfani da akasin haka .ba wajen yin karya don guje wa faɗin gaskiya mai raɗaɗi

Ka yi gaskiya ga kanka da wasu ba tare da yin la'akari
da abubuwan da ba dole ba Ka faɗi gaskiya kuma ka guji
faɗin abubuwan da za su cutar da kowa ko su cutar da shi.
Kada ka bayyana duk sirrinka da sunan gaskiya da gaskiya,
domin idan ka fallasa rauninka, za su yi kokarin cutar da kai
ko yi maka ba'a duk lokacin da suka ji haka. Me ya sa za ka
?ba su makamin da za su iya amfani da shi a kanka
Yi magana da aiki ta hanyar da za ta kawo farin ciki da
zaman lafiya ga kanka da wasu

Yana da muhimmanci a samar da fahimtar ruhaniya
domin sanin bambanci tsakanin gaskiyar da ke kawo alheri
da kuma ba da labarin gaskiya ba tare da la'akari da
sakamakon da ka iya biyo baya ba, domin ana yin hukunci
ne bisa ga karshensu. Ba a ba da shawarar a faɗi duk abin
da ka sani ba, kuma ba a ba da shawarar a guji abubuwan
.da ya kamata wasu su sani don amfanin kansu ba
Idan ba ka da cikakken fahimta, ya fi kyau ka kasance
cikin nutsuwa a magana har sai ka fahimci gaskiya kai tsaye
.tare da samun sakamako mai kyau ga kowa
Ci gaba da tunani game da Allah kuma ka nemi
taimakonsa da shiriyarsa, kuma fahimtarka za ta buɗe ta
yadda za ka ga abubuwa a sarari kuma za ka iya bambanta
su da kyau

Yin caji ga kwayoyin jiki da kuzarin kuruciya

Karfin sararin samaniya yana gudana cikin jiki akai-akai
ba tare da katsewa ba, amma yawancin mutane ba su san
wannan karfin kuzarin da ke cikinsa ba. Waɗanda ke jin yana
fuskantar karuwar kuzari a cikin kwayoyin halittarsu da
kuma kwararar iska mai wartsakewa wadda ke ba su karfi
.mai sabuntawa

Duk yanayi yana girmama Ubangijin Duniya, kuma
ikonsa yana gudana ta cikin bil'adama. Matsalar tana cikin
rashin gina dangantaka mai karfi tsakanin bil'adama da
tushen dukkan iko. Muna rayuwa kai tsaye ta ikon

allahntaka, kuma duk sauran iko ba su da amfani ba tare da
.ikon Allah mai dorewa ba
Abinci, iskar oxygen, da hasken rana—wadannan
abubuwan na iya samar mana da wani matakin lafiya, amma
muna buƙatar fahimtar yadda za mu sami cikakkiyar lafiya
daga Tushen Mara iyaka Tushen kayan suna kama da
ƙananan batura waɗanda daga ƙarshe ba sa aiki, yayin da
Tushen Mara iyaka babban janareta ne wanda ƙarfinsa ba ya
raguwa, yana ci gaba da samar wa rai kuzari, farin ciki, da
ƙarfi. Saboda haka, yana da matuƙar muhimmanci a dogara
.ga Tushen Mara iyaka gwargwadon iko
Mutumin da yake so dole ne ya koyi hanyar da ta dace
don amfana daga wannan muhimmin abu kai tsaye daga
tushensa, kuma dole ne ya fahimci cewa tunani gaskiya ne,
domin duk abubuwan da suka faru na halitta misali ne na
tunanin Allah domin Allah ya yi tunani game da wannan
duniya kafin ya haliƙce ta
Mutane da yawa sun yi imani da cewa tunani samfurin
jiki ne, amma tsari mai kyau na jiki, da kuma kyakkyawan
haɗin kai tsakanin sassansa da gabobinsa, a bayyane yake
cewa jiki shine ƙirƙirar tunani mai girma na sararin
.samaniya
Hankali shine babban abin da ke sarrafa jiki, kuma yana
da matuƙar muhimmanci mutum ya guji tunanin rashi na
ɗan adam kamar rashin lafiya, rauni, tsufa, da takaici,
sannan ya tabbatar wa kansa cewa wani aiki mara iyaka
yana gudana ta cikinsa, kuma wannan aikin yana da baiwar
hankali kuma yana iya cajin kwayoyin jiki da lafiya da
.kuzarin ƙuruciya
Tunani shine kwakwalwa, motsin rai, da kuma jin daɗin
kowace kwayar halitta mai rai; yana da ikon kiyaye jiki ko dai
yana aiki da kuma faɗaƙe ko kuma yana kasala da kuma
jinkirin tunani Tunani shine shugaba, kuma kwayoyin jiki
sune waɗanda ke ƙarƙashinsa, suna bin umarni da hani na
babban ubangijinsu: tunani

Muna ba da kulawa sosai ga ingancin abincin da muke ci
kowace rana, haka nan ya kamata mu kula da ingancin
abincin tunani da na tunani da muke bai wa kwakwalwarmu
.kowace rana

Masanin kimiyyar metaphysical ya ce jiki ba wani nau'in
lantarki bane amma wani nau'in sani ne da ke shawagi a
cikin teku na sanin Allah

Kowace rana dole ne mu karfafa karfin jikinmu, mu kara
karfin tunaninmu, mu kuma san ainihin kanmu ta hanyar yin
bimbini, tunani mai kyau, da aiki mai kyau, mai amfani
wanda ke amfanar jiki, hankali, da ruhi tare

Allah ya albarkace ni da farin ciki a tsawon wadannan
shekaru masu tsawo na rayuwata Ko mutane suna ganin
murmushin gamsuwa a fuskata ko a'a, farin ciki na
allahntaka yana tare da ni koyaushe kuma ba ya barin ni.
Babban kogin ni'ima yana gudana koyaushe a karkashin
yashi na sanina kuma yana fashewa kamar mabubbugan
.albarka wadanda ke shayar da lambuna na rayuwata

Ba wani tashin hankalin da ke faruwa a rayuwa da zai
iya kawo cikas ga zaman lafiyata ba, haka nan kuma ba za a
iya kawar da farin cikin ruhaniya da nake ji ba
Ya yi wuya a sanya wannan yanayi na dindindin kuma
ba zai canza ba, amma 'ya'yan ruhun da nake jin dadinsa
yanzu kuma nake rabawa da wasu sun cancanci duk kokarin
.da na yi a ciki

Ina tsammanin kuma ina aiki da ruhun Allah wanda ke
jagoranta kuma yana aiki da shi, kuɗi ba ta taɓa zama
burina a rayuwa ba, sai dai na yi wa 'yan'uwana hidima a
cikin ɗan adam. Saboda haka, Allah ya buɗe mini kofofi da
yawa na alheri don in ci gaba da rayuwata da kuma cika
aikina. Kuma duk lokacin da na buƙaci taimako, Allah yana
.ba ni nan take

Burina kawai shine in yi maka hidima, kuma shi ya sa
nake nan

Ikon Allah yana aiki a rayuwarku kuma za ku fuskanci wannan gaskiyar da kanku lokacin da aka karfafa imaninku kuma kuka fahimci cewa dukiya ta gaske ba ta samo asali ne .daga nasarar abin duniya ba amma daga Mai Iko Dukka

Ko da yake rayuwa tana kama da wacce ba a iya tsammani ba, mai son zuciya, kuma mai ban mamaki, cike da shakku da matsaloli iri-iri da rikice-rikice, muna ci gaba da kasancewa karkashin kariyar Allah koyaushe. Bai kamata mu kara gishiri a kan al'amura ko mu rasa natsuwarmu a gaban abubuwan da suka faru ba, domin idan muka bar firgici ya mamaye mu, muna ba mugunta iko da zurfafa tushenta, wanda ke girma da bunkasa a cikin kasa ta tsoro .da damuwa

Bai kamata mu yi tsammanin samun farin ciki da kwanciyar hankali mai dorewa a cikin jarabawar rayuwa ba; maimakon haka, dole ne mu neme su mu gano su a cikin kanmu. Sannan, duk wata gogewa da muka fuskanta, za mu magance su kamar yadda muke kallon abubuwan da wani ya .fuskanta a fim, ko da dadi ne ko mai radadi

Mutum zai iya mayar da duk abubuwan da ya fuskanta zuwa jarabawa masu zafi da rashin dadi idan ya bar hankalinsa ya yi haka. Suna iya jin dadin lafiya mai kyau amma duk da haka ba su fahimci darajarta ba. Amma idan suka yi rashin lafiya, za su kaskantar da kansu su kuma yaba da albarkar jin dadi. Ya kamata mu yarda da ni'imar Allah kuma mu gode masa saboda ni'imomin da Ya ba mu ba tare da jiran yanayi mai wahala ba don ya sa mu gode da kuma .godiya ga alherinsa

Ya kamata rayuwa ta kasance cakuda tunani da aiki.

Idan mutum ya rasa daidaiton tunaninsa, zai zama mai saukin shiga cikin damuwa, gajimaren bakin ciki, da azabar zafi. Kuma idan ya yi kokarin karya dokokin lafiya, wadata, da hikima, ba makawa zai sha wahala daga rashin lafiya, .talauci, da jahilci

Dole ne mu kiyaye manufarmu ta tsarki, mu kiyaye manufarmu ta tsabta, kuma mu yi aiki ta hanyar da za ta kawo mana kwanciyar hankali, kuma kada mu bari yanayin .rayuwa ya dame mu ya kuma lalata mana farin cikinmu haka nan kuma karfafa hankalinmu da kuma kin nauyin raunin tunani da dabi'a da aka gada daga shekaru da tsararraki Dole ne a kone waɗannan kazanta a cikin wutar sabbín kuduri da aiki mai amfani Ta wannan hanyar ginawa, mutumin da ya himmatu da gaske zai iya isa ga 'yanci da 'yanci

Dokokin farin ciki na har abada

An ce a lokacin da ɗaya daga cikin sarakunan Indiya masu adalci ya yi mulki, babu wani abin da ya faru, ko mutuwa kafin lokaci, ko bala'o'i na halitta da suka faru da suka kawo cikas ga zaman lafiya da cikakken jituwa a .masarautarsa

Idan 'yan uwa suka rayu da aminci mafi girma, kowane gida zai ji daɗin zaman lafiya, lafiya, da kauna. Amma idan 'yan uwa suka yi wa junansu muguwar son kai, gidan zai cika da rashin jituwa da kiyayya. Wannan kuma ya shafi al'ummai. Idan mutane suka rayu da gaskiya da riƙon .amana, za su shaida Mulkin Allah a Duniya

Lokaci ya yi gajere Yau muna nan, gobe za mu tafi

Neman Allah shine babban gata na ɗan adam Dole ne mu yi amfani da 'yancin da Allah ya ba mu a wannan rayuwar mu kuma mu yi amfani da shi da kyau domin mu iya fuskantar .gaskiya ta ruhaniya ta har abada da kanmu

Zunubi shine duk abin da ke haifar da ciwo da wahala ga mutum. Kyakkyawan abu shine abin da ke sa shi farin ciki har abada. Idan mutum bai mallaki jituwa ta ruhaniya a cikin tunaninsa da kwanciyar hankali a cikin kansa ba, sabon gida, sabuwar mota, ko wani sabon abu ba zai iya kawo farin ciki da kwanciyar hankali ga ransa ba; maimakon haka, azabar da ke cikinsa za ta ci gaba da kasancewa koda kuwa an sami .waɗannan sabbín abubuwa da ƙari

Jin daɗi na gaske yana cikin ikon yin tsayayya da yanayi
da kuma jure duk wani gwaji na waje. Ana samunsa ne
lokacin da za ka iya jure wa azaba mai raɗaɗi da wahalhalu
masu tsanani da son zuciya da yunkurin wasu na cutar da
kai suka haifar, kuma ka amsa laifukansu da kauna da
gafara. Lokacin da ka sami damar kiyaye kwanciyar
hankalinka duk da radadin yanayi na waje, to za ka ɗaɗana
.farin ciki

Littattafai Masu Tsarki sun bayyana cewa waɗanda suka
yi watsi da dokokin Allah kuma suka bi sha'awarsu da
sha'awarsu ta wauta ba za su sami farin ciki ba ko kuma su
cimma burinsu na karshe. Suna karfafa mai neman gaskiya
ya sanya Littattafai Masu Tsarki su zama hasken jagora
kuma ya yi hukunci wajen tantance abin da ya kamata a yi
da abin da ya kamata a guje masa, da kuma fahimtar
.al'amura da kuma yin aiki bisa ga hikima

Waɗanda ke da karfin gwiwa su ne waɗanda ke aiki da
gaskiya Farin ciki yana zuwa ne kawai daga tunani mai tsarki
da ayyuka masu adalci Idan kana farin ciki yanzu, za ka yi
farin ciki a nan gaba, duka a nan da kuma a duniya mai
.zuwa

Dole ne mu tara girbin sa'a ta hanyar tattara 'ya'yan
hikima yayin da rana ta damarmaki ke haskakawa. A wata
ma'anar, dole ne mu yi amfani da damammaki kafin lokaci
.ya kure

idan ba ka yi Ka yi amfani da wannan damar, domin)
(amfani da wannan damar ba, za ta zama abin nadama
Allah ya bamu dokokin ruhaniya da ake kira umarni
Amma waɗannan dokoki ana yin watsi da su kuma ana karya
su kowace rana da ko'ina Sai dai idan mutane sun fahimci
ma'anar ruhaniyarsu, koyausha za su yi gunaguni game da
su kuma su juya baya ga su. Waɗannan dokokin ka'idodi ne
na ɗabi'a marasa lokaci waɗanda dukkan addinan Ibrahim
suka amince da su. Duk da haka, nassoshi sau da yawa ba
sa bayyana bangarorin tunani na waɗannan dokoki da

fa'idodin da ke tattare da bin su. Mutane suna karɓar
waɗannan dokoki a wuraren ibada amma ba sa bin su a waje
da su, suna ba da hujjar hakan ta hanyar iƙirarin cewa
waɗannan dokoki ba su da amfani, ba su da ma'ana, kuma
ba su dace da zamani ba. Duk da haka, keta waɗannan
.dokoki shine tushen duk wata wahala a duniya
Amma menene fa'idar waɗannan umarni kuma ina
?fa'idodinsu suke

Littattafai masu tsarki suna ba da shawara ga mutum ya
yi tunani game da Allah, ya nutsar da hankalinsa a cikinsa,
ya mika dukkan al'amura gare Shi, kuma ya bauta Masa da
ibada ta gaskiya, ba tare da gauraye da munafunci ba kuma
.ba tare da kazanta ta hanyar zato ba
Sanin Allah ya kamata ya zama babban burin rayuwa Ba
za a iya cika ayyukan duniya ba tare da ikon da Allah ya bai
wa ɗan adam ba. Yin ayyuka na yau da kullun yayin
.mantawa da Allah kuskure ne kuma zunubi ne
Zunubi yana nufin jahilci: yin aiki ta hanyar da ta saba
wa mafi kyawun alherin mutum
Me yasa mutane ke jin baƙin ciki da nadama? Domin ba
su yi abin da ya dace ba domin ba Allah ne ya fara
zukatansu ba

Babu wani abu a rayuwar mutum da ya kamata a ɗauka
a matsayin mafi muhimmanci fiye da Allah. Idan mutum da
gaske yana kula da Allah kuma yana cika aikinsa na
ruhaniya a gare shi, yanayinsa zai inganta ta kowace hanya,
kuma zai ji aminci da kwanciyar hankali duk da duk wani
.yanayi da ya kewaye shi

Da zarar mutum ya fara bauta wa dukiya, kuɗi, shahara,
ko wani abu banda Allah, rashin farin ciki ya zama nasa.
Waɗanda suka mai da hankalinsu kan waɗannan abubuwa a
zahiri suna bauta musu, don haka ba sa kusantar Allah sai
dai su nisanta kansu daga gare Shi. Amma waɗanda suka yi
tunani game da Allah, suka yi tunani a kansa, suka kuma yi

magana da Shi a cikin zukatansu suna kusantar Shi kuma
.suna jin dadin rayuwa a cikin zumuncinsu na shiru da Shi
Allah kadai ne ke da ikon cika mafarkin dan adam da
fatan samun farin ciki mai dorewa. Saboda haka, bai kamata
.a bar komai ya dauki matsayin Allah a cikin zuciya ba
Akwai alamomin tsarki da za su iya taimaka wa mai
nema ya tuna Allah ya kuma kusance shi. Duk da haka, idan
mutum ya fara bauta wa wadannan alamomin, cutarwarsu
za ta fi karfin fa'idarsu. Ya kamata a yi bauta ga Allah kadai,
.domin babu wani abu da ya cancanci bauta
Ko menene yanayin ibadar al'ada, Allah ya yarda da ita
matuƙar mai bauta yana yin ta da sanin ruhi da kuma
sha'awarsa. Duk da haka, mutane da yawa ba sa fahimtar
ainihin ibada, kuma tunaninsu da zukatansu suna karkata
daga Allah zuwa ga al'adun, don haka ba sa amfana sosai
.daga bautarsu
Masu bauta ta gaskiya ba sa barin saninsu ya takaita ga
kowace siffa ko siffa, amma suna mai da hankali da kauna
mai zurfi da cikakken kulawa ga ruhun allahntaka da ke
.bayan dukkan siffofi da siffofi
Allah cikakke ne kuma babu iyaka, kuma babu wani
hoto ko mutum-mutumi da zai iya dauke shi
Ana iya cewa Allah yana bayyana kansa a cikin duk
wanda yake kaunarsa da gaske kuma yana cikin jituwa da
Shi, domin yana nan a ko'ina don haka yana nan a cikin
kowa Duk da haka, ba kowa ne ke da ikon bayyana
kasancewar Allah ba. Rana tana haskakawa daidai
gwargwado a kan kwal da lu'u-lu'u, amma lu'u-lu'u yana
karɓa kuma yana nuna hasken rana, yayin da kwal ba zai iya
ba. Haka nan, dukkan mutane suna nutsewa cikin hasken
Allah, amma kafan ne kawai za su iya karɓar wannan
hasken kuma su nuna shi a cikin tunaninsu da ayyukansu.
Don yin haka, dole ne su tsarkake kansu ta hanyar bimbini
.da bin koyarwar Allah da umarni

Idan muka ambaci sunan Allah, dole ne mu san abin da
muke faɗa sosai. Idan za ka iya fahimtar tunanin mutane
yayin addu'a, za ka ga cewa yawancinsu suna tunanin komai
sai Allah, duk da cewa suna faɗin sunansa! Irin wannan
.addu'ar ba ta da amfani kuma ba ta da amfani
Idan muka yi addu'a, ya kamata mu yi kofari mu mai da
hankalinmu ga Allah, maimakon kawai mu maimaita sunansa
mai albarka yayin da muke barin tunaninmu ya yaɗu. Wata
goggo ta kan yi addu'o'inta a kan duwatsun addu'a,
waɗanda ba kasafai suke fita daga hannunta ba. Amma ta
shaida mini wata rana cewa duk da yin wannan ibada
tsawon shekaru arba'in, Allah bai amsa addu'o'inta ba. Ba
abin mamaki ba ne! "Addu'o'inta" ba komai ba ne illa halin
.tsoro

Idan muka yi addu'a, bai kamata mu yi tunanin komai
ba sai Allah. Ya kamata mu yi kofari mu kasance masu
gaskiya a cikin bautarmu da kuma sadaukar da kanmu a
cikin addu'o'inmu. Yin amfani da duwatsun addu'a da kuma
kiran sunan Allah akai-akai abin karɓa ne idan aikin ya samo
asali daga zuciya kuma yana da goyon bayan gaskiya da
tunani mai zurfi. Duk da haka, wannan aikin na iya zama
.atomatik akan lokaci

Dole ne mu yi wa Allah rada a zukanmu, a kan rosary
na bege da kaunar Allah; wannan bauta ta gaskiya ce da ke
taɓa zuciyar Allah. Yin furuci da sunan Allah cikin sanyi da
tunani mai yawo sabo ne da rashin girmamawa. Lokacin da
mutum ya yi addu'a, dole ne zuciyarsa da tunaninsa su cika
da kaunar Allah. Yin tunani a hankali ta hanyar motsa jiki na
yoga yana taimaka mana mu kusanci Allah, babban tushen
ɗaukaka da ɗaukaka, kuma yana taimaka mana mu yi
.tunani da kuma tattaunawa da Shi

Yana da mahimmanci a keɓe rana ɗaya a mako don yin
bimbini a ruhaniya (idan zai yiwu) don yin bimbini a kan
Allah da kuma samun natsuwa, kwanciyar hankali, da
kwanciyar hankali na ciki Lokacin da aka kashe ta wannan

hanyar zai zama maganin kwantar da hankali ga matsaloli
.da damuwa da kuke fuskanta a sauran mako

Kowa yana buƙatar yin kwana ɗaya a kowane mako a
kebe ko kuma "janyewa ta ruhaniya" don warkar da raunuka
da radadin motsin zuciyarsa. Lokacin da wannan rana ta
zama ta zaman lafiya, farin ciki, da gamsuwa, za ku yi
.tsammanin sa'a bayan mako

Kadaici shine farashin girma Za ku yi mamakin
kyawawan sakamakon da za a samu ga hankalinku, jikinku,
da ruhinku ta hanyar wannan ja da baya ta ruhaniya da
alaka da ruhinku da kuma Allah. Idan kuna burin samun farin
ciki na gaske, dole ne ku nutsar da kanku cikin teku na
salama ta Allah da sassafe bayan kun farka, da kuma kafin
.ku yi barci da dare

Masanan Indiya sun ba da shawarar ba wai kawai a keɓe
kwana ɗaya ba, har ma a jaddada buƙatar yin bimbini a cikin
takamaiman lokuta huɗu kowace rana Da safe, kafin a tashi
a ga kowa, ya kamata a ji daɗin natsuwa da kwanciyar
hankali Da tsakar rana, ya kamata a kwantar da hankali
kafin cin abincin rana, sannan a sake jin daɗin lokacin
kwanciyar hankali kafin cin abincin dare A karshe, kafin a
kwanta da dare, ya kamata a sake shiga yanayin kwanciyar
.hankali

Waɗanda suka yi shiru sosai a lokacin kaɗaici da kuma
a cikin waɗannan lokuttan huɗu na yau da kullun, tabbas za
su ji daɗin jituwa da Allah. Waɗanda ba za su iya kiyaye duk
waɗannan lokuttan ba, ya kamata su keɓe aƙalla sa'o'in safe
da yamma. Ta yin haka, rayuwarsu za ta canza zuwa mafi
kyau, kuma za su ji daɗin farin ciki; gogewa ita ce mafi
.kyawun shaida

Idan ka ci gaba da rubutawa da sanya hannu a cikin ba
tare da ajiye isassun kuɗi don rufe asusun bankinka ba, za
ka kare da kuɗi. Haka kuma ya shafi rayuwarka Ba tare da
ajiyar kwanciyar hankali a asusun rayuwarka ba, kuzarinka
zai kare, kwanciyar hankalinka zai bace, kuma farin cikinka

zai bace. A takaice, daga karshe za ka sha wahala a fatara ta
motsin rai, ta hankali, ta jiki, da ta ruhaniya. Amma zurfafa
tunani a kan Allah a kullum zai rama maka raunin da ke cikin
.ranka

Mai neman Allah yana yin bimbini kowace rana, yana
tattaunawa da Allah da dukkan kauna da sha'awa a cikin
zuciyarsa, yana rokonsa ya bayyana kansa Idan kai mai son
Allah ne kuma kana sha'awar ganin kasancewarsa, dole ne
ka nutsar da hankalinka da jikinka cikin salamarsa, kuma
rayuwa za ta yi maka murmushi, kuma al'amuranka za su
inganta ta hanyoyi da yawa Mutum mai natsuwa ba kasafai
yake yin kuskure ba kuma yana cin nasara inda dubbai suka
gaza

Wadanda ba sa tunanin Allah ko kuma ba sa kula da shi
suna shiga cikin bakin ciki da bakin ciki. Suna zama masu
.fushi kuma suna rikidewa su zama injinan tafiya
Rana ta hikima da kwanciyar hankali za ta fito a sararin
natsuwa kuma za ta lullube wanzuwarka da haskenta mai
warkarwa matuƙar ka yi kokarin ruhaniya ka kuma ba wa
Allah matsayi na farko a zuciyarka

Ranar tunani yakamata ta kasance rana ta hutawa ta
hankali da ta jiki da kuma gina zaman lafiya ta ciki. Duk wani
aiki da zai samar da hikima da zaman lafiya aiki ne mai
.albarka a wannan rana

Dangane da girmama iyaye, littattafai masu tsarki sun
ba da shawarar a yi musu mu'amala mai kyau: "Ka girmama
mahaifinka da mahaifiyarka" da kuma "Ka kyautata wa
"iyaye

Ya kamata a girmama uba da uwaye na ɗan adam a
matsayin wakilan Allah, wanda ya ba su baiwar kirƙirar ɗan
adam. Uwa ita ce misalin ƙaunar Allah tsantsa, domin uwa
mai ƙauna tana gafartawa inda babu wanda zai yi. Uba shine
.bayyanar hikimar Allah da kariyarsa ga 'ya'yansa
Bai kamata mutum ya ƙaunaci ubansa da mahaifiyarsa
ba banda Allah, amma a matsayin bayyanar wannan ƙaunar

Mai karewa da mai hikima Ruhun Allah mafi girma ya zama
uba da uwa don taimaka wa yaro, don haka dole ne a
girmama shi a cikin iyaye

Littattafai kuma suna ba mu shawara game da kisa don
neman kisa, domin a lokacin mutum zai zama mai kisan kai
Bai kamata mutum ya dauki ran wani a cikin wani lokaci mai
tsanani ba. Duk da haka, idan aka yi wa kaunatatun mutane
barazana, dole ne mutum ya yi yaki don kare waɗanda Allah
ya ba su amana, domin aiki ne mai tsarki a kare iyalinsa da
.kasarsa

Dangane da haramcin zina, manufar da ta dace ta haɗin
kai tsakanin mata da maza ya kamata ta zama haihuwar
'ya'ya da aka halicce su cikin siffar Allah da kuma bayyanar
tsantsar soyayya da ma'auratan da ke ganin Allah a cikin
junansu ke ji. Wadanda ke rayuwa kawai a matakin jiki, ba
tare da la'akari da soyayya ta gaskiya ko kuma babbar
manufar da aka kirkiri sha'awar jima'i ba, suna yin zina bisa
ga wannan umarni. A wannan yanayin, ba su da bambanci
da dabbobi da ke biyan bukatun jima'i sannan su ci gaba da
.tafiya

Allah ya halicci wannan sha'awar kirkire-kirkire a cikin
maza da mata don haihuwa da kuma bayyana soyayya ta
gaskiya a rayuwar aure, kuma bai kamata a yi amfani da ita
ba ta hanyar da ba ta dace ba, sai dai a mayar da ita zuwa
.aiki mai tsarki da ilimi

Idan za ka iya sarrafa da kuma rarraba ikon jima'i a cikin
rayuwarka, za ka iya haɓaka manyan kwarewar tunani don
rubutu, zane, ko kuma bayyana baiwar da ba a iya gani ba ta
.hanyoyi da yawa

Kuma idan a karshe ka sami damar sarrafawa da canza
ayyukan kirkira a ruhaniya, za ka fuskanci babban zaman
lafiya, kauna mai girma, da kuma karuwar farin ciki na
ruhaniya

Waliyyan Allah da shugabannin ruhaniya waɗanda suka
canza ayyukansu na jima'i a ruhaniya, manyan mutane ne

da za su iya yin abubuwan ban mamaki da ban mamaki a
.duniya da kuma a cikin binciken gaskiya na asiri
Saboda haka, mafi girman amfani da sha'awar jima'i
shine daukaka karfinsa, wato, tura kuzarinsa zuwa ga wani
babban manufa domin ya bayyana hikima, manyan ra'ayoyi,
da kuma manufofin ruhaniya. Bai kamata mutum ya sami jin
dadi daga tunanin jima'i ko sha'awar abin da aka haramta
ba. Lokacin da aka cimma wannan nau'in kamun kai, mutum
zai sami kyakkyawan hangen nesa game da jima'i da kuma
.babban manufarsa

Yin bauta ga al'amuran jima'i yana nufin rasa lafiya,
kame kai, da kwanciyar hankali na hankali, kuma a takaice,
duk abubuwan farin ciki da mutum ke bukata
Littattafai masu tsarki kuma suna karfafa mu kada mu yi
sata Idan kungiyar mutane dubu za su yi sata daga junansu,
kowannensu zai sami makiya 999. Saboda haka, bai kamata
mutum ya keta hakkin wasu ba, ko kuma ya kwace musu
kasarsu, zaman lafiya, kauna, mutunci, ko duk wani abu na
kayansu ko na ruhaniya. Idan ba ka ji sha'awar daukar abin
da ba naka ba, abin da kake bukata ko sha'awa zai zo maka.

Sata tana farawa ne da farko a cikin tunani lokacin da
mutum ya fara hassada ga wasu. Dole ne a cire irin sha'awar
mugunta daga tunani. Kyauta ta ruhaniya ita ce hanya.
Sannan, mutum zai jawo wadata ta halitta, kuma albarka za
ta kwarara zuwa gare su daga tushen da ya sani da kuma
tushen da ba su sani ba. Dokar Allah ce marar kuskure.
Game da barayi da mutane masu son kai, suna batar da
rayuwarsu suna neman abin duniya, idanunsu koyaushe
suna kan abin da wasu ke da shi, koda kuwa asusunsu yana
.cike da zinariya

Sai dai idan an yi watsi da son kai na duniya, duniya ba
za ta iya sanin farin ciki ba
Farin ciki yana zuwa ne kawai ta hanyar haɗin gwiwa ta
ruhaniya. Yana zuwa ne lokacin da mutum ya ji bukatun

wasu kamar nasu ne kuma ya yi wa wasu aiki yayin da yake
.yi wa kansa aiki

Wata muhimmiyar doka ita ce a guji bayar da shaidar
ƙarya. Cin zarafin kowa ta hanyar karkatar da gaskiya wata
hanya ce ta lalata jituwar zamantakewa. Idan mutum yana
son a yi masa alheri, ya kamata ya yi wa wasu mu'amala
.yadda ya kamata

Ya kamata a rika faɗin gaskiya koyaushe, amma dole ne
a bambanta tsakanin faɗin gaskiya da kuma faɗin gaskiya
kawai. Ambaton wani a matsayin gurgu ko makaho yana da
illa kuma ba shi da amfani; ya kamata mutum ya yi la'akari
da yadda wasu ke ji kuma ya guji kunyatar da su.
Hakazalika, bayyana gaskiya da za ta iya cin amanar wani
ba tare da wata manufa mai kyau ba kuskure ne. A gefe
guda kuma, bai kamata mutum ya yi ƙarya don guje wa
faɗin gaskiya ba; maimakon haka, mutum zai iya yin shiru a
.wasu yanayi don guje wa kunya ko cutar da wasu
Dole ne mutum ya yi hattara da hassada, wata cuta mai
halakarwa da ke cin zarafin kwanciyar hankali na rai. Yawan
kwadayin abin da ke na wasu, haka nan rashin jin daɗi da
bakin cikin mutum ke ƙaruwa. Mai kishi yana rayuwa cikin
wahala, ba ya taɓa sanin dandanon natsuwa. Ya fi kyau a
gare su su girmama kansu, su dogara da kansu, su nemi
.wadatar ruhaniya ta ciki

Mutuncin mutum da darajarsa ta zahiri sun fi duk abin
da zai so ko ya yi marmarin mallaka. Allah yana bayyana a
cikin kowane mutum ta hanyar da ba ta bayyana a cikin
wani mutum ba. Fuskarsu ba ta bambanta da ta wani mutum
ba, kuma ransu ba ta bambanta da ta wani mutum ba,
domin a cikinsu akwai babbar taska ta dukkan halitta—kuma
wannan babbar taska ita ce Allah

Ba a ɗaure mu da abubuwan da suka gabata ba
Idan mutum yana da imani mai kyau kuma yana yin aiki
yadda ya kamata, zai fi farin ciki fiye da waɗanda ba su da
imani kuma ba sa yin ayyukansu a yaƙin rayuwa

Imani mai kyau da aiki na adalci (wanda aka tallafa da kyawawan manufofi da kyawawan manufofi) suna nan a duk inda farin ciki ya kasance, kuma ana rasa su duk inda farin ciki ya kasance. Daga wannan, za mu iya kammala da cewa su muhimman yanayi guda biyu ne na farin ciki, waɗanda ba za a iya cimma su ba tare da su ba. Waɗanda ke son farin ciki suna buƙatar kawai su mallaki waɗannan muhimman abubuwa guda biyu, waɗanda su ne ginshikansa da .ginshikansa

Mutane ba za su iya sarrafa—a yadda suke so— abubuwan da ba su da iyaka na sararin samaniya, kuma ba za su iya gyara ko goge su ba. Waɗannan abubuwan suna da alaƙa da juna sosai da tsarin rayuwar ɗan adam, kuma mutane ba za su iya aiki a ware daga gare su ba. Duk da haka, za su iya sarrafa tunaninsu don daidaitawa da .waɗannan abubuwan

Kada ku cutar da shi

Kakanninmu sun fi mu farin ciki ba wai don suna da abubuwan duniya da jin daɗi fiye da mu a yanzu ba, ko kuma saboda ba su da sauƙin fuskantar matsalolin rayuwa, amma saboda suna da daidaiton tunani wanda ya ba su kwanciyar hankali, kwanciyar hankali, gamsuwa, da kuma .farin ciki a takaice

Ba su dogara ga yanayi na waje don farin cikinsu ba, kuma ba su mika wuya ga yanayi na waje wanda zai hana su ba. Jin daɗinsu, kwanciyar hankali, farin ciki, da gamsuwa sun kasance na halitta, na al'ada, lafiya, kuma mai ɗorewa.

Mu ma, ya kamata mu gina waɗannan ji idan muna son ?samun farin ciki. Kuma wanene a cikinmu ba ya yin hakan

Kaddara sakamakon aikin da muka yi na baya na 'yancin zaɓe ko 'yancin zaɓe Ta hanyar ayyukanmu na baya na 'yancin zaɓe, mun kawo kuma mun ci gaba da kawo wa kanmu kaddara da kaddara. Duk da haka, ba a ɗaure mu da abin da ya gabata ba, kuma ba a ɗaure mu da sakamakon ayyukanmu har abada ba. Za mu iya gyara abin da muka

shuka kuma mu goge abin da muka rubuta idan muna so mu
yi kokari mu gyara tafarkinmu da inganta ingancin girbinmu.

Idan muka kawar da irin ayyuka masu radadi kuma muka
shuka iri mafi dacewa da yanayin rai, tabbas za mu girbe
'ya'yan farin ciki daga waɗannan kyawawan iri da aka shuka
a cikin kasa ta rai. Dole ne mu yi amfani da 'yancin zaɓe
yanzu, yanzu ba gobe ba, idan muna son samun karin farin
.ciki ko rage wahala da zafi

Saboda haka, sharuɗɗan farin ciki suna cikin ɗan adam,

kuma abin da kawai zai yi shi ne ya magance wannan
daidaiton da ba ya kuskure, kuma sakamakon zai kasance a
gare shi idan ya yi mafi kyawun kimantawa kuma ya
magance shi Amma mutumin da ke da karfin nufi yana cikin
jituwa da Allah

Karfin tunani mai zurfi

Idan ka mayar da hankali kan hasken rana Ta hanyar
mayar da hankali kan karamin wuri, yana samar da zafi,
kuma wannan zafi na iya kunna itace. Yadi, takarda, da
sauransu. Haka nan, idan ka mayar da hankali kan
hankalinka sosai. Karfinsa mai karfi. Don kona mugunta da
tushen shakku, dalilin duk wani gazawa, da kuma sa hasken
.hikima ya haskaka da haske da haske

Idan tunani ya yi daidai da Allah, tushen dukkan alheri
da kuma asalin dukkan ikoki masu albarka, zai fahimci
kasancewar Allah kuma ya mallaki dukkan abubuwan da ke
haifar da nasara. Waɗannan abubuwan suna da alaƙa da
babban ikon Allah, wanda ke iya kirƙirar sabbin dalilai na
.nasara a kowane fanni

Allah ya saka da alkhairi da kuma kyakkyawan aiki da

kuma kyakkyawan aiki

Matsaloli da matsaloli suna tasowa ne daga rashin sanin
ayyukan da suka gabata, waɗanda suka aikata a wani lokaci
da wuri. Wahalar da suke sha a yanzu ta samo asali ne daga
tunani da ayyukan da suka furta, waɗanda suka yi tushe a

cikin kasan saninsu, suka tsiro suka zama shuka kuma suka
ba da 'ya'ya wadanda ke nuna halayen wadannan tunani da
.ayyukan

Idan ka kalli rana mai nisan mil mil a sararin samaniya,
wannan babban tauraro yana bayyana kasa da Duniyarmu.

Duk da haka, diamita ta Duniya tana da kusan mil 7,900,
yayin da diamita ta rana ta fi sau dari. Idan za ka iya sanya
duniyarmu ta Duniya kai tsaye a gaban rana, zai bayyana a
matsayin karamin digo idan aka kwatanta da ita. Ka yi
tunanin fadin rana yana fadafa har sai girmanta ya mamaye
sararin samaniya mai shudi. Saman da muke gani karamin
guntu ne, dan tabo kawai, na sararin samaniya mara iyaka
wanda ke ratsa sararin samaniya. Ko da rana ta ci gaba da
fadafawa zuwa rashin iyaka, har yanzu ba za ta iya kewaye
da rashin iyaka ba. Wannan mafarkin sararin samaniya na
kankanta da iyaka yana iyakance ikon tunani na fahimtar
.faɗin sararin samaniya, asalinsa, da iyakokinsa

Wanda ba ya karkashin girma da ma'auni, wanda ba shi
da iyaka ko asali, shi ne Allah, wanda yake ko'ina kuma yana
wanzuwa a mafi nisan sararin samaniya. Yana cikin taurari
masu nisa, kamar yadda yake a cikin ku da kuma a cikina,
kuma yana sane da kowane sarari da yake ciki Komai
"kankanta ko babba. Daga littafin "Man's Ultimate Man' Buri

Addu'o'i

,Ya Ubangiji

Dauki hannuna daga duhu zuwa haske

O natsuwar sararin samaniya

Ina jin muryarka a cikin radadin rafuka da kuma radadin

tsuntsayen dare

A cikin kukan iska, hayaniyar rakuman ruwa, da kuma

tsawar girgizar kasa

Ya Ubangijin da ake kauna

Ba da kalmomi nake bauta maka ba, sai dai da sha'awar

zuciya mai konewa da kewarka

Bari in ga fadinka mai girma

Kasancewarka a bayan komai koyausha
Watakila zan gane cewa ni bangare ne na halittarka
wadda ba ta canzawa har abada
Teku mai ambaliya

Da ace kogunan sha'awata masu lankwasa za su iya
gudana ta cikin hamadar cikas da cikas
A karshe, babban rikicinku ya haɗu
Ka taimake ni in saurari muryarka, ya Ubangiji
Sautin sararin samaniya wanda girgizar duniya ta fito
daga gare shi
Bari in fahimci kasancewarka ta hanyar sautin albarka
(Om - Amin)

wakar Tsarki ga dukkan muryoyin masu albarka
Fadada wayar da kan jama'a yayin da nake sauraron
wakokin rayuwa

Bari in ji kamar teku mai sararin samaniya
Kuma motsin jikin yana rawa a kirjinsa
Bari muryar mafi tsarki ta yi ta ratsa zuciyata
Fadada wayewar da nake da ita daga jiki zuwa sararin
samaniya

Zan iya jin daɗin dawwamammen farin ciki, mai cike da
komai

Fashewa daga teku mai cike da haske

O iko mara iyaka

Ya hikima ta har abada

Ka cika raina da motsin zuciyarka na ruhaniya

Ya muryar kalmar sararin samaniya mai albarka

Gyara kurakuraina

Ina bukata

Dauki hannuna daga duhu zuwa haske

Duk lokacin da na tuna da Kai, Ya Ubangiji, ambaliyar

sha'awa mai zafi tana tasowa a cikina, tana girgiza ji na

kuma tana gudana daga zuciyata zuwa kowace kwayar

halitta a jikina, tana cika ta da kaunar Allah

Babban burina shine in isa ga ainihin rayuwarka kuma in
yi farin ciki a gabanka
Kuma ba zato ba tsammani kofar rai ta buɗe, kuma na
!yi matukar farin ciki da ganin haskenka mai haske
Abin da ya gabata ba a san shi ga yawancin bil'adama
ba, ban da wasu mutane kaɗan da aka zaɓa waɗanda suka
waye, duk da haka, rashin sanin abin da ya gabata shi ma
yana da amfani a gare mu. Domin da mun san duk abin da
muka yi a wannan rayuwa da kuma a rayuwarmu ta baya, da
yawan ayyukanmu ya mamaye mu kuma ya ruɗe mu gaba
ɗaya. Hakika, nufinmu ma yana iya gurgunta ta hanyar
girgiza, wanda zai sa mu kasa ci gaba da ayyukanmu kuma
ya bar mu cikin damuwa. Ko da a cikin wannan rayuwar
duniya, mantawa albarka ce daga Allah, yana hana tunanin
abin da ya gabata, musamman waɗanda suka yi ɗaci da
.raɗaɗi, su mamaye tunaninmu da ji
Amma abin godiya, hasken allahntaka a cikinmu
koyaushe yana haskakawa da bege da sha'awar ci gaba da
tafiya mai karewa ta rayuwa. Dole ne mu gode wa Allah
saboda waɗannan ni'imomi guda biyu: mantawa da abin da
.ya gabata da fatan nan gaba
Bai kamata mu yanke hukuncin cewa kaddara tana
kawo cikas ga 'yancin zaɓe ba. Duk da haka, dole ne mu yi
iya koƙarinmu don tsayayya da mummunan tasirin da
yawancin mutane ke dangantawa da kaddara da kaddara,
kuma mu yi amfani da 'yancin zabinmu bisa ga imaninmu na
ciki, muddin waɗannan imani sun dogara ne akan imani mai
kyau kuma an gina su ne bisa dokokin Allah, waɗanda ba
tare da su ba mutum ba zai iya ɗaɗɗana farin ciki na gaske
.ba

Idan muka fara wani aiki, bai kamata mu tsorata da
yanayi mara kyau ba, sai dai mu kasance masu kyakkyawan
fata, tare da cikakken imani cewa babu abin da zai iya hana
mu aiwatar da nufinmu da kuma aiwatar da 'yancinmu na
.zabi

Idan muka kasa cimma burinmu, abin yarda ne mu
yarda da cewa akwai cikas na cimma burinmu wanda ya
hana mu cimma shi. Dole ne mu dage mu kuma ninka
kokarinmu don cimma burinmu. Dole ne kuma mu tabbatar
wa kanmu cewa komai karfi da karfin cikas da kalubalen da
za su iya kasancewa, har yanzu muna da isasshen karfi don
kawar da su da kuma shawo kansu. Ko da mun gaza duk da
duk kokarinmu, babu bukatar yanke kauna da takaici,
muddin mun fahimci cewa nufin dan adam ya fi karfi fiye da
kaddara, wanda namu ne. Saboda haka, bai kamata mu
daina kokarinmu ba, komai yawan lokacin da muka gaza,
domin akwai kofofi a bude koyaushe. Kawai muna bukatar
mu ci gaba da kokari da maimaita kokarin har sai an bamu
nasara. Allah zai bamu taimako muddin muka dogara gare
Shi kuma muka yi kokarinmu. Wanda ya bi hanyar zai isa
inda ya nufa, kuma wanda ya dogara ga Allah ba zai yi
.takaici ba

Idan mutum yana son wani abu, kuma wannan sha'awar
tana da karfi da gaggawa, wannan sha'awar ba ta taɓa barin
saninsa ba, duk inda ya je da duk inda ya juya, kuma duk
abin da damuwarsa da damuwarsa za su kasance Ta hanyar
aikinsa na yau da kullun da nacewa, wannan sha'awar tana
da babban kuduri da kuzari. Wannan raɗawar hankali ta fi
karfi da tasiri fiye da addu'ar da aka yi da na'ura, wadda ba
ta wuce motsa lebe ba. Wannan shine abin da masoyan
Allah ke yi; suna raɗawar kaunarsu ga Allah ba tare da
gushewa ba, kuma raɗawarsu tana da zuciya da kuma
rashin jin magana, a cikin dukkan ayyukansu na yau da
kullun. Wannan raɗawar zuciya ba ta ɗauke musu hankali
ba, kuma ba ta saba wa sauran ayyukansu ba. Yayin da
sha'awarsu ga Allah ke karuwa, kaunarsu ga Shi tana karuwa
da zurfafawa, har sai sun taɓa kasancewarsa kuma sun ga
haskensa da idon rai, suna ɗanɗano farin ciki mai yawa da
.kuma jin kwanciyar hankali fiye da yadda aka kwatanta

Allah yana aiko mana da darussan da muke bukata a rayuwa domin mu amfana da su mu kuma sami fahimta da gogewa Duk wanda ya guji wadannan darussan za a tilasta masa ya koyi su Komai tsawon lokacin da zai dauka Kowace jarrabawa aboki ne idan muka koya daga gare ta, kuma azzalumi ne idan muka batar da damar muka yi amfani da ita ta hanyar gunaguni, fushi, da rashin yanke .hukunci mai kyau

Idan muka sami fahimta mai kyau da kuma ra'ayin da ya dace game da rayuwa, za ta yi kyau Kuma babu rikitarwa

lamuran tunani

Mutum ba zai iya ci gaba da rayuwa cikin farin ciki har abada ba, ko kuma ya nutse a farkashin ruwan bakin ciki mai karfi, ko kuma ya nutse cikin zurfin gajiya. A cikin wannan duniyar da ke cike da bambance-bambancen abubuwa biyu, matsakaicin mutum yana fuskantar hawa da sauka. Yana tashi cikin farin ciki kuma yana nutsewa cikin zurfin rashin kulawa, kuma rakuman bakin ciki suna jujjuya shi. Kuma ba kasafai yake sanin wani yanayi na sani ba. Ba da damar yanayi ya jefa tunani a kai ta wannan hanyar Yana nufin mika wa mutum nufinsa ga kaddara mai ban sha'awa .da canzawa

Abin da mutum yake bukata don rayuwa mai nasara da gamsuwa ita ce daidaiton tunani Ana iya cemma wannan ne kawai ta hanyar mai da hankali kan .tunani. Kula da ikon tunani

Ko da bakin cikin da ya fi zurfi yana warkarwa da lokaci, don haka babu amfanin yin tunani a kan bakin ciki Kowace rana ta rayuwarmu Bakin ciki mai tsawo game da wanda aka kaunace shi da ya rasu ba ya taimaka masa ko mu, kuma ba ya canza komai a zahiri Kwarewar rashin karfin hali ko kuma hukunta kai Tunani kan kurakuran da suka gabata ko gazawar da suka gabata ba shi da amfani. Yana sa rayuwa ta .zama abin bakin ciki kuma yana hana iyawar tunani

Bai kamata mu bari kanmu mu faɗa cikin ramin aiki mai
ban sha'awa ba, domin wannan yanayi ne na tunani wanda
ba shi da daɗi, domin yana damun hankali kuma yana kone
.iyawar boye a cikin wutar rashin kulawa
Dole ne a kawar da gazawa daga tushenta, kuma dole
ne a noma gonakin rayuwa da himma da jajircewa sannan a
shuka iri na alheri domin a girbe girbi mai yawa da taimakon
.Allah

Iron a cikin Azurfa Jubilee

An taɓa gayyace ni zuwa bikin cika shekara ta azurfa ga
wasu ma'aurata waɗanda suka yi kama da ɗaya daga cikin
ma'auratan da suka fi farin ciki, amma da na shiga gidansu
sai na ji wani abu ba daidai ba, sai na tambayi ɗalibai biyu
na su lura da yadda suke mu'amala da juna a lokacin da
yamma, kuma daga baya suka gaya mini. Mijin da mata sun
yi murmushi a gaban wasu suka yi wa juna magana da
kalmomi masu daɗi kamar "Eh, masoyiyata" da "Tabbas,
masoyiyata," da sauran irin waɗannan kalmomi masu daɗi.
Amma da zarar sun yi tunanin suna kaɗai, sai su yi ta faɗa
.da kalaman batanci ga junansu

Na yi magana da su na ce: Kun gayyace ni zuwa bikinku,
amma yanayin yana cikin tashin hankali kuma ina jin akwai
rashin jituwa sosai a wannan gidan, kuma a gare ni da alama
akwai karfe da yawa a cikin wannan bikin cika shekara ta
.azurfa

Da farko, sun yi fushi, amma daga baya suka yarda
cewa na yi gaskiya suka nemi afuwa. Ta ci gaba da cewa: Me
?kuke samu daga jayayya da jayayya a kowane lokaci
Da alama kuna zaune tare don kiyaye suna a matsayin
cikakkiyar ma'aurata, amma kuna buƙatar yin haka da
junanku kuma ku rayu cikin kwanciyar hankali da jituwa don
.jin daɗinku da kwanciyar hankali

Abincin maganadis

Idan mutane suna magana game da abinci ko abinci mai
gina jiki, yawanci suna nufin abincin jiki da ake ci don ci

gaba da rayuwa. Duk da haka, akwai wasu nau'ikan abinci masu gina jiki waɗanda ba su da kasa da abinci na zahiri, kuma galibi sun fi haka, kamar abinci mai gina jiki na hankali ko na ruhaniya. Ayyukan tunani ko tattara hankali, hikima da .fahimtar ruhaniya

Abincin jiki yana karfafa kwayoyin jiki, yayin da abincin hankali ke cika hankali da ra'ayoyi masu kyau, kuma abincin .hikima yana farfado da rai da haɓaka iyawarsa Ciyar da hankali yawanci ya kunshi ra'ayoyin da mutum ke tunani da waɗanda yake karɓa daga wasu ta hanyar .hulɗa da su

Mutane masu natsuwa da kyawawan halaye suna taimakawa wajen sanya tunaninmu ya zama mai jan hankali da lafiya

Ba abu ne mai wahala a tantance ko mutum yana samun isasshen iliminsa daga yanayi mai natsuwa ko kuma mai cike da rudani ba. Damuwa, damuwa, da rudani duk suna fitowa ne daga hulɗa da mutanen da ba su dace ba, ko abokai ko dangi. Wannan yana haifar da tunani mai ban tsoro da kuma mummunan yanayi

Jiki yana samun kuzari da kuzari daga abinci na zahiri, yayin da abinci mai maganadisun ke ba wa jiki da tunani kuzarin kuzari waɗanda suka fi sauƙin narkewa fiye da abinci mai karfi da ruwa, waɗanda ba za a iya canza su zuwa .makamashin rai cikin sauƙi ba

Lokacin da za ka iya canza jahilci zuwa hikima, rauni da rauni zuwa lafiya da kuzari, kuma ka yi tafiya cikin aminci da jarumtaka - ko da kai kaɗai - a kan hanyoyin rayuwa, kuma ka fuskanci farin ciki na ciki wajen samun lamiri mai rai da tsaro, da imani mara misaltuwa ga adalcin Allah da nasarar adalci akan kuskure da gaskiya akan rufi

Kuma idan ka yi kokarin bayyana tunaninka kowace rana zuwa ga manyan mataƙai masu kyau, kuma kana da zuciya mai ƙauna da godiya, da kuma kyakkyawar niyya ga wasu, abincinka na tunani zai zama mai ban sha'awa,

sannan za ka jawo hankalin kanka duk abin da ke da kyau da
amfani, daga abubuwa, mutane da yanayi, waɗanda ake
.bukata don ci gaba da tafiya zuwa ga gabar tsaro da aminci
Idan ka yi kokari don samun abin da kake bukata, kuma
ka gamsu da abin da Allah ya tanadar maka, za ka fi wadata
a cikin ruhi da gamsuwa fiye da waɗanda suka shagaltu da
.abin duniya da kuma sha'awar jin daɗinsa na ɗan lokaci
Idan mutum ya nemi Allah, wanda shi kaɗai ne aboki na
gaskiya, fiye da dukkan abokai, zai yiwu a kafa abota ta
gaskiya a cikin dukkan dangantaka ta ɗan adam: ta iyali, ta
. 'yan'uwa, ta aure, da ta ruhaniya

Abota muhimmin abu ne a cikin dangantakar aure,
kuma ya kamata a ba da fifiko ga kusancin hankali da motsin
.rai, jin daɗin ɗabi'a, da kuma kauna da abota ta gaske
Waɗanda ba za su iya bambancewa tsakanin soyayya ta
gaskiya da sha'awar sha'awa ba suna samun takaici sau da
.yawa

Idan aure ya ginu bisa manyan manufofi da girmama
juna, zai zama haɗin kai mai farin ciki da nasara tsakanin
rayuka biyu masu kauna. Kuma suna haɗin kai don rage wa
juna nauyin rayuwa, da kuma kawar da damuwar rayuwa ta
.hanyar tausayi da fahimtar juna da abokantaka

Babu wanda zai iya iko da ni ko ya kwace mini
wasiyyata, sai dai idan na bar tunani da ayyukan wasu su yi
tasiri a kaina

Ya Ubangiji, na fahimci cewa ina da dama marar iyaka a
gabana Don bincika iyawata da kuma gano karfin
ruhaniyata, zan maye gurbin abubuwan da suka shafi
rayuwa da manyan buri Kuma zan fahimci cewa ruhun
aminci yana tare da ni koyausha

A yau zan cika tunanina da kyakkyawan fata, zan
nisanta kaina daga abubuwan da ba su da daɗi, kuma zan yi
aiki da abin da zai kula da jiki, hankali, da ruhi cikin daidaito
.da daidaito

Rawar rai da mutuwa tana nan a koyaushe, amma zan
'yantar da kaina har abada ta hanyar kare asalin ruhaniyata.
Kuma lokacin da guguwar gwaji da wahala suka fuskance ni,
zan tashi a cikin jirgin ruwa na raina a ketaren teku na rai
.zuwa gabar teku mai aminci da allahntaka
Idan na yi aiki kuma na kirkira zan tuna cewa Allah yana
aiki ta wurina; Shi ne Ubangijin halittu kuma zan iya haɗuwa
da shi ta hanyar yin bimbini sosai a kansa
Ya Allahna, na fahimci cewa tunanina zai kawo min ko
dai gazawa ko nasara, ya danganta da wanne tunani ne ya fi
karfi a rayuwata. Don haka, zan yi kokarin tunawa cewa
kana miƙa mini taimako kuma yana shirya ni don dalilan
.nasara

Idan bala'o'i da rashin sa'a suka same ni, zan daga
hankalina in kuma karfafa kudurina na shawo kansu. Zan
rungumi gaskiya da gaskiya a cikin mu'amalata da
mu'amalata da kowa, kuma zan saki tunanin kauna da fatan
.alheri. Sannan Allah zai tallafa mini da ikonsa da hikimarsa
Ya Ubangiji, zan yi amfani da karfina da basirata don
cimma kananan abubuwa da farko, sannan in ci gaba zuwa
manyar nasarori
Ko da an cika dukkan burin abin duniya, har yanzu suna
kawo farin ciki mara cikawa ne kawai, kuma samun Allah
shine kawai farin ciki na gaskiya da zan gano tafkunan farin
ciki marasa iyaka Kuma ba ya daina gudana da gudu, a cikin
.lambunan rai da ciyayinta masu koren kore

Karin maganar zinare

Farin ciki hakkina ne, gadona ne, kuma boyayyun
taskokina na Allah ne Ka shirya da ni, Ya Ubangiji, domin in
.sami taskokin da suka fi mafarkin sarakuna a cikin raina

* **

Mazaunin zukata mai tsarki yana haskakawa cikin
almajiransa - daga rahamarsa da tausayinsa - fitilu masu
haske na hikima waɗanda ke kawar da duhun jahilci

* **

Rayuwa motsi ne mai hankali tare da tsari na yau da
kullun. Tana siffanta kanta a cikin abubuwa marasa rai, ko
kuma tana daukar siffa mai rai da motsi. Rayuwa tana da
.komai kuma tana ratsa komai

* **

Ya Babban Masoyina, Kai ne rayuwa kanta Kai ne burina
da burina Ka sanya ni fure mai fure a cikin lambunka na
sama, ko kuma wani lu'u-lu'u mai sheki a cikin sarkar
kaunarka mai haske, ko kuma Ka ba ni babban girmamawa:
mafi kankanta wuri a cikin zuciya

* **

Duk inda wasu suka yaba da kokarin na yin nagarta, to
a nan ne zan iya bayar da mafi kyawun sabis

* **

Bari mu saka kafet din zinare na mafarki tare da zare
mai laushi na tunawa mai dadi da tunani mai kyau

* **

Zuciya mara komai [ba tare da tunani mai kyau da
ginawa ba] masana'anta ce ta matsala, damuwa, yanke
kauna, da rashin bege

Idan soyayyar duniya ta zauna a cikin zuciya, za ta
kawo maka farin ciki mai dorewa da sabuntawa wanda babu
wani abu da zai iya ba ka

Furannin rayuwa da ke fure a cikin lambun duniya suna
da kyau sosai kuma suna da dadi a gani. Amma mafi girma
da ban sha'awa shine tushen kyau da hikima da ke wanzuwa
a wani wuri, daga inda muka fito kuma inda za mu sake
.komawa mu haɗu

Da almajirin ya farka da safe, sai ya tabbatar wa kansa:

“Ba ni da jiki, ni ruhu ne da ba a gani... Ni farin ciki ne... Ni
haske ne... Ni hikima ce... Ni kauna ce Kuma ko da yake ina

zaune a cikin wannan jiki, ruhuna ba ya mutuwa kuma ba ya
"taɓa lalacewa

Kamar yadda ɗigon raba ke taimaka wa furanni su yi
fure da girma, haka nan alheri ke ciyar da abota da kuma
haɓaka girmanta

* **

Akwai rakuman ruwa da ke bayyana a saman tekun da
rakuman ruwa da ke ɓacewa cikin zurfinsa; a duka biyun,
suna cikin tekun kuma ɗaya ne tare da shi. Hakazalika,
mutanen da ke iyo a lokacin "rayuwa" a saman tekun sararin
samaniya ko waɗanda suka ɓace a cikinsa a lokacin
."mutuwa" suna cikin tekun har abada

* **

Hangen wata ba a iya ganinsa a fili a cikin ruwan da ke
cike da ruwa, amma da zarar saman ruwan ya natsu, hasken
wata zai bayyana sarai. Haka yake ga tunani: idan ya natsu,
.za ka iya ganin fuskar ranka da cikakken haske da daidaito

Ya Ubangiji, ka aiko min da hasken rana na hikimarka
domin ta jagorance ni a cikin kwanakin farin cikina na cimma
nasara, da kuma hasken cikakken wata na rahamarka
lokacin da nake tafiya cikin duhun dare na bakin ciki

Bimbini shine hanyar da kake haɗuwa da tunanin duniya
baki ɗaya, kuma idan ka daidaita da wannan sanin da ba shi
da iyaka za ka iya sanin duk sirrin halitta

Sha'awar kusantar Allah da kuma saninsa ba ta zuwa da
kanta ba, sai dai dole ne a gina ta, kuma rayuwa ba ta da
.wani amfani idan babu wannan sha'awar

Rayuwar duniya tasha ce ta ɗan lokaci, kuma babban
aikin ɗan adam shine fahimtar manufa da manufar wannan

tafiya. Manufar ita ce sanin Allah, kuma ba za ta iya zama
.wani abu ba

Amincinka shine taskarka mai daraja, don haka kada ka
bari wani ya kwace maka wannan taska daga gare ka

* **

Koyi tsayawa kai kadai, aminci da kwanciyar hankali a
cikin katangar kyawawan halaye da darajar kai

* **

Komai yana wanzuwa saboda Allah yana wanzuwa Kuma
domin yana wanzuwa, kai ma yana wanzuwa Godiya ga
wanzuwarsa, kana jin dadin jin dadin rayuwa. Saboda haka,
.godiyarka ga Allah ya kamata ta kasance mai zurfi

Littattafai masu kyau na iya zama abokai marasa
magana, masu ladabi, da kuma masu girmamawa. Kada ku
yi watsi da waɗannan littattafan a lokutan wahala, domin ba
za su taɓa barinku ba, ba kamar abokai na zahiri waɗanda
.za su iya barinku ba

Duk wanda ke da lafiya mai kyau, rayuwa mai dadi, da
kuma karfin tunani mai kyau, amma ba shi da farin ciki, bai
yi nasara a rayuwa ba tukuna. Idan da gaske za ka iya cewa,
"Ina farin ciki, kuma babu wanda zai iya d'auke mini farin
.ciki," ka sami siffar Allah a cikin kanka

Ka jaddada natsuwa da kwanciyar hankali, kuma ka aika
da tunani mai kyau da kyawawan niyya kawai idan kana son
rayuwa cikin kwanciyar hankali da jituwa. Ka rayu rayuwa da
aka gina bisa adalci da takawa, kuma duk waɗanda
rayuwarsu ta shafi naka za su amfana kawai daga
.kasancewa tare da kai

Idan ba ku da abokai, ko kuma idan abokanka suna bata
lokacinku, ko kuma idan ba ku yi mu'amala da su ba, to ku

bar littattafai [da kayan aiki] waɗanda ke da hikima su zama
abokanka, domin za ku iya shiga ta kofofin shafukansu zuwa
.duniyar ra'ayoyi masu ban mamaki da ban sha'awa

Neman Allah yana nufin samun duk abin da zuciya ke
so, kuma zama na ruhaniya yana nufin buɗe kofofin lafiya,
farin ciki, da nasara

A cikinmu akwai wani haske na ikon allahntaka wanda
ke kirƙira kuma yana riƙe da dukkan rayuwa kuma yana jiran
a kunna shi

Karatu aiki ne mai matuƙar amfani ga tunani; yana
motsa kwakwalwa kuma yana sa ta sassauka. Awa ɗaya ko
biyu na karatu a kowace rana zai ba kowa tushen ilimi
daban-daban cikin 'yan shekaru, muddin ya zaɓi littattafai
masu amfani. Kada ku bata lokaci ko ku cutar da kwarewar
hankalinku ta hanyar karanta littattafai masu arha ko
.littattafai marasa ma'ana

Waɗanda ke da sha'awar zamantakewa za su sami
sabon kuzari a cikin littattafai masu mahimmanci don
taimakawa ɗan adam ta hanyar darussan da ke cikin
.littattafan da maza da mata masu hazaka suka rubuta

* **

Karatu aiki ne mai matuƙar amfani ga tunani; yana
motsa kwakwalwa kuma yana sa ta sassauka. Awa ɗaya ko
biyu na karatu a kowace rana zai ba kowa tushen ilimi
daban-daban cikin 'yan shekaru, muddin ya zaɓi littattafai
masu amfani. Kada ku bata lokaci ko ku cutar da kwarewar
hankalinku ta hanyar karanta littattafai masu arha ko
.littattafai marasa ma'ana

* **

Dole ne a kawar da son kai da girman kai domin su ne
manyar cikas ga ilimin ruhaniya

* **

Ba tare da jin Allah ba, wannan duniyar tana kama da
cike da rikici, tashin hankali, da bakin ciki mai zafi. Farin ciki
.yana cikin jin kusanci da Allah

* **

Wadanda suka san Allah suna da farin ciki da farin ciki a
zukatansu. Domin suna jin tsaro mai albarka da natsuwa,
guguwar fushi ba za ta iya girgiza su ba, kuma tsoro ba zai
.iya shiga zukatansu ba

* **

Littattafai masu kyau abokanka ne na ku; ta hanyar su,
za ka iya jin manyan mutane suna magana a hankali a gare
ka, suna ta'azantar da kai da kuma ba ka shawara mafi
kyau. Rashin gina sha'awar karanta littattafai masu kyau
.yana nufin rasa gadon tsararraki

* **

Ba tare da taimakon Allah ba, mutane za su gaza, domin
karfi da hikimar da ake bukata don cin nasara a yakin
rayuwa suna fitowa ne daga tushe mara iyaka. Idan mutum
ya yi watsi da Allah, sai ya yanke layin ceton da ke ba shi
.taimako da tallafi da ake bukata don nasara
Masu neman wadanda ke kwankwasa kofar damar
ruhaniya za su ga cewa kofa a buɗe take a gare su domin
Allah yana taimakon wadanda ke taimakon kansu
Idan kana cikin jituwa da Allah, dukkan yanayi yana
cikin jituwa da kai

* **

Soyayya kamar takarda ce da ke goge hankali kuma
tana kawar da rashin kunya daga hali

* **

Idan kwatsam ka sami Allah a ko'ina, kuma idan ya zo
gare ka, ya yi maka wahayi, kuma ya shirya da kai, labarin
kaunar Allah ya fara

* **

Kauna na iya haskakawa a cikin zukata kuma ta aika
hasken warkarwa ga wasu
* **

Ku nemi sanin Allah tun kuna karami da karfi, domin a
tsufa da rashin lafiya ba za ku iya sake nemansa ba A
zamanin da mutane suka fara fahimtar ainihin ma'anar
rayuwa, jiki yana raguwa, kuma suna ciyar da sauran
rayuwarsu suna kula da karfinsu na zahiri maimakon neman
.gaskiya
* **

Zan dauki mafi kyawun abu daga kowace al'umma,
kuma zan yaba da kyawawan halaye na dukkan kasashe ba
tare da mai da hankali kan kurakuran su ba
* **

Kamar yadda muke damuwa da muhimmancin abinci
mai gina jiki na yau da kullum, ya kamata mu kuma kula da
sinadaran gina jiki na tunani da muke samarwa a zukatanmu
.kowace rana
* **

Kalmomi masu daɗi magani ne mai ban mamaki ga
cututtuka da yawa, suna da karfin maganadisu mai karfi,
kusan sihiri, wanda ke kawo albarka da wadata ga mai
magana da su. Waɗanda ke amfani da kalmomi masu
kwantar da hankali da taushi suna jin wani karamin kwararar
ruwa yana gudana ta cikinsu ba tare da katsewa ba, cike
suke da nutsuwa mai zurfi. Wannan saboda wannan
kwararar ruwa tana da alaƙa da tushenta mafi girma,
kwararar ruwa mai ɗorewa wanda ke isa ga rayuka cikin
jituwa da wannan tushen, yana ba su damar isar da farin ciki
.ga waɗanda ke sha'awar zaman lafiya
* **

Kalmomi nawa masu daɗi daga zuciya suka kawar da
baƙin ciki da yawa kuma muryoyi masu hikima nawa ne suka
!haskaka hanyoyi masu duhu da fitilun farin ciki da natsuwa
* **

Muna girma ta kowace irin gogewa da muka fuskanta,
matuƙar mun fahimci cewa za mu iya koyon darussa masu
amfani daga gare su. Kowace wahala da wahala da muke
fuskanta tana da ma'ana da manufa Duk da tsananin
wadannan abubuwan, suna kama da wuta da ke narkar da
karfe, tana mayar da ita karfe mai kyau, mai karfi, kuma mai
.amfani

* **

Duk nasarorin da na samu a rayuwata an cimma su ne
ta hanyar ikon tunani cikin jituwa da Allah. Lokacin da injin
samar da wutar lantarki na Allah ke aiki, duk abin da nake so
yana faruwa ba tare da togiya ba, da farko yana dawakar
siffar kira mara ganuwa, sannan ya bayyana da karfi mai
.karfi a zahiri

* **

Idan hankali ya yi wa Allah rada mai radawa daga zurfin
rai mai sha'awa, kiran ruhu zai taɓa zuciya duniya, kuma
amsar za ta zo, ta kawo farin ciki mai yawa. Wannan
radawar hankali tana haɓaka nufin har sai ya sami karfin da
.ake buƙata don cimma burin da ake so

* **

Idan tunanin mutum da nufinsa suka yi daidai da Allah,
ana ba shi iko marar iyaka, don haka kawai tunanin wani abu
ya isa ya cimma hakan, domin dokar Allah tana aiki ne don
.amfanin wadanda suka yi daidai da nufin mafi girma

* **

Ko menene damuwarmu, Allah ne ya kamata ya zama
abu na farko a rayuwarmu Daya daga cikin muhimman
abubuwan ci gaban ruhaniya shine ci gaba da yin rada ga
Allah da zuciya daya, inda kai da kanka za ka fuskanci canji
mai kyau mai ban mamaki wanda zai burge ka sosai

* **

Bai kamata mutum ya sadaukar da dukkan damar
tunani da Allah ya ba shi don neman abubuwa masu sauri
ba, in ba haka ba zai rasa kansa a cikin labyrinths na son

abin duniya kuma ya kirkiri wa kansa kuntatawa da
kuntatawa waɗanda ba ya buƙata. Madadin haka, ya kamata
ya yi amfani da ikon tunaninsa don samun buƙatun rayuwa
kuma ya yi ƙoƙari ya haɓaka ikon ruhaniyarsa don
bambance tsakanin nagarta da mugunta, da kuma tsakanin
.cutarwa da amfani

* **

Gaskiyar ta wuce ra'ayoyi da ka'idoji, kuma da yawa
waɗanda suka rungumi wannan hanyar suna ɗaure kansu da
.sakamakon da suka cimma

* **

Ya Ubangiji, ka buɗe ƙofofin natsuwa ka kuma tsare
wurin ibadar tunanina na ruhaniya daga hare-haren radadin
mugunta. Ka kuma bar furannin sha'awata su yi fure a cikin
.lambun zuciyata yayin da nake jiran fitowarka

* **

Ilimin ka'ida ba shi da ikon samun ilimin allahntaka, *
kuma yana da kyau kada a bata lokacin mutum mai tamani
akan ka'idojin da ba za a iya amfani da su a zahiri ba, in ba
haka ba mutum zai sami kansa a tsakiyar dazuzzukan ilimi
.masu yawa kuma ba zai iya wuce fagen ka'idoji ba

* **

Farin ciki shine sakamakon nasarar tunani akan yanayi
mai canzawa na rayuwa

* **

Wanda Allah ya gane zai iya zama wanda duniya ba ta
sani ba

* **

Idan mutum ya tsara kansa da ilimin ka'idoji [ba tare da
gwaji na gaske ba], zai zama kamar na'urar rikodi mai
ɗaukuwa wadda ke maimaita karin magana da kuma
maimaita manyan jimlioli, wasu kuma za su ɗauke shi a
matsayin kwararren masani, amma irin wannan ilimin ba a
karfafa shi ta hanyar fahimtar gaskiya kai tsaye ba, kuma ba
.a daidaita shi da cimma burin ruhaniya ba

* **

Matsaloli za su ci gaba a duniya, to ina mutum zai iya
komawa don neman jagora da alkibla? Tunanin mutum,
wanda halaye, son zuciya, son zuciya, da tsattsauran ra'ayi
suka rinjayi, ba shi da wani amfani, kuma tasirin muhallin
mutum, iyali, kasa, ko duniya ba zai iya samar da jagora na
gaskiya ba. Saboda haka, dole ne mutum ya koma ga Allah
ya saurari muryar natsuwa da nutsuwa da ke fitowa daga
.zurfin rai, murya mai jituwa da gaskiya

* **

Buɗe zuka tanku ga fitowar allahntaka domin ta gudana
ta cikinku ta kuma cika rayuwarku da albarkar ruhaniya da
alheri

* **

Ko da kuwa aikin da za ka yi da kuma duk wani nasarori
da za ka iya cimmawa, ka tuna cewa Allah ne tushen da ke
ba ka dukkan karfin da kake bukata don yin aiki da
.cimmawa

* **

Ya Ubangiji, bari in tuna da kai a cikin talauci da*
wadata, cikin rashin lafiya da lafiya, cikin jahilci da hikima,
kuma ka bar ni in ga haskenka mai albarka wanda ke ba da
lafiya da waraka a wannan lokacin

* **

A cikin kafaici na tunani, ina sha'awar jin muryarka mai
albarka Ka kore min muryoyin duniya masu tsauri da ke
boye a cikin tunanina Ina so in saurari muryarka mai
.natsuwa da daɗi har abada cikin natsuwar raina

* **

Rayuwa tana cikin duhu, kuma dole ne mu bar hasken
Allah ya zama fitilar jagoranmu yayin da muke tafiya cikin
hanyoyinta masu duhu. Shi ne cikakken wata a cikin daren
jahilci da duhu, rana ce ta haske a cikin lokutan farkawa,
hasken jagora, da Tauraron Arewa ga waɗanda ke ratsa
.tekuna na rayuwa ta duniya, mai wucewa

* **

Lokaci ya yi da ɗan adam zai farka daga barcinsa na
mantuwa zuwa farkawa ta ruhaniya. Muna rokonka, Ya
Ubangiji, ka ɗaga hankalinmu daga zurfin sakaci da tunani
mai kunkuntar, mai iyaka zuwa sararin zaman lafiya, haske,
.kauna, da tausayin ɗan adam na duniya baki ɗaya

* **

Daga karshe abubuwa za su inganta domin ikon Allah da
abubuwan al'ajabinsa suna boye a bayan sabanin rayuwar
ɗan adam, kuma duk wanda bai gamsu da rashin makawa
na yanayin ba kuma ya yi kokarin shiga cikin tunaninsa da
imaninsa zuwa ga abin da ke bayan labule, za a buɗe masa
.kofa

* **

Imani ba ya nufin yin sakaci ko rashin yin mu'amala da
yanayi cikin hikima. Maimakon haka, komai abin da ya faru,
dole ne mutum ya tabbatar wa kansa cewa Allah ne kaɗai
zai iya tallafa masa a cikin mawuyacin yanayi idan ya juyo
.gare shi da dukkan zuciyarsa, ransa, da kuma yadda yake ji

* **

Da ace hankalinmu zai iya isar mana da dukkan gaskiya,
da mun ga duniya a matsayin kogunan electrons, kuma
kowace kura a matsayin wani taro mai birgima na haske.
Waɗanda suka shiga duniyar abu zuwa ga ruhaniya sun
.fahimci yanayin ruɗani kuma sun san ainihin gaskiya

* **

Ko a cikin dajin Afirka, ko a fagen daga, ko yana fama
da rashin lafiya ko talauci, dole ne mutum ya shawo kan
kansa cewa hannun Allah ya fi kowace haɗari karfi kuma
yana iya kare waɗanda ke neman mafaka a gare shi. Babu
wata hanyar kariya mafi inganci. Tabbas, dole ne mutum ya
yi amfani da hankali wajen magance abubuwan da suka faru
.yayin da yake dogara ga taimakon Allah a lokaci guda

* **

Soyayyar da ke zaune a cikin zukatan dukkan halittu—
soyayyar dukkan uwaye, ubaye, abokai, da kaunatattu—ta
samo asali ne daga kaunar Allah

* **

Dole ne a bambanta tsakanin manyan ayyuka da
kananan ayyuka, tare da fifita mafi mahimmanci akan mafi
mahimmanci. Bugu da kari, babu wani aiki da ya kamata ya
saba wa wani. Littattafai suna gaya mana cewa lokacin da
wani aiki ya saba wa wani, shaida ce cewa ba aikin gaske ba
.ne

* **

Yayin da hasken rana ke yaduwa, zan yada hasken bege
ga zukatan talakawa da waƙanda aka yi watsi da su
[waƙanda al'umma ta yi watsi da su], kuma zan sanya sabon
.kuduri a zukatan waƙanda suke tunanin sun gaza

* **

Malam Paramahansa ya ce wa ɗaya daga cikin

:almajiransa

Kada ka ware kowa daga cikin da'irar kaunarka. Ka riƙe"

".kowa a cikin zuciyarka, za su kuma riƙe ka a cikin nasu

* **

Ya Ubangiji, ka taimake ni in yi amfani da nufina

koyaushe don cimma ayyuka masu amfani da nagari

Ka taimake ni in bi nufinKa domin dukkan tunanina su

amsa manufofinKa kuma su yi daidai da nufinKa

Ya taimake ni na farkar da ikon da ke boye, mai albarka

a cikina domin in shawo kan dukkan matsaloli da gwaji

* **

Ku farka ga wannan halin ruhaniya mai karfin hali da

tawali'u - wanda ya haɗa karfin zakuna da tawali'un kurciya

* **

Ba zan damu da sukar karya ba, ko kuma yabo da yabo

mai yawa ba. Burina kawai shi ne in yi nufinka, ya Ubangiji,

.in kuma sami tagomashinka

* **

Ba za ka iya tunanin irin farin cikin da zai cika ka ba idan
ka ji kasancewar Allah. Ranka zai bugu da kaunar Allah
marar iyaka. Soyayya ce da ta fi kowace kaunar ɗan adam
sau miliyoyi - soyayya ce da ke cika dukkan sha'awarka
.kuma take cika zuciyarka da farin ciki da gamsuwa

* **

Ta hanyar mayar da hankali a cikin zuciya, za ku iya
fuskantar jin daɗin ruhaniya kai tsaye a cikin kanku da
kewaye da ku. Idan kun haɓaka wannan wayewar, halayenku
zai girma cikin jituwa, kuma za ku sami kyakkyawar magana
.ga mutane da sauran halittu

* **

Ya Mai Kariya Mai Girma, ban damu ba ko na rasa komai
saboda kaddara ta, wadda ta samo asali ne daga kaina,
amma ina rokonka, mafakata ɗaya tilo, da ka kare kyandir
.ɗin kaunata a gare ka daga iskar sakaci da mantuwa

* **

Bari mu sha ruwa mai tsarki mai wartsakewa na salama
da ke fitowa daga maɓuɓɓugan yanayi masu kyau, wanda
kudurinmu na yin tunani mai kyau da kuma samun
.kyakkyawan fata ya kara mana

* **

Lamiri wata ji ce mai fahimta da ke bayyana ainihin
yanayin mutum da manufofinsa. Idan lamirinka ya kasance
mai tsabta, kuma ka san kana yin abin da ke daidai, ba ka da
abin tsoro. Lamiri mai tsabta shaida ce ta kyawawan halaye
daga Allah. Samun 'yanci a kotu na lamiri yana nufin samun
.farin ciki da samun albarkar Allah

* **

Ka yi kokarin yin abubuwa masu karfin hali da faranta
rai waɗanda yawancin mutane ba sa yi, kuma ka ba
waɗanda wasu suka yi watsi da su kauna da zaman lafiya

* **

Malam Paramahansa ya ce wa ɗaya daga cikin
:almajiransa

Idan ba ka batar da lokaci wajen gina tunani ba, babu"

wani abin duniya da zai gamsar da kai. Wannan noma ba
azabtarwa ba ce, a'a, horar da sani ne don ciyar da tunani da
".ayyukan da ke haifar da farin ciki

Farin cikinka shine nasararka, don haka kada ka bari
wani ya sace maka shi Kare kanka daga waɗanda ke ƙoƙarin
dame ka Lokacin da nake yaro, nakan rasa haƙurina duk
lokacin da wasu mutane ke yaɗa jita-jita game da ni Daga
baya, na fahimci cewa kwanciyar hankalina ya fi
muhimanci fiye da amincewar mutane ko yabo

* **

Da ace ka san labarin ƙaunar Allah da wasu masu bauta
ke fuskanta tare da Allah! Babu wata kwarewa a rayuwa da
za ta iya kwatantawa da wannan farin cikin da na san wani
waliyyi wanda koyaushe yake cikin ƙaunar Allah, kuma
fuskarsa tana haskaka ƙaunar Allah mai tsarki, idanun Allah
koyaushe suna kan waɗanda suke ƙaunarsa, kuma ba ya
.taɓa barin su ko da na ɗan lokaci

* **

Kadan ne daga cikin waɗanda ke da sha'awar haɓaka
ƙarfin tunani da ruhaniyarsu

* **

Kada ka bari kanka ya nutse har ƙasan bata lokaci. Ka
tashi daga barcin gaskiya mai ban sha'awa ta yau da kullun
ka nufi inda rayuwa mai kyau take, inda ake samun nasara,
.farin ciki, da kwanciyar hankali

* **

A cikinka akwai babban damar da ke jiran a saka
hannun jari, kuma kai kaɗai ne ke da ikon kunnawa da kuma
.amfana da shi

* **

Yanci daga umarnin munanan halaye da sha'awa'
marasa kyau yana kawo farin ciki mafi girma fiye da nasarar
abin duniya. Nasarar ilimi tana da walwalar tunani wanda

yanayi na waje ba zai iya d'aukewa ba. Kuna iya batar da duk
lokacinku wajen tara dukiya, amma wannan dukiya ba za ta
ba ku kwanciyar hankali da tsaro mai d'orewa da kuke nema
ba. Akasin haka, zai kawo muku bakin ciki mafi yawa domin
farin ciki da kwanciyar hankali na gaske suna zaune a cikin
.tunani, ba a cikin abin duniya ba

Idan ka kafu sosai a cikin ainihin kanka, za ka cika
kowane aiki kuma ka ji dadin dukkan kyawawan abubuwa
tare da farin ciki na allahntaka

* **

Kada ka bari rauni ya shiga zuciyarka, ka yi taka-
tsantsan lokacin da kake hulɗa da mutanen da ke da
mummunan tunani da kuma hangen nesa na rashin bege,
kada raunin tunaninsu ya shiga zuciyarka, sai dai idan
hankalinka ya kai wani mataki na karfi ta yadda tunanin
wasu ba zai iya raunana shi ba, amma akasin haka, yana iya
.karfafa tunanin wasu da kuma kara musu kwarin gwiwa

* **

Allah ne ya fara zuwa, kuma bai kamata mu fara ko mu
kare ranarmu ba tare da tunaninsa ba. Dole ne mu tuna
cewa ba tare da karfi da kuzarin da muke samu daga Allah
ba, da ba za mu iya cimma komai ba. Saboda haka, babban
.aikinmu yana gare shi

* **

Akwai hanyar kimantawa da kuma yin hukunci kan
al'adu da al'adu Da farko, kowace al'ada tana da hujja Idan
muka ga cewa hujja har yanzu tana nan, to al'adar tana da
ma'ana da fa'ida Duk da haka, ba hikima ba ne mu bi al'adu
a makance Dole ne mu san gaskiya mu bi ta, mu fahimci
abin da zai iya kawo mana farin ciki sannan mu yi amfani da
.ita

* **

Idan ka ga mutane da yawa ba su da farin ciki ko
nasara, kada ka d'auka cewa wannan shine kaddararsu. Za

ka iya mai da kanka duk abin da kake so ya zama. Nasarar
.da kake samu a cikin zuciyarka ita ce ke sa ka yi nasara

* **

Idan ba ka da komai a cikin kanka, ba za ka yi farin ciki
ba. Amma idan ba ka da komai a kusa da kai kuma kana
farin ciki a cikin kanka, babu shakka za ka yi nasara. Don
haka, ba zai yiwu a yi hukunci a kan mutane bisa ga yanayin
.da suke ciki ba

* **

A cikin taron jama'a mai yawa, akwai mutumin da ya kai
matsayin ɗaukaka ta ruhaniya kuma yana jin daɗin
kwanciyar hankali na ciki da farin ciki na ruhaniya mafi girma

* **

Na san tabbas cewa duk abin da nake bukata zai zo
mini, saboda haka ban damu da abin da makomar za ta
kunsa ba. Wannan ba alfahari ko zato ba ne, domin na taɓa
aiki da ingancin wannan iko mai albarka a rayuwata sau da
.yawa

* **

Ko ina iyo a saman rayuwa ko kuma ina nutsewa cikin
zurfin teku, na san cewa ina tare da Allah kuma yana tare da
ni, kuma babu abin da zai iya cutar da ni. Wannan ilimin ya
.ba ni farin ciki mai zurfi da ba za a iya misaltawa ba

* **

Babu shakka cewa siyan wani sabon abu abin jin daɗi
ne. Amma bayan wani lokaci, wannan jin daɗin yana raguwa
a hankali, kuma za ka iya rasa sha'awarsa gaba ɗaya, ka
manta da shi kuma ka yi sha'awar wani abu. Duk da haka,
ba za a manta da lissafin wannan kayan ba, musamman idan
!ka saya a kan lokaci

* **

Ya kamata mutum ya mallaki ragamar rayuwarsa ya
kuma saukaka ta gwargwadon iyawarsa. Ya kamata ya
adana kuɗi don abubuwan bukata da gaggawa, ya fi ba da
fifiko ga tanadi fiye da kashe kuɗi kan abubuwan jin daɗi,

kuma ya taimaki wasu gwargwadon iyawarsa. Idan ka
taimaki wasu, taimako zai zo maka ta wata hanya, kuma ba
.za ka rasa komai ba kuma za a hana ka komai

* **

A cikin farin cikin dukkan zukata, ina jin karar ni'imarKa,
Ya Ubangiji, kuma a cikin abota ta dukkan masu aminci, Ina
jin kaunarKa Ina farin ciki kuma zuciyata tana farin ciki da
nasarar da wadata ta abokaina, kamar yadda nake farin ciki
da jin dadin kaina da kwanciyar hankalina Yayin da nake
wahayi zuwa ga wasu, Ina ninka taskokin hikimata, kuma a
.cikin farin cikin kowa, ina samun nawa

* **

Babban abokin gaba na farin ciki shine rancen kudi don
siyan kayan jin dadi. Mutane suna kuskuren yarda cewa ba
za su iya yin farin ciki ba sai sun sami wani abu na
musamman. Amma ko da bayan sun sami wannan abu, ba
za su sami farin ciki na gaske ba, duk da farin ciki na dan
lokaci da yake kawowa. Menene amfanin bin kawance na
farin cikin duniya wanda ke alkawarin karyewa? Ya kamata
mutane su rayu cikin sauki, ba tare da bukatar dukiya mai
.yawa da ke bukatar kulawa akai-akai ba

* **

Aljannata tana cikina Yayin da nake jin dadin ni'imomin
Allah, ina gode masa, kuma farin cikina yana karuwa Ba tare
da wannan gamsuwa ta ciki ba, har ma jin dadin duniya da
jin dadin duniya suna zama jahannama na fahimci cewa ba
tare da wannan farin cikin ciki ba, nauyin da aka dora mini
da zai hana ni kwanciyar hankalina ya kuma hana ni farin
.ciki na

* **

Idan dukiya ta haɗu da rashin lafiya da matsaloli,
sakamakon zai zama da yawa Tsafta da kiwon lafiya suna
daga cikin karfin Yammacin duniya. Ana sarrafa kwari masu
cutarwa da kwayoyin cuta masu kisa yadda ya kamata a
kasashe masu tasowa, yayin da suke da yawa a wasu.

Amma kwar da wafannan kwari ba shine babban abin da
za a cimma ba, saboda akwai wasu nau'ikan matsaloli a
kasashe masu tasowa, kamar su kudaden da ba su da
wahalar biya da kuma matsalolin kuɗi masu shakatawa
saboda tsarin siyan kashi-kashi—wahalolin da ke damun
.barci da kuma lalata kwanciyar hankali

* **

Mu muhimmin ɓangare ne na irin wannan fahimta da
.wannan babbar duniya ta fito daga gare ta

* **

Shin ka taɓa ganin garken tumaki? Idan ɗaya daga
cikinsu ya yi tsalle, sauran garken suna kwaikwayonsa ba
tare da ɓata lokaci ba Yawancin mutane haka suke, wani zai
iya kawo wani ra'ayi ko ya gabatar da wani sabon salo, wasu
kuma nan take za su hau kan wannan tsari su kwafi shi.
Wannan tsari ya daɗe tsawon tsararraki. Kowace kasa tana
da al'adu da al'adunta, kuma ba za mu iya iƙirarin cewa duk
sun yi daidai ko kuma sun yi daidai ba. Amma wa ya sani?
Wataƙila wasu daga cikin wafannan al'adu da al'adu ba su
.da ma'ana kuma ba su da ma'ana

* **

Idan guguwar tunani mai cike da rudani ta lafa, za mu
shiga mulkin zaman lafiya mu kuma taɓa kasancewar
allahntaka

* **

Ka yi tunanin Allah, ko kyakkyawan wuri mai ban
sha'awa wanda ke karfafa zaman lafiya, ko kuma wata
kyakkyawar gogewa mai daɗi. Ayyukan tunani masu kyau da
.natsuwa suna karfafawa da wartsakewa

* **

Muna rayuwa ne a cikin duniyar da ke cike da rudani da
rudani. Kuna iya tunanin kuɗi yana nufin farin ciki, amma
idan kun same shi, kuna ganin har yanzu ba ku da farin ciki.
Kuna iya samun dukiya ku rasa lafiyarku (Allah ya kiyaye).
Ko kuma kuna iya samun lafiya mai kyau ku rasa kuɗinku.

Ko kuma kuna iya samun dukiya da lafiya amma kuna fuskantar matsaloli da yawa tare da wasu, kuna ba da alheri kawai don a gamu da kiyayya da fushi a madadin. Ba tare da Allah ba, babu wani abu a wannan rayuwar da zai iya .gamsar da ku da gaske

* **

Duniya ta zama dakin azabtarwa ga waɗanda ke rayuwa cikin rashin sanin tsarin Allah. Amma idan ka dauki abubuwan da suka faru a rayuwa a matsayin malamanka kuma ka koya daga gare su ainihin yanayin wannan duniyar da kuma rawar da aka ba ka a cikin wasan kwaikwayo na sararin samaniya, waɗannan abubuwan sun zama haske mai mahimmanci akan hanyar zuwa ga gamsuwa da farin ciki .mai dorewa

* **

A can, bayan duhun da ba shi da duhu, shiru mara sauti, da kuma rashin komai da ba a halitta ba, akwai ainihin madawwami, wanda shine asalin wanzuwa kuma tushen dukkan iko da halittu, waɗanda ake iya gani da waɗanda ba .a iya gani ba

* **

Allah bai halicci wannan duniya don mu ci abinci, mu yi barci, mu mutu kawai ba, amma don mu san nufinsa mu kuma fahimci manufar wanzuwarmu. Wasu mutane masu hikima sun fahimci ma'anar shirin sararin samaniya, amma yawancin mutane makafi ne kuma ba su san wannan .manufar ba

* **

Kudi bai taɓa zama burina a rayuwa ba; burina shine in yi wa 'yan'uwana hidima a cikin dān adam. Saboda haka, Allah ya buɗe mini kofofi da damammaki da yawa don in .tallafa wa kaina da kuma cika aikina

* **

Allah ya halicci wannan duniya don ta yi aiki bisa ga doka mai kayyadadden tsari kuma marar canzawa. Idan

muka karya ɗaya daga cikin waɗannan dokokin duniya,
muna hukunta kanmu. Wani wanda ya yi tsalle daga rufin
wani dogon gini zai karya kasusuwansa. Saboda haka, ba za
.mu iya yin watsi da dokar nauyi ba tare da shan wahala ba

* **

Idan muka yi zurfin nazari kan wayewar duniya kuma
muka binciko sirrin boyayyun wayewar zamanin da, babban
hoto zai bayyana, tare da layuka masu haɗe-haɗe, surori
daban-daban, da cikakkun bayanai, kuma za mu ga cewa
mutum yana da ɗabi'a ta mutum ɗaya da ta zamantakewa a
.lokaci guda

* **

Da Allah yana son mu rayu cikin sanin abin duniya
kawai, da mun gamsu da abubuwan duniya kuma mun
.gamsu da hanyoyin duniya

* **

Hasken tsarki, zaman lafiya, da farin ciki fiye da mafarki
suna walkeya suna rawa a cikin zurfinmu mai mahimmanci

* **

Da kowace irin gogewa da ta bayyana a sararin
rayuwarmu a lokacin wannan tafiya ta duniya tamu, dole ne
mu koyi yadda za mu faɗaɗa wayewarmu da kuma yadda za
mu kara fahimtar yanayin da ke kewaye da mu ko kuma
waɗanda muke fuskanta, sannan za mu iya rayuwa cikin
jituwa mafi kyau da kuma mu'amala da mutane da rayuwa
.cikin sauƙi

* **

Yawancin mutane suna kwaikwayon wasu. Ya kamata
mutum ya zama na asali kuma mai kirƙira, kuma ya kware a
.duk abin da yake yi

A Gabas, babban abin da aka fi mayar da hankali a kai
shi ne gina farin ciki na ruhaniya, yayin da galibi ba a yin
watsi da abubuwan rayuwa na zahiri ba. A Yamma, akwai
wasu abubuwan jin daɗi na zahiri amma kaɗan ne farin ciki
na ruhaniya. Abin da ake bukata shi ne daidaito tsakanin su

biyun, domin mai da hankali kan wani fanni daya kawai na
rayuwa yana haifar da rashin daidaito da rashin iya magance
.bukatun rayuwa cikin hankali

* **

Babban farin ciki - bayan farin cikin Allah - shine mutum
ya kasance cikin kwanciyar hankali da danginsa na kusa
wadanda dole ne ya zauna da su kowace rana ta shekara
Mutane suna batar da lokaci mai yawa suna gaggawa da
yin abubuwa ba tare da sun yi wani abu ba. Sai kawai su yi
.tunani su yi kokarin fahimtar abin da rayuwa za ta bayar

* **

Dole ne mu yi aiki don gina gine-ginen hikima na ciki a
cikin lambunan zaman lafiya wadanda ke bunkasa kuma
suna haskakawa da furanni marasa adadi na kyawawan
.halaye na ruhaniya

* **

Yarjejeniyar ciki tushen karfi ne mai yawa kuma yana
samar da makamashi mai sabuntawa

* **

Idan aka duba rayuwa, mutum zai ga cewa nasara ba
abu ne mai sauƙi ba. Rayuwa sau da yawa tana da tsauri
kuma ba ta da gafara, kuma dole ne mu yi gwagwarmaya
don samun abin rayuwa. Ka yi tunanin kokarin da ake bukata
don kiyaye jikinka da kuma kiyaye shi lafiya kuma ba shi da
wata rashin lafiya! Ko da ka yi nasara a wannan, wannan
nasarar na ɗan lokaci ce. Jiki—za ka rayu tsawon rai—a
karshe za a kwantar da shi. Dole ne a yi yaƙi da karfi da
yawa, na ciki da na waje, don cimma nasarar da ake so.
Wadannan rundunonin suna aiki ba tare da gajiya ba don
.hana ka duk wani muhimmin ci gaba

* **

Ka yi kokarin kwantar da hankalinka a kowane yanayi,
kuma ka bar irin zaman lafiyarka ya yi fure da farin ciki da
murmushin gamsuwa

* **

Ko da manyan tsarkaka ba sa samun cikakken ceto sai
sun raba nasararsu - abubuwan da suka samu na ruhaniya
da kuma iliminsu mafi girma - tare da wasu ta hanyar
taimaka musu su kai ga fahimtar ruhaniya. Wannan shine
dalilin da ya sa waɗanda suka kai irin waɗannan mata kai
kuma suka kai irin waɗannan yanayi suke sha'awar ba da
fahimta ga waɗanda suke buƙatarta. Idan kana son nasara
ta gaske, ba kawai za ka tabbatar da farin cikinka ba har ma
.da farin cikin wasu

* **

Duk wanda ke da hankali zai iya samun kuɗi Amma idan
yana da kauna a zuciyarsa, ba za su taɓa amfani da wannan
kuɗin don dalilai na son kai ba; maimakon haka, za su raba
shi da wasu Kuɗi la'ana ce da rashin daɗi a hannun masu
son kai da masu kwazo, kuma albarka da kyauta a hannun
.masu kirki da rayuka masu karimci

* **

Wani zai iya zaɓar ya yi shiru na tsawon lokaci, ya ki yin
magana da iyalinsa. Duk da cewa wannan mutumin zai iya
samun kwanciyar hankali a cikin zuciyarsa, halayensa na son
kai ne kuma yana cutar da farin cikin iyalinsa. Ba za a iya
ɗaukarsa a matsayin mai nasara da gaske ba sai dai idan
waɗanda suke kauna suma sun amfana daga nasarorin da
suka samu. Hakazalika, cimma nasarar abin duniya ba wai
kawai game da haƙƙinmu na jin daɗin waɗata kaɗai ba ne;
yana kuma buƙatar alhakin ɗabi'a ga wasu don taimaka
.musu su inganta yanayin kuɗinsu da rayuwarsu

* **

Ina cikin kariya a bayan bangon lamirina mai tsabta. Na
kone duhun da ya gabata kuma ina damuwa da shi ne kawai
.a yau

* **

A yau na fahimci cewa ni ɗaya ce da hasken mafi
kyawun alheri kuma ni fitila ce ga waɗanda ke
.gwagwarmaya da rakuman ruwan teku na baƙin ciki

* **

Mutane suna da ra'ayoyi daban-daban da ra'ayoyi game da nasara, ya danganta da burinsu a rayuwa. Ba sabon abu ba ne a ji wasu mutane suna kwatanta nasara da sata, suna faɗin abubuwa kamar, "Ya yi nasara barawo!" Wannan yana nuna cewa nasara a kowane fanni da nau'ikanta abin so ne kuma ana nema. Duk da haka, nasararmu bai kamata ta .cutar da wasu ba

Akwai kuma wani ma'auni na nasara: idan muka sami damar kawo sakamako mai jituwa da amfani ga kanmu, ya kamata mu haɗa da wasu a cikin nasararmu mu kuma raba .musu 'ya'yan itacen da ke cikinta

Nasara na nufin gamsuwa da gamsuwar mutum a cikin muhallinsa Nasara ta gaskiya sakamakon ayyuka ne da aka gina bisa ka'idodin adalci, kuma ta kunshi farin ciki da walwalar wasu a matsayin muhimmin ɓangare na farin cikin mutum. Idan muka yi amfani da wannan ka'ida a rayuwarmu ta zahiri, ta hankali, ta dabi'a, da ta ruhaniya, za mu sami .cikakkiyar ma'anar nasara

* **

A nan a cikin wannan duniya mai iyaka, muna fahimtar tsayi, faɗi, da yawa, amma akwai wani matakin inda girma ba ya wanzu; komai a bayyane yake kuma a bayyane yake—komai sani ne da fahimta Jin dandano shine fahimta, kamar yadda jin kamshi yake Jikinmu, tunaninmu, da jikinmu yanayi ne na sani Kamar yadda muke iya gani, ji, kamshi, dandana, da taɓawa a cikin mafarki, haka nan ma, a wannan matakin mafi girma, shin muna fuskantar duk waɗannan abubuwan ?ta hanyar sani mai tsarki

* **

Ya Ubangiji, ka faranta mana rai ta hanyar jin kusancinka, ka 'yantar da mu daga sarkakiyar sha'awa, kuma ka ba mu farin ciki na ciki wanda abubuwan da suka faru a rayuwa da abubuwan da ke faruwa a cikinta ba su .shafe shi ba

* **

Idan hankalinmu ya daidaita da fahimta mai zurfi, sanin
ruhaniya yana farkawa a cikinmu kuma muna fuskantar
abubuwan al'ajabi na hikima da kauna ta Allah

* **

Idan muka kaunaci Allah gaba daya muka kuma juyo
gare Shi da dukkan tunaninmu da zukatanmu, za mu ji muna
kusa da Shi kuma za mu ga cewa Shi ne babban mafarin
tsaro a rayuwa

* **

A cikin sararin samaniya mai faɗi da babu komai, akwai
alaka ta sararin samaniya da rayuwa ta har abada wadda ta
haɗa mu da dukkan abubuwa masu rai da marasa rai a cikin
sararin samaniya—rakuman rai mafi girma da ke gudana ta
cikin dukkan rayuwa Har abada shine ainihin gidanmu da
wurin zama na dindindin, kuma wanzuwarmu a cikin
wadannan jikuna na ɗan lokaci ne, kamar ɗan gajeren hutu
.ga ayari da ke tafiya a cikin hamada

* **

Idan muka daidaita kanmu da karfin kirkira na ruhi, za
mu haɗu da tunani na duniya da mara iyaka wanda zai iya
shiryar da mu da kuma magance matsalolinmu Ikon kirkira
zai gudana zuwa gare mu ba tare da katsewa ba daga
babban tushen halittarmu, wanda zai ba mu damar cimma
.nasarar kirkira a kowane fanni na ayyukanmu

* **

Soyayya tana girma da bunkasa a cikin yanayi na
aminci, hakuri, da girmama juna

* **

Ya Ubangiji, ka albarkace mu da hasken tunani mai
tsarki da kyawawan halaye, domin idan duhun munanan
halaye da tunani marasa tushe ya zo mana, nan take za a
kwar da shi. Ka taimake mu mu kaunace ka da kauna mai
zurfi wadda ba za ta iya kama mu ko kama zukatanmu da
.zukatanmu ba

* **

Abubuwan da ake samu cikin sauƙi ba su da matuƙar
muhimanci. Mun san wannan daga nazarin rayuwar
manyar maza da mata da kuma yadda suka zama manya ta
hanyar haɓaka baiwarsu, cika ayyukansu, gina dabi'un
dabi'unsu, zurfafan nazarinsu, da kuma guje wa son kai.
Sakamakon da suka samu da nasarorin da suka samu sun fi
.karfin kokarin da suka yi

* **

Yanci na gaskiya yana cikin 'yancin zaɓi wanda hikima'
ke jagoranta kuma wanda fahimta, daidaito, da kuma kuduri
.mai karfi ke tallafawa

* **

Idan ka farkar da nufinka, kudurinka, da kuma
fahimtarka, za a fitar da wasu ikoki da ba a gani daga mafi
girman sani - ta hanyar fahimtar rai - don taimaka maka da
kuma haskaka hanyoyin da ke kaiwa ga jin dadin tunani da
.farin ciki, tare da taimakon Allah

* **

Dole ne mutum ya buɗe hanyoyin rai ta hanyar
kokarinsa. Babu wanda ya zaɓi wahala da baƙin ciki da son
rai fiye da zaman lafiya da farin ciki. Jahilci shine tushen
wahala kuma cikaskin da dole ne a kawar da shi. Jahilci
wata cuta ce mai cutarwa, mai tushe mai zurfi, wadda ke
tsiro a cikin lambun ɗan adam, tana cike shuke-shuke masu
kyau da amfani. Dole ne a shawo kan jahilci da himma mai
karfi da kuduri mai karfi. Dole ne a noma kasan tunani da
hankali mai kyau [a kan kyawawan halaye] kuma a shayar
da tsaba masu kyau da ruwan imani. Lokacin da hasken
kauna mai karfi da dumi suka haskaka, zuriyar nagarta za ta
girma ta shawo kan ciyayi da ciyawa masu kama da kura,
.domin duhu ba zai iya wanzuwa a gaban haske ba

* **

Jin dadin abubuwan duniya yana shudewa ya bace,
amma farin cikin allahntaka ba ya raguwa. Farin ciki ne na

allahntaka wanda ba shi da iyaka kuma ba za a iya kwatanta
.shi ba

* **

Bai kamata mu taɓa amfani da hanyoyin da ba su dace
ba don cimma farin ciki, kuma bai kamata mu yi watsi da
zaman lafiya da dukiya ruhaniya da muke da ita a cikinmu
don neman jin daɗin ruɗani da rayuwa mai walƙiya wadda
za ta iya rataye a gabanmu ta hanyar ayyuka da halaye
.masu barna ba

* **

Natsuwa ita ce mafi kyawun kyamarar ɗaukar
kasancewar Allah Ta hanyar ruwan tabarau na natsuwa mai
tsarki da daidaito, hoton mai albarka zai bayyana da
cikakken haske

* **

A zahiri, dukkan hikima tana cikin kanka kuma abin da
kawai kake bukata shine ka san ta sosai

* **

Gamsuwa tana cikin inganta kai, ta yadda wasu za su
neme ka maimakon ka neme su. Ya kamata a ba da soyayya
da abota ba tare da tsammani ko bukata ba, domin
tsammani yana haifar da kiyayya da ɗaci. Ko da a lokacin da
ake ƙoƙarin inganta kai, ya kamata mutum ya tsaya shi
kaɗai, cikin kwanciyar hankali da kwanciyar hankali a cikin
.karfin kyawawan halaye da darajar kansa

* **

Bari ruwan farin ciki da kyakkyawan fata su riƙa kwarara
daga zuciyata, kuma feshinsu mai wartsakewa ya taɓa duk
waɗanda na haɗu da su

* **

Farin ciki na ruhaniya yana haifar da sha'awar taimaka
wa wasu ta kowace hanya, kuma yana haɓaka ikon godiya
ga jin daɗin ɗabi'a mai kyau wanda ke haifar da farin ciki, ta
haka yana rage sha'awar jin daɗin da ba shi da kyau

* **

Komai kankantar rawar da kake takawa, tana da
muhimmanci kamar manyan rawar da take takawa wajen
bayar da gudummawa ga nasarar wasan kwaikwayo na
.sararin samaniya da rayuka ke yi a kan mataki na rayuwa

* **

Sanin duniya gabaɗaya sani ne cikakke, mara iyaka,
yana sabunta kansa koyaushe kuma ba ya karewa a cikin
kerawa, kuma ta hanyarka yana kokarin bayyana wani
ɓangare na musamman na kansa

* **

Idan ka dandani soyayyar Allah koda sau ɗaya ne, ba za
ka taɓa daina ta ba domin babu wani abu makamancin haka
.a cikin dukkan sararin samaniya

* **

Wadanda suka san Allah sun kai mata kai na ruhaniya
masu zurfi, har ba sa gamsuwa da kawai ba wa masu zunubi
shawara ta ruhaniya, amma za su iya - ta wurin alheri da
taimakon Allah - su ɗora musu ikon ruhaniya wanda ke
'yantar da su daga sakamakon ayyukansu na zunubi

* **

Duk ayyukan alheri da mugunta suna zaune a cikin
kwayoyin kwakwalwa kuma suna bayyana a matsayin halaye
nagari ko na mugunta ko halaye a cikin tunani. Mutumin da
ke fama da halaye marasa kyau saboda kwayoyin
kwakwalwarsa da aka ɗora masa karfin waɗannan halaye zai
iya 'yantar da kansa ta hanyar himma, tunani, addu'a ta
gaskiya, da kuma ci gaba da tabbatarwa mai kyau har sai
duk halayensa marasa kyau sun canza zuwa halaye nagari
na kwanciyar hankali da natsuwa. Wannan yana faruwa ne
lokacin da ikon rai da aka tsara daidai ya yi aiki don canza
yanayin kwayoyin kwakwalwa mara kyau, ta yadda
waɗannan kwayoyin za su cika da duk abin da yake nagari,
.nagari, da kyau

* **

Fahimta ita ce ido na ciki, hangen nesa na rai, da kuma
na'urar hangen nesa ta zuciya. Shi ne daidaito tsakanin
.kwanciyar hankali da tsarkin lamiri

* **

Kowace rana muna ganin yanayi daban-daban, kuma
kowace rana tana kawo sabon darasi da za a koya. Ana sa
ran mutum zai koyi darasin ta hanyar mai da hankali kan
babban manufar wanzuwarsa: don gane tushen wanzuwarsa
.da kuma tushen rayuwarsa

Bari mu yi aiki don manta da bakin cikin da ya gabata
kuma mu kudura kada mu yi ta tunani a kansu da kuduri mai
karfi da himma, bari mu sabunta rayuwarmu, mu inganta
nasarorinmu, mu kuma gina kyawawan halaye da halaye
.masu kyau a cikinmu

Allah ne karfina kuma ban yarda da wani karfi ba
Yaki da yake-yake na rayuwa kuma ka dage har zuwa
karshe, kada ka taɓa yin kasala. Kada ka taɓa cewa, "Ba zan
iya samun hanya ba, don haka zan daina kofari" Ka nemi
jagora idan ka yi kuskure, amma kada ka daina kofari.
Mutane da yawa suna karɓar rashin nasara idan sun fuskanci
cikas. Ya kamata waɗanda suka gaza su yi hulɗa da
mutanen da suka yi nasara, ba gazawa ba. Ka kuduri aniyar
.yin nasara; bari wannan ya zama falsafarka a rayuwa
Kowace rana dole ne mu karfafa karfin jikinmu, mu kara
karfin tunaninmu, mu kuma san ainihin kanmu ta hanyar yin
bimbini, tunani mai kyau, da aiki mai kyau, mai amfani
wanda ke amfanar jiki, hankali, da ruhi tare
Idan kana son kafa kyakkyawar dabi'a ko kuma ka karya
wata mummunar dabi'a, ka mai da hankali kan kwayoyin
kwakwalwa inda hanyoyin halaye daban-daban suke. Don
kafa kyakkyawar dabi'a, da farko ka zauna a hankali ka yi
.bimbini, kana neman ja-gorar Allah

Mayar da hankalinka kan cibiyar karfin nufin da ke
goshin ka, tsakanin girarka, kuma ka tabbatar da dabi'ar da
kake son dasawa a cikin kwakwalwarka. Idan kana son kawar

da munanan halaye, ka kuma mayar da hankalinka kan
cibiyar karfin nufin kuma ka tabbatar da cewa duk ramukan
.da waɗannan halaye suka kafu suna gogewa
Da hankali da karfin hali, za ka iya goge har ma da
.tsofaffin halaye masu karfi

Ka sake tabbatar wa kanka cewa kana da ikon kawar da
halaye marasa kyau daga kwakwalwarka. Lokaci mafi kyau
don wannan tabbacin shine da sassafe lokacin da karfin
zuciyarka da hankalinka suka kai kololuwarsu. Ci gaba da
tabbatar wa kanka cewa kana da 'yanci daga duk wani
umarni, kuma wata rana za ka ga - da taimakon Allah - cewa
.hakika ka 'yantar da kanka daga halin da kake son ka daina
Duk abin da kake tsoro, ka kore shi daga tunaninka ka
bar wa Allah shi, ka karfafa imaninka ga Allah ka kuma
amine cewa zai iya taimaka maka, kuma ka sani cewa
.wahala da yawa ta samo asali ne daga damuwa da damuwa
Me yasa za ku sha wahala yanzu alhali abin da kuke jin
tsoro bai faru ba tukuna? Tunda yawancin matsalolinmu sun
fito ne daga tsoro, idan muka cire tsoro daga rayuwarmu za
mu ji 'yanci kuma waraka za ta kasance nan take

Kowace dare, kafin ka yi barci, ka tabbatar wa kanka
cewa Allah yana tare da kai, yana kare ka kuma yana kula
da kai. Ka yi tunanin hasken kariyarsa da ke kewaye da kai
daga kowane bangare, kuma za ka ji kariyarsa mai ban
.mamaki

A cikin wannan wasan kwaikwayo na sararin samaniya,
mutane na dukkan kabilu suna nuna wasan kwaikwayo na
rayuwa a kan mataki na lokaci

Dole ne mu fahimci ma'anar rayuwa ba tare da mun
shagaltu da ayyukanmu na ɗan lokaci ko kuma mu mai da
hankali sosai kan su ba, fahimtarmu game da rayuwa sau da
yawa tana karkacewa kuma tana batarwa saboda muna

kallonta ta hanyar idanun son kai da hangen nesa mai iyaka;
idan muka kalli da idanun ruhu, da mun ga abubuwa daga
.ra'ayi daban-daban

Idan muka buɗe idon hikima, za mu ga hasken Allah mai
cike da komai, kuma a cikin wannan hasken za mu fahimci
yanayin ruhaniyarmu, wanda yake nuna yanayin sanin
duniya wanda ke ratsa dukkan kwayoyin halitta da sassan
.duniya

Gaskiyar ruhaniya ta kewaye mu, tana kwankwasa
kofofin idanunmu a rufe, tana karfafa mu mu ga haske
maimakon duhu, mu yi aiki da hikima maimakon jahilci, mu
cika zukanmu da kauna maimakon kiyayya, da kuma haɗin
kai wajen kafa zaman lafiya da kawo wadata da tsaro ga
duniyarmu. Lokacin da muka yi haka, jahilci zai bace,
bambance-bambancen duniya zai bace, za mu ga haɗin kai
a cikin bambancin ra'ayi, kuma za mu kara jituwa da nufin
.Allah

Dangantakarmu da Allah ba ta da sanyi ko rashin kauna
ba ce, kamar yadda take tsakanin ma'aikaci da ma'aikaci Mu
'ya'yansa ne, kuma kulawarsa a gare mu koyaushe take;
Yana sauraronmu koyaushe Mu muhimmin bangare ne na
kasancewarsa, kuma dangantakarmu da Shi tana da rai da
karfi Ya ba mu wadata mai kauna, fahimta, fahimta,
kyakkyawar niyya, da karfin ruhaniya, amma yawancinmu
.mun batar da wannan dukiya a kan komai

Allah yana so mu rayu cikin aminci, zaman lafiya, da
haɗin gwiwa na abokantaka, kamar yadda ya dace da
membobin iyali mai daraja da kauna, amma kwadayi da
kididdige son kai sun tsiro kuma sun yi tushe a cikin rayukan
mutane kuma sun haifar da rarrabuwar kawuna tsakanin
.iyali

Allah yana so mu zama iyayengiji, amma mun zaɓi mu
zama bayi Dan adam ya yi nisa da gidan sama kuma ya rasa
aljannar ciki ta jin kusanci da Allah da Allah kusa da mu,
kuma ba zai iya sake samun wannan aljanna ba tare da

ƙoƙarin kansa ba Allah ya halicce mu cikin siffarsa, amma
.wannan gaskiyar ta bace daga tunaninmu
Mun mika wuya ga rudin cewa makomarmu wahala ce
kuma makomarmu halaka ce, kuma dole ne mu yage labulen
mafarki da wukar hikima don ganin gaskiya mai haske a
.bayan labulen

Allah ya albarkace ni da farin ciki a tsawon waɗannan
shekaru masu tsawo na rayuwata Ko mutane suna ganin
murmushin gamsuwa a fuskata ko a'a, farin ciki na
allahntaka yana tare da ni koyaushe kuma ba ya barin ni.
Babban kogin jin daɗi yana gudana koyaushe a ƙarƙashin
yashi na sanina kuma yana fashewa kamar maɓuɓɓugan
.albarka waɗanda ke shayar da lambuna na rayuwata
Ba wani tashin hankalin da ke faruwa a rayuwa da zai
iya kawo cikas ga zaman lafiyata ba, haka nan kuma ba za a
iya kawar da farin cikin ruhaniya da nake ji ba
Ya yi wuya a sanya wannan yanayi na dindindin kuma
ba zai canza ba, amma 'ya'yan ruhun da nake jin daɗinsa
yanzu kuma nake rabawa da wasu sun cancanci duk ƙoƙarin
.da na yi a ciki

Ina tsammanin kuma ina aiki da ruhun Allah wanda ke
jagoranta kuma yana aiki da shi, kuɗi ba ta taɓa zama
burina a rayuwa ba, sai dai na yi wa 'yan'uwana hidima a
cikin ɗan adam. Saboda haka, Allah ya buɗe mini ƙofofi da
yawa na alheri don in ci gaba da rayuwata da kuma cika
aikina. Kuma duk lokacin da na buƙaci taimako, Allah yana
.ba ni nan take

Burina kawai shine in yi maka hidima, kuma shi ya sa
nake nan

Ikon Allah yana aiki a rayuwarku kuma za ku fuskanci
wannan gaskiyar da kanku lokacin da aka ƙarfafa imaninku
kuma kuka fahimci cewa dukiya ta gaske ba ta samo asali ne
.daga nasarar abin duniya ba amma daga Mai Iko Dukka
Kowace lokacin da ka yi tare da Allah zai zama don
amfanin ka na ƙarshe, kuma duk abin da ka cimma saboda

kauna da kuma faranta wa Allah rai za a rubuta maka a cikin
.tarihin rayuwa har abada

Komawa cikin kadaici na zurfin tunaninka ka ji daɗin
zaman lafiya da ke gudana daga maɓuɓɓugar shiru
Idan muka shuka kyawawan ayyuka, za mu girbe farin
ciki da albarka, idan kuma muka shuka munanan ayyuka, za
.mu girbe nau'ikan matsaloli da matsaloli iri-iri
Kowace kyakkyawan aiki kamar pickaxe ne wanda muke
haka kasan sani da shi don buɗe maɓuɓɓugar farin ciki ta
allahntaka

Koyi nutsewa cikin teku na zurfafa tunani da bincike, ko
dai dangane da kyawawan littattafai, imani, matsaloli,
falsafa, ko farin ciki na ciki, fahimtar cewa kadaici na yau da
kullun shine farashin farin ciki na gaske

Ko da yake rayuwa tana kama da wacce ba a iya
tsammani ba, mai son zuciya, kuma mai ban mamaki, cike
da shakku da matsaloli iri-iri da rikice-rikice, muna ci gaba
da kasancewa karkashin kariyar Allah koyaushe. Bai kamata
mu kara gishiri a kan al'amura ko mu rasa natsuwarmu a
gaban abubuwan da suka faru ba, domin idan muka bar
firgici ya mamaye mu, muna ba mugunta iko da zurfafa
tushenta, wanda ke girma da bunkasa a cikin kasa ta tsoro
.da damuwa

Tambayi kanka kowace dare: Nawa lokaci ka yi tare da
Allah, nawa ka yi tunani a kai, nawa ka cimma, nawa ka yi
?wa wasu, kuma nawa ka sarrafa sha'awarka
Bai kamata mu yi tsammanin samun farin ciki da
kwanciyar hankali mai dorewa a cikin jarabawar rayuwa ba;
maimakon haka, dole ne mu neme su mu gano su a cikin
kanmu. Sannan, duk wata gogewa da muka fuskanta, za mu
magance su kamar yadda muke kallon abubuwan da wani ya
.fuskanta a fim, ko da daɗi ne ko mai raɗaɗi

Mutum zai iya mayar da duk abubuwan da ya fuskanta
zuwa jarrabawa mai zafi da ban tausayi idan ya bar
hankalinsa ya yi haka. Suna iya jin daɗin lafiya mai kyau

amma duk da haka ba su fahimci darajarta ba. Amma idan suka yi rashin lafiya, za su kaskantar da kansu su kuma yaba da albarkar jin daɗi. Ya kamata mu yarda da ni'imar Allah kuma mu gode masa saboda ni'imomin da Ya ba mu ba tare da jiran yanayi mai wahala ba don ya sa mu gode da kuma .godiya ga alherinsa

Ya kamata rayuwa ta kasance cakuda tunani da aiki.

Idan mutum ya rasa daidaiton tunaninsa, zai zama mai sauƙin shiga cikin damuwa, gajimaren baƙin ciki, da azabar zafi. Kuma idan ya yi koƙarin karya dokokin lafiya, wadata, da hikima, ba makawa zai sha wahala daga rashin lafiya, .talauci, da jahilci

Dole ne mu kiyaye manufarmu ta tsarki, mu kiyaye manufarmu ta tsabta, kuma mu yi aiki ta hanyar da za ta kawo mana kwanciyar hankali, kuma kada mu bari yanayin .rayuwa ya dame mu ya kuma lalata mana farin cikinmu

Zukata masu baƙin ciki da kuma tunanin da suka karya suna jan hankalina, komai nisan da suke da shi Faɗaɗa iyakokin masarautar kaunarka mai haske don a hankali ta haɗa da iyalinka, maƙwabtanka, al'ummarka, kasarka, da duk kasashe da halittu masu hankali

Dole ne kuma mu karfafa hankalinmu mu kuma yi watsi da nauyin raunin tunani da ɗabi'a da muka gada daga shekaru da tsararraki. Dole ne a kone waɗannan kazanta a cikin wutar sabbin kuduri da aiki mai amfani. Tare da wannan hanyar ginawa, mutumin da ya himmatu da gaske .zai iya isa ga 'yanci da 'yanci

Kunna ikon da ba shi da iyaka a cikinka domin ka iya taka rawar da kake takawa a kan mataki na rayuwa Da zarar mutum ya fara bauta wa dukiya, kuɗi, shahara, ko wani abu banda Allah, rashin farin ciki ya zama nasa. Waɗanda suka mai da hankalinsu kan waɗannan abubuwa a zahiri suna bauta musu, don haka ba sa kusantar Allah sai

dai su nisanta kansu daga gare Shi. Amma wadanda suka yi tunani game da Allah, suka yi tunani a kansa, suka kuma yi magana da Shi a cikin zukatansu suna kusantar Shi kuma .suna jin dadin rayuwa a cikin zumuncinsu na shiru da Shi Allah kadai ne ke da ikon cika mafarkin dan adam da fatan samun farin ciki mai dorewa. Saboda haka, bai kamata .a bar komai ya dauki matsayin Allah a cikin zuciya ba Akwai alamomin tsarki da za su iya taimaka wa mai nema ya tuna Allah ya kuma kusance shi. Duk da haka, idan mutum ya fara bauta wa wadannan alamomin, cutarwarsu za ta fi karfin fa'idarsu. Ya kamata a yi bauta ga Allah kadai, .domin babu wani abu da ya cancanci bauta Ko menene yanayin ibadar al'ada, Allah ya yarda da ita matukar mai bauta yana yin ta da sanin ruhi da kuma sha'awarsa. Duk da haka, mutane da yawa ba sa fahimtar ainihin ibada, kuma tunaninsu da zukatansu suna karkata daga Allah zuwa ga al'adun, don haka ba sa amfana sosai .daga bautarsu Masu bauta ta gaskiya ba sa barin saninsu ya takaita ga kowace siffa ko siffa, amma suna mai da hankali da kauna mai zurfi da cikakken kulawa ga ruhun allahntaka da ke .bayan dukkan siffofi da siffofi Allah cikakke ne kuma babu iyaka, kuma babu wani hoto ko mutum-mutumi da zai iya dauke shi Ana iya cewa Allah yana bayyana kansa a cikin duk wanda yake kaunarsa da gaske kuma yana cikin jituwa da Shi, domin yana nan a ko'ina don haka yana nan a cikin kowa Duk da haka, ba kowa ne ke da ikon bayyana kasancewar Allah ba. Rana tana haskakawa daidai gwargwado a kan kwal da lu'u-lu'u, amma lu'u-lu'u yana karba kuma yana nuna hasken rana, yayin da kwal ba zai iya .ba

Hakazalika, dukkan mutane suna cikin hasken Allah, amma kaɗan ne kawai za su iya samun wannan hasken kuma su nuna shi a cikin tunaninsu da ayyukansu. Don yin

haka, dole ne su tsarkake kansu ta hanyar bimbini da bin
.koyarwar Allah da umarni

Idan muka ambaci sunan Allah, dole ne mu san abin da
muke fada sosai. Idan za ka iya fahimtar tunanin mutane
yayin addu'a, za ka ga cewa yawancinsu suna tunanin komai
sai Allah, duk da cewa suna fadin sunansa! Irin wannan
.addu'ar ba ta da amfani kuma ba ta da amfani
Idan muka yi addu'a, ya kamata mu yi kokari mu mai da
hankalinmu ga Allah, maimakon kawai mu maimaita sunansa
mai albarka yayin da muke barin tunaninmu ya yadu. Wata
goggo ta kan yi addu'o'inta a kan duwatsun addu'a,
wadanda ba kasafai suke fita daga hannunta ba. Amma ta
shaida mini wata rana cewa duk da yin wannan ibada
tsawon shekaru arba'in, Allah bai amsa addu'o'inta ba. Ba
abin mamaki ba ne! "Addu'o'inta" ba komai ba ne illa halin
.tsoro

Idan muka yi addu'a, bai kamata mu yi tunanin komai
ba sai Allah. Ya kamata mu yi kokari mu kasance masu
gaskiya a cikin bautarmu da kuma sadaukar da kanmu a
cikin addu'o'inmu. Yin amfani da duwatsun addu'a da kuma
kiran sunan Allah akai-akai abin karɓa ne idan aikin ya samo
asali daga zuciya kuma yana da goyon bayan gaskiya da
tunani mai zurfi. Duk da haka, wannan aikin na iya zama
.atomatik akan lokaci

Dole ne mu yi wa Allah rada a cikin zukatanmu, da
sha'awa da kaunar Allah; wannan bauta ce ta gaskiya da ke
taɓa zuciyar Allah. Yin furuci da sunan Allah da sanyi da
tunani mai yawo laifi ne da rashin girmamawa. Idan mutum
ya yi addu'a, zuciarsa da tunaninsa dole ne su cika da
.kaunar Allah

Ya Ubangiji, Kai ne Tauraron Arewa na Allah wanda
tunanina ke tafiya a cikin teku mai cike da jarabawa da
wahala

Yin aikin mai da hankali kan hankali ta hanyar motsa jiki
na yoga yana taimakawa wajen kusantar Allah, babban

tushen ɗaukaka da ɗaukaka, kamar yadda yake taimakawa wajen tunani game da Allah da kuma yin magana da Shi Yana da mahimmanci a keɓe rana ɗaya a mako don yin bimbini a ruhaniya (idan zai yiwu) don yin bimbini a kan Allah da kuma samun natsuwa, kwanciyar hankali, da kwanciyar hankali na ciki Lokacin da aka kashe ta wannan hanyar zai zama maganin kwantar da hankali ga matsaloli .da damuwa da kuke fuskanta a sauran mako Kowa yana buƙatar yin kwana ɗaya a kowane mako a keɓe ko kuma "janyewa ta ruhaniya" don warkar da raunuka da radadin motsin zuciyarsa. Lokacin da wannan rana ta zama ta zaman lafiya, farin ciki, da gamsuwa, za ku yi .tsammanin sa'a bayan mako

Kadaici shine farashin girma Za ku yi mamakin kyawawan sakamakon da za a samu ga hankalinku, jikinku, da ruhinku ta hanyar wannan ja da baya ta ruhaniya da alaƙa da ruhinku da kuma Allah. Idan kuna burin samun farin ciki na gaske, dole ne ku nutsar da kanku cikin teku na salama ta Allah da sassafe bayan kun farka, da kuma kafin .ku yi barci da dare

Masanan Indiya sun ba da shawarar ba wai kawai a keɓe kwana ɗaya ba, har ma a jaddada buƙatar yin bimbini a cikin takamaiman lokuta huɗu kowace rana Da safe, kafin a tashi a ga kowa, ya kamata a ji daɗin natsuwa da kwanciyar hankali Da tsakar rana, ya kamata a kwantar da hankali kafin cin abincin rana, sannan a sake jin daɗin lokacin kwanciyar hankali kafin cin abincin dare A ƙarshe, kafin a kwanta da dare, ya kamata a sake shiga yanayin kwanciyar .hankali

Waɗanda suka yi shiru sosai a lokacin kaɗaici da kuma a cikin waɗannan lokuttan huɗu na yau da kullum za su fuskanci jituwa da Allah. Waɗanda ba za su iya kiyaye duk waɗannan lokuttan ba, ya kamata su keɓe aƙalla sa'o'in safe da yamma ga wannan. Ta yin haka, rayuwarsu za ta canza

zuwa mafi kyau, kuma za su ji dadin gaske; gogewa ita ce
.mafi kyawun shaida

Idan ka ci gaba da rubutawa da sanya hannu a cekin ba
tare da ajiye isassun kudfi don rufe asusun bankinka ba,
kudinka zai kare. Haka kuma ya shafi rayuwarka Ba tare da
ajiyar kwanciyar hankali akai-akai a asusun rayuwarka ba,
kuzarinka zai kare, kwanciyar hankalinka zai bace, kuma
farin cikinka zai bace. A takaice, daga karshe za ka fuskanci
fatarar motsin rai, ta hankali, ta jiki, da ta ruhaniya. Amma
zurfafa tunani a kan Allah a kullum zai cika asusun motsin
.zuciyarka

Mai neman Allah yana yin bimbini kowace rana, yana
tattaunawa da Allah da dukkan kauna da sha'awa a cikin
zuciyarsa, yana rokonsa ya bayyana kansa Idan kai mai son
Allah ne kuma kana sha'awar ganin kasancewarsa, dole ne
ka nutsar da hankalinka da jikinka cikin salamarsa, kuma
rayuwa za ta yi maka murmushi, kuma al'amuranka za su
.inganta ta hanyoyi da yawa

Mutum mai natsuwa ba kasafai yake yin kuskure ba,
kuma yana cin nasara inda dubban wasu suka gaza
Wadanda ba sa tunanin Allah ko kuma ba sa kula da shi
suna shiga cikin bakin ciki da bakin ciki. Suna zama masu
.fushi kuma suna rikidewa su zama injinan tafiya

Rana ta hikima da zaman lafiya za ta fito a sararin
natsuwa kuma za ta wanke rayuwarka cikin haskenta mai
warkarwa matuƙar ka yi kokarin ruhaniya kuma ka ba Allah
matsayi na farko a zuciyarka

Wata ɗaya yana haskakawa fiye da dukkan taurari a
hade. Rana, wacce ta bayyana karama, tana korar duhu
daga wani yanki da ya fi shi girma sau miliyoyi. Hakazalika,
mutumin kirki, ta hanyar kasancewa a duniya, yana fitar da
girgizar da ke hana da kuma kawar da girgizar da miyagun
.mutane ke fitarwa

Ranar tunani yakamata ta kasance rana ta hutawa ta
hankali da ta jiki da kuma gina zaman lafiya ta ciki. Duk wani

aiki da zai samar da hikima da zaman lafiya aiki ne mai
.albarka a wannan rana

Dangane da girmama iyaye, littattafai masu tsarki sun
ba da shawarar a yi musu mu'amala mai kyau: "Ka girmama
mahaifinka da mahaifiyarka" da kuma "Ka kyautata wa
"iyaye

Ya kamata a girmama iyaye na ɗan adam a matsayin
wakilan Allah, wanda ya ba su baiwar kirkirar ɗan adam.
Uwa ita ce misalin kaunar Allah mai tsarki, domin uwa mai
kauna tana gafartawa inda babu wanda zai yi. Uba shine
.bayyanar hikimar Allah kuma mai kare 'ya'yansa
Bai kamata mutum ya kaunaci ubansa da mahaifiyarsa
ba banda Allah, amma a matsayin bayyanar kaunarsa mai
karewa da hikima. Ruhun Allah mafi girma ya zama uba da
uwa don taimaka wa yaron; saboda haka, ya kamata a
.girmama shi a cikin iyaye

Littattafai kuma suna ba mu shawara game da kisa don
neman kisa, domin a lokacin mutum zai zama mai kisan kai
Bai kamata mutum ya ɗauki ran wani a cikin wani lokaci mai
tsanani ba. Duk da haka, idan aka yi wa kaunatattun mutane
barazana, dole ne mutum ya yi yaƙi don kare waɗanda Allah
ya ba su amana, domin aiki ne mai tsarki a kare iyalinsa da
.kasarsa

Dangane da haramcin zina, manufar da ta dace ta haɗin
kai tsakanin mata da maza ya kamata ta zama haihuwar
'ya'ya da aka halicce su cikin siffar Allah da kuma bayyanar
tsantsar soyayya da ma'auratan da ke ganin Allah a cikin
junansu ke ji. Wadanda ke rayuwa kawai a matakin jiki, ba
tare da la'akari da soyayya ta gaskiya ko kuma babbar
manufar da aka kirkiri sha'awar jima'i ba, suna yin zina bisa
ga wannan umarni. A wannan yanayin, ba su da bambanci
da dabbobi da ke biyan buƙatun jima'i sannan su ci gaba da
.tafiya

Allah ya halicci wannan sha'awar kirkire-kirkire a cikin
maza da mata don haihuwa da kuma bayyana soyayya ta

gaskiya a rayuwar aure, kuma bai kamata a yi amfani da ita
ba ta hanyar da ba ta dace ba, sai dai a mayar da ita zuwa
.aiki mai tsarki da ilimi

Idan za ka iya sarrafa da kuma rarraba ikon jima'i a cikin
rayuwarka, za ka iya haɓaka manyan kwarewar tunani don
rubutu, zane, ko kuma bayyana baiwar da ba a iya gani ba ta
.hanyoyi da yawa

Kuma idan a karshe ka sami damar sarrafawa da canza
ayyukan kirkira a ruhaniya, za ka fuskanci babban zaman
lafiya, kauna mai girma, da kuma karuwar farin ciki na
ruhaniya

Waliyyan Allah da shugabannin ruhaniya waɗanda suka
canza ayyukansu na jima'i a ruhaniya, manyan mutane ne
da za su iya yin abubuwan ban mamaki da ban mamaki a
.duniya da kuma a cikin binciken gaskiya na asiri

Saboda haka, mafi girman amfani da sha'awar jima'i
shine ɗaukaka karfinsa, wato, tura kuzarinsa zuwa ga wani
babban manufa domin ya bayyana hikima, manyan
manufofi, da ka'idodin ruhaniya Bai kamata mutum ya sami
jin daɗi daga tunanin jima'i ko sha'awar abin da aka haramta
ba. Lokacin da aka cimma wannan nau'in kamun kai, mutum
zai sami kyakkyawan hangen nesa game da jima'i da babban
.manufarsa

Yin bauta ga al'amuran jima'i yana nufin rasa lafiya,
kame kai, da kwanciyar hankali na hankali, kuma a takaice,
duk abubuwan farin ciki da mutum ke buƙata
Littattafai masu tsarki kuma suna karfafa mu kada mu yi
sata Idan kungiyar mutane dubu za su yi sata daga junansu,
kowannensu zai sami makiya 999. Saboda haka, bai kamata
mutum ya keta haɓkin wasu ba, ko kuma ya kwace kasarsu,
zaman lafiya, kauna, mutunci, ko duk wani abu na kayansu
ko na ruhaniya. Idan ba ka ji sha'awar ɗaukar abin da ba
naka ba, abin da kake buƙata ko sha'awa zai zo maka. Sata
tana farawa ne da farko a cikin tunani lokacin da mutum ya
fara hassada ga wasu. Dole ne a cire irin sha'awar mugunta

daga tunani. Lallai ne a cire wa mutane alheri ta ruhaniya hanya ce. Sannan, mutum zai jawo wadata ta halitta, kuma albarka za ta kwarara zuwa gare su daga tushen da ya sani da kuma tushen da ba su sani ba. Wannan doka ce ta Allah wadda ba ta da ma'ana. Game da farayi da mutane masu son kai, suna batar da rayuwarsu suna neman abin duniya, idanunsu koyaushe suna kan abin da wasu ke da shi, ko da .asusunsu yana cike da zinariya

Sai dai idan an yi watsi da son kai na duniya, duniya ba za ta iya sanin farin ciki ba Farin ciki yana zuwa ne kawai ta hanyar haɗin gwiwa ta ruhaniya. Yana zuwa ne lokacin da mutum ya ji bukatun wasu kamar nasu ne kuma ya yi wa wasu aiki yayin da yake .yi wa kansa aiki

Wani muhimmin umarni shine a guji yin shaidar karya.

Cin zarafin wani ta hanyar karkatar da gaskiya wata hanya ce ta lalata jituwar zamantakewa. Idan mutum yana son a yi masa alheri, ya kamata ya yi wa wasu daidai. Ya kamata a faɗi gaskiya koyaushe, amma dole ne a bambanta tsakanin faɗin gaskiya da kuma faɗin gaskiya kawai. Ambaton wani a matsayin gurgu ko makaho yana da illa da cutarwa; ya kamata mutum ya kula da yadda wasu ke ji kuma ya guji kunyata su. Haka nan, bayyana gaskiya da za ta ci amanar wani ba tare da wata manufa mai kyau ba shi ma kuskure ne. A gefe guda kuma, bai kamata mutum ya yi karya don guje wa faɗin gaskiya ba; maimakon haka, mutum zai iya yin .shiru a wasu yanayi don guje wa kunya ko cutar da wasu Dole ne mutum ya yi hattara da hassada, wata cuta mai halakarwa da ke cin zarafin kwanciyar hankali na rai. Yawan kwadayin abin da ke na wasu, haka nan rashin jin daɗi da bakin cikin mutum ke karuwa. Mai kishi yana rayuwa cikin wahala, ba ya taɓa sanin dandanon natsuwa. Ya fi kyau a gare su su girmama kansu, su dogara da kansu, su nemi .wadatar ruhaniya ta ciki

Mutuncin mutum da darajarsa ta zahiri sun fi duk abin da zai so ko ya yi marmarin mallaka. Allah yana bayyana a cikin kowane mutum ta hanyar da ba ta bayyana a cikin wani mutum ba. Fuskarsu ba ta kama da ta wani ba, kuma ransu ba ta kama da ta wani ba, domin a cikinsu akwai babbar taska ta dukkan halitta—kuma wannan babbar taska ita ce Allah

Muna son rayuwarmu ta haskaka da bunkasa da ayyukan alheri, ta kasance mai kamshi da farin ciki da annashuwa, kuma ta rayu har abada a cikin tunawa da .wadanda suka yaba mana

Idan mutum yana da imani mai kyau kuma yana yin aiki yadda ya kamata, zai fi farin ciki fiye da wadanda ba su da imani kuma ba sa yin ayyukansu a yakin rayuwa Imani mai kyau da aiki na adalci (wanda aka tallafa da kyawawan manufofi da kyawawan manufofi) suna nan a duk inda farin ciki ya kasance, kuma ana rasa su duk inda farin ciki ya kasance. Daga wannan, za mu iya kammala da cewa su muhimman yanayi guda biyu ne na farin ciki, wadanda ba za a iya cimma su ba tare da su ba. Wadanda ke son farin ciki suna buƙatar kawai su mallaki waɗannan muhimman abubuwa guda biyu, wadanda su ne ginshikansa da .ginshikansa

Mutane ba za su iya sarrafa, canza, ko goge sassan duniya marasa iyaka ba da nufinsu. Waɗannan sassan suna da alaƙa da juna sosai da tsarin rayuwar ɗan adam, kuma mutane ba za su iya aiki a ware daga gare su ba. Duk da haka, mutane za su iya sarrafa tunaninsu don daidaitawa da .wadannan sassan kuma su guji cutar da su

Kakanninmu sun fi mu farin ciki ba wai don suna da abubuwan duniya da jin daɗi fiye da mu a yanzu ba, ko kuma saboda ba su da sauƙin fuskantar matsalolin rayuwa, amma saboda suna da daidaiton tunani wanda ya ba su

kwanciyar hankali, kwanciyar hankali, gamsuwa, da kuma
.farin ciki a takaice

Ba su dogara ga yanayi na waje don farin cikinsu ba,
kuma ba su mika wuya ga yanayi na waje wanda zai hana su
ba. Jin dadinsu, kwanciyar hankali, farin ciki, da gamsuwa
sun kasance na halitta, na al'ada, lafiya, kuma mai dorewa.

Mu ma, ya kamata mu gina wadannan ji idan muna son
?samun farin ciki. Kuma wanene a cikinmu ba ya yin hakan

Kaddara sakamakon aikin da muka yi a baya na 'yancin
zabe ko 'yancin zabe Ta hanyar ayyukanmu na baya na
'yancin zabe, mun kawo kuma mun ci gaba da kawo wa
kanmu kaddara da kaddara. Duk da haka, ba a dāure mu da
abin da ya gabata ba, kuma ba a dāure mu da abin da ya
faru har abada ba. Za mu iya gyara abin da muka shuka da
kuma goge abin da muka rubuta idan muna so kuma muna
kokari mu gyara tafarkinmu da kuma inganta ingancin
.girbinmu

Idan muka kawar da irin ayyuka masu radadi sannan
muka shuka iri mafi dacewa da yanayin rai a madadinsu,
tabbas za mu girbe 'ya'yan farin ciki daga wadannan
kyawawan iri da aka shuka a cikin kasan rai. Dole ne mu yi
amfani da 'yancin zabe yanzu, yanzu ba gobe ba, idan muna
.son samun karin farin ciki ko rage wahala da zafi
Saboda haka, sharuɗɗan farin ciki suna cikin ɗan adam,
kuma abin da kawai zai yi shi ne ya magance wannan
daidaiton da ba ya kuskure, kuma sakamakon zai kasance a
gare shi idan ya yi mafi kyawun kimantawa kuma ya
magance shi

Ya Ubangiji, Allah Ya sa rayuwata ta cika da kuzarinka,
zuciyata da kasancewarka mai ta'aziyya da tausayi,
hankalina da hikimarka, raina kuma ya cika da saninka na
,Allah

A cikin kasan zukatanku, tsaban soyayya suna tsirowa,
suna shayar da wadannan tsaba da ruwan soyayya ta duniya
da tausayin duniya baki daya
Ikon tunani ba shi da iyaka, kuma saboda haka, idan ka
yi tunani sosai game da kowane batu, za ka sami amsar
.kowane tambaya da ta shafi wannan batu
Idan mutum ya sadaukar da dukkan aikinsa da
ayyukansa ga yi wa wasu hidima kuma ya cim ma su da
kyakkyawan tunani, to lallai ya cancanci a yi masa la'akari
.da shi da godiya
Bai kamata mu zama masu ra'ayin daya ba, ya kamata
mu daidaita ayyukanmu mu kuma fifita ayyukanmu da
ayyukanmu, gwargwadon muhimmancin kowannenmu
Nauyi shine aikin da mutum ke yi da farin ciki ba don
neman abin duniya ba, kuma aikin ruhaniya da na dabi'a ya
.kamata su fara a rayuwa
Kowanne dan adam yana da karfin da ba a taɓa amfani
da shi ba. Suna da dukkan karfin da ake bukata. Hankali
kansa iko ne mafi girma, kuma dole ne a 'yantar da shi daga
.dabi'u da ra'ayoyi na da da na wucin gadi
Tasirin duniyoyi da taurari akan rayuwar dan adam yana
faruwa ne sakamakon karfin jan hankali da kin yarda
.tsakanin duniyoyi da jikin dan adam
Mugayen tunani suna kai mutum ga yanayi mai cutarwa
inda zai iya bayyana kansa bisa ga sha'awarsa. Duk da haka,
mutum zai iya canza tunaninsa da saninsa ta hanyar karfin
zuciya, kuma sakamakon haka, muhallinsa. Idan mutum ya
dafa a cikin yanayi mai cutarwa, wannan muhallin zai fara
rinjayarsa ba tare da saninsa ba. A tsawon lokaci, zai rasa
'yancinsa na zaɓar yanayi mai lafiya da kyau kuma ya zama
karkashin mummunan tasirin wannan yanayi mai cutarwa.
Wadanda ke da karfin zuciya, a gefe guda kuma, suna cikin
.jituwa da Allah

Karfin tunani mai zurfi

Idan ka mayar da hasken rana ta gilashin kara girma zuwa wani karamin wuri, yana samar da zafi, kuma wannan zafin zai iya kunna itace, yadi, takarda, da sauransu. Hakazalika, idan ka mayar da hankalinka daidai, karfinsa mai karfi zai iya kone tushen shakka a bayan kowace gazawa .kuma ya bar hasken hikima ya haskaka da kyau Idan hankali ya daidaita da Allah, tushen dukkan alheri da kuma tushen dukkan iko mai albarka, zai fahimci kasancewar Allah kuma ya mallaki dukkan abubuwan da ke haifar da nasara. Waɗannan abubuwan suna da alaƙa da babban ikon Allah, wanda ke iya kirƙirar sabbin damammaki .don samun nasara a kowane fanni

Matsaloli da matsaloli suna tasowa ne daga rashin sanin ayyukan da suka gabata, waɗanda suka aikata a wani lokaci da wuri. Wahalar da suke sha a yanzu ta samo asali ne daga tunani da ayyukan da suka furta, waɗanda suka yi tushe a cikin kasan saninsu, suka tsiro suka zama shuka kuma suka ba da 'ya'ya waɗanda ke nuna halayen waɗannan tunani da .ayyukan

Jarabawa da wahala ba sa zuwa don karya mutum ko gurgunta nufinsa, sai dai don su sa shi ya yaba da girman Allah kuma ya girmama dokokinsa, ta hanyar da za su iya samun farin ciki na gaske Allah ba ya aika waɗannan jarabawa masu tsanani domin galibin su na ɗan adam ne. Abin da ake bukata daga ɗan adam shi ne ya farkar da hankalinsa daga barcinsa na rashin kulawa da kuma fitowa .daga duhun jahilci zuwa hasken ilimi

A mafi yawan lokuta, hankalinmu yana yi mana alkawarin jin daɗi na ɗan lokaci amma a karshe yana kawo mana azaba da wahala mai tsawo. Duk da haka, gaskiya ɗabi'a da farin ciki ba sa yin alkawarin komai, amma a karshe suna ba mu farin ciki mai tsarki da ɗorewa. Wannan shine dalilin da ya sa nake ɗaukar farin ciki na ciki da na

dindindin a matsayin farin ciki na gaske, kuma jin daɗin
.sha'awa na ɗan lokaci a matsayin jin daɗi kawai

Idan ka kalli rana daga miliyoyi masu nisa a sararin
samaniya, wannan babban tauraro yana bayyana karami fiye
.da Duniyarmu

Duk da haka, diamita na Duniya yana da kimanin mil
7,900, yayin da diamita na Rana ya fi na Duniya sau ɗari.
Idan za ka iya sanya duniyarmu ta Duniya kai tsaye a gaban
Rana, zai bayyana a matsayin karamin digo idan aka
.kwatanta da Rana

Bari mu ɗauka cewa babban filin hasken rana yana
faɗaɗawa da faɗaɗawa har sai babban nauyinsa ya haɗiye
sararin samaniya mai shuɗi gaba ɗaya. Saman da muke gani
karamin ɓangare ne kawai, hakika karamin ɗigon ruwa ne,
.na sararin da ke ratsa sararin samaniya mara iyaka
Ko da rana ta ci gaba da faɗaɗawa da faɗaɗawa zuwa
sararin samaniya ba tare da wani ɓata lokaci ba, har yanzu
ba za ta iya kewaye da rashin iyaka ba
Mafarkin sararin samaniya na kankanta da iyaka yana
iyakancewa kuma yana hana hankali fahimtar wannan faɗin
.sararin samaniya

Daga ina wannan rashin komai ya fito, kuma ina
?iyakokinsa suke

Wanda ba ya karkashin girma ko ma'auni, wanda ba shi
da iyaka ko asali, shi ne Allah, wanda yake ko'ina kuma yana
wanzuwa a cikin mafi nisa na sararin samaniya. Yana cikin
taurari masu nisa, masu nisa Kamar yadda yake a cikinka da
kuma a cikina, yana sane da kowane sarari da yake ciki,
komai kankanta ko babba

Abin da ya gabata ba a san shi ga yawancin bil'adama
ba, ban da zaɓaɓɓun mutane kaɗan masu wayewa Duk da
haka, rashin sanin abin da ya gabata shi ma yana da amfani
a gare mu. Domin da mun san duk abin da muka yi a
wannan rayuwa da kuma a rayuwarmu ta baya, da yawan
ayyukanmu ya mamaye mu kuma ya ruɗe mu gaba ɗaya.
Nufinmu ma yana iya gurgunta ta hanyar girgiza, yana sa
mu kasa ci gaba da ayyukanmu kuma ya bar mu abin
farauta don yanke kauna. Ko da a cikin wannan rayuwar
duniya, mantawa albarka ce daga Allah, yana hana
tunaninmu da ji daga tunawa da abubuwan da suka gabata,
musamman waɗanda suka yi ɗaci da raɗaɗi. Abin farin ciki,
walkiyar allahntaka a cikinmu koyaushe tana haskakawa da
bege da sha'awar ci gaba da tafiya ta rayuwa mara karewa.
Dole ne mu gode wa Allah don waɗannan ni'imomin guda
biyu: ikon mantawa da abin da ya gabata da bege na nan
.gaba

Bai kamata mu yanke hukuncin cewa kaddara tana
kawo cikas ga 'yancin zaɓe ba. Duk da haka, dole ne mu yi
iya koƙarinmu don tsayayya da mummunan tasirin da
yawancin mutane ke dangantawa da kaddara da kaddara,
kuma mu yi amfani da 'yancin zaɓinmu bisa ga imaninmu na
ciki, muddin waɗannan imani sun dogara ne akan imani mai
kyau kuma an gina su ne bisa dokokin Allah, waɗanda ba
tare da su ba mutum ba zai iya ɗaɗɗana farin ciki na gaske
.ba

Idan muka fara wani aiki, bai kamata mu tsorata da
mummunan yanayi ba, sai dai mu kasance masu
kyakkyawan fata, tare da cikakken imani cewa babu abin da
zai iya hana mu aiwatar da nufinmu da kuma amfani da
'yancin zaɓe

Mutane galibi suna kama da ganyen da ke shawagi a saman kogi, kuma dole ne su janye kansu daga kwararar halaye na atomatik da ke kai su zuwa ga magudanar ruwa ta mafarki da halaka. Yawancin mutane ba sa nuna damuwa .kuma suna barin kansu su yarda da guguwar ta tafi da su

Idan muka kasa cimma burinmu, abin yarda ne mu yarda da cewa akwai cikas na cimma burinmu wanda ya hana mu cimma shi. Dole ne mu dage mu kuma ninka kokarinmu don cimma sakamakon da muke so. Dole ne mu kuma tabbatar wa kanmu cewa komai karfi da karfin cikas da kalubalen da za su iya kasancewa, har yanzu muna da karfin shawo kansu. Ko da mun gaza duk da duk kokarinmu, babu bukatar yanke kauna ko takaici, muddin mun fahimci cewa nufin dan adam ya fi kaddara karfi, wanda hakan namu ne. Saboda haka, bai kamata mu daina kokarin ba, komai yawan lokacin da muka gaza, domin akwai kofofi a bude koyaushe. Kawai muna bukatar mu ci gaba da kokari da maimaita kokarin har sai an bamu nasara. Allah zai bamu taimako muddin muka dogara gare Shi kuma muka yi kokarin da ya dace [Wanda ya bi hanyar zai isa inda muke so, kuma wanda ya dogara ga Allah ba zai yi takaici ba]

Idan mutum yana sha'awar wani abu mai karfi da dagewa, wannan sha'awar ba ta taɓa barin tunaninsa ba, duk inda ya je da duk abin da ya dame shi, Ta hanyar ayyukansa na yau da kullun da ba sa gajiya, wannan sha'awar tana da kuduri da kuzari mai yawa. Wannan raɗawar ciki ta fi karfi da tasiri fiye da addu'ar da aka yi da hannu, wadda ke motsa leɓuna kawai. Wannan shine yadda waɗanda ke kaunar Allah suke yi. Suna raɗawar kaunarsu gare Shi ba tare da karewa ba, raɗawar zuciyarsu ba ta

dawwama a cikin ayyukansu na yau da kullun. Wannan radawar zuciya ba ta dauke musu hankali ko kuma ta saba wa sauran ayyukansu. Yayin da sha'awarsu ga Allah ke karuwa, kaunarsu ga Shi tana zurfafawa da karfi, har sai sun fuskanci kasancewarsa kuma sun ga haskensu da idon rai. Suna dandani farin ciki mai yawa kuma suna jin kwanciyar .hankali fiye da yadda aka kwatanta

Allah yana aiko mana da darussan da muke bukata a rayuwa domin mu amfana da su mu kuma sami fahimta da gogewa Duk wanda ya guji wadannan darussan za a tilasta masa ya koyi su komai tsawon lokacin da zai dauka

Kowace jarrabawa aboki ne idan muka koya daga gare ta, kuma azzalumi ne idan muka batar da damar muka yi amfani da ita ba tare da amfani da ita ba tare da gunaguni, .fushi, da kuma rashin adalci

Idan muka fahimci rayuwa da kyau, za ta yi kyau kuma .ba ta da rikitarwa

-

lamuran tunani

Mutum ba zai iya ci gaba da rayuwa cikin farin ciki har abada ba, ya nutse cikin ruwan bakin ciki mai cike da rudani, ko kuma ya nutse cikin zurfin gundura. A cikin wannan duniyar da ke cike da abubuwa biyu masu karo da juna, matsakaicin mutum yana fuskantar hawa da sauka - yana tashi a kan rakuman farin ciki, yana nutsewa cikin zurfin

rashin kulawa, kuma yana jujjuyawa ta rakuman bakin ciki masu karfi - ba kasafai yake fuskantar wata yanayi ta sani .ba

Barin yanayi ya rinjayi tunanin mutum ta wannan hanyar yana nufin mika wa mutum nufinsa ga kaddara mai cike da son rai da kuma canzawa koyaushe Abin da mutum ke bukata don rayuwa mai nasara da gamsuwa shine daidaiton tunani, kuma wannan za a iya cimma shi ne kawai ta hanyar tunani mai zurfi da iko kan ikon motsin zuciyar .mutum

Ko da bakin cikin da ya fi zurfi yana warkarwa da lokaci, don haka babu amfanin zama cikin bakin ciki kowace rana ta rayuwarmu Kullum bakin cikin rashin kaunataccen mutum ba ya taimaka mana ko su, kuma ba ya canza komai. Hakazalika, gina wani yanayi na rashin karfi ko hukunta kai saboda kurakurai ko gazawar da suka gabata ba shi da amfani; yana sa rayuwa ta zama abin bakin ciki kuma yana .hana tunanin mutum

Bai kamata mu bari mu fada cikin ramin al'ada mai ban sha'awa ba, domin wannan yanayi ne na tunani wanda ba shi da daɗi, domin yana damun hankali kuma yana kone .iyawar boye a cikin wutar rashin kulawa

Dole ne a kawar da gazawa daga tushenta, kuma dole ne a noma gonakin rayuwa da himma da jajircewa sannan a

shuka iri na alheri domin a girbe girbi mai yawa, tare da
.taimakon Allah

Yi wani abu da babu wanda ya taɓa yi a da—wani abu
da zai ba duniya mamaki Nuna cewa ikon Allah na kirkira
yana aiki ta cikinka

Mutane masu natsuwa da dabi'a masu kyau suna
taimakawa wajen sanya tunaninmu ya zama mai jan hankali
da lafiya. Ba abu ne mai wahala a tantance ko mutum yana
samun isasshen iliminsa daga yanayi mai natsuwa ko mai
cike da rudani ba. Damuwa, damuwa, da rudani duk suna
fitowa ne daga hulɗa da mutanen da ba daidai ba, ko abokai
ko dangi, wanda ke haifar da tunani mai ban tsoro da yanayi
.mai wahala

Jiki yana samun kuzari da aiki daga abinci na zahiri,
yayin da abinci mai maganadisu ke ba wa jiki da tunani
kuzarin kuzari waɗanda suka fi sauƙin narkewa fiye da abinci
mai karfi da ruwa waɗanda ba za a iya canza su cikin sauƙi
.zuwa makamashin rai ba

Lokacin da za ka iya canza jahilci zuwa hikima, rauni da
rauni zuwa lafiya da kuzari, kuma ka yi tafiya cikin aminci da
karfin hali—ko da kai kaɗai—ta hanyoyin rayuwa, kuma ka
sami farin ciki na ciki wajen samun lamiri mai rai da tsaro, da
imani mara misaltuwa ga adalcin Allah da nasarar adalcin
Allah akan kuskure da gaskiya akan rudani, kuma lokacin da
kake ƙoƙari kowace rana don daga tunaninka zuwa mata kai
mafi girma da inganci, kuma ka sami zuciya mai ƙauna da
godiya da kyawawan niyya ga wasu, abincinka na hankali zai
zama mai jan hankali, kuma za ka jawo hankalin kanka duk
abin da ke da kyau da amfani—abubuwa, mutane, da yanayi
—waɗanda suke da mahimmanci don ci gaba da tafiyarka

zuwa ga gabar tsaro da aminci. A karshe, lokacin da ka yi
kokari don samun abin da kake bukata kuma ka gamsu da
abin da Allah ya tanadar, za ka kasance mai wadata a cikin
ruhi kuma ka gamsu fiye da waɗanda sha'awar duniya ta
.mamaye su kuma suke kwaɗayi ga jin daɗinta na ɗan lokaci

Tausayi ita ce gadar da ke haɗa kowace rai da sauran
rayuka Tausayi ita ce kofar kowace zuciya

Idan mutum ya nemi Allah, wanda shi kaɗai ne abokin
gaskiya fiye da sauran, zai yiwu a kafa abota ta gaskiya a
cikin dukkan dangantakar ɗan adam - zumunci ta iyali, ta
'yan'uwa, ta aure, da ta ruhaniya Abota muhimmin abu ne a
cikin dangantakar aure, kuma kusanci ta hankali da ta
motsin rai, jin sha'awar ruhaniya, da kuma soyayya ta
gaskiya ya kamata ya zama fifiko. Waɗanda suka kasa
bambance tsakanin soyayya ta gaskiya da sha'awar jiki suna
.jin takaici akai-akai

Idan aure ya ginu bisa manyan manufofi da girmama
juna, zai zama haɗin kai mai farin ciki da nasara tsakanin
rayuka biyu masu kauna da haɗin kai waɗanda ke rage wa
juna nauyin rayuwa da kuma kawar da damuwar rayuwa
.cikin tausayi da fahimtar juna

Babu wanda zai iya iko da ni ko ya kwace min wasiyyata
sai na bar tunani da ayyukan wasu su yi tasiri a kaina
Idan ka takaita tunaninka ga abu mai mahimmanci, za
ka ga komai daga mahangar zahiri. Amma da zarar ka ɗaga
hankalinka zuwa ga yanayin wayewar ruhaniya, za ka ga
hasken Allah mai yaɗuwa yana gudana fiye da dukkan abu,
.kuma za ka ga komai daga mahangar ruhaniya

Ya Ubangiji, na fahimci ina da dama marar iyaka don
bincika iyawata da kuma gano damar ruhaniya ta. A yau zan
cika tunanina da kyakkyawan fata kuma in nisantar da kaina
daga abubuwan da ba su da da'ifi. Zan yi aiki da abin da zai
kula da jikina, hankalina, da ruhina ta hanyar da ta dace da
.jituwa

Zan maye gurbin abubuwan da aka haɗa da su da
manyar buri
Kuma zan fahimci cewa ruhun aminci yana tare da ni
koyaushe

Rawar rai da mutuwa tana nan a koyaushe, amma zan
'yantar da kaina har abada ta hanyar ceton asalin
ruhaniyata. Kuma lokacin da na fuskanci guguwar gwaji da
wahala, zan tashi a cikin jirgin ruwa na ruhaniya a kan tekun
.rai zuwa gaɓar teku mai aminci da allahntaka

Idan na yi aiki kuma na kirƙira, zan tuna cewa Allah
yana aiki ta wurina Shi ne Ubangijin halittu, kuma zan iya
.haɗuwa da Shi ta hanyar zurfafa tunani a kansa

Allahna kaunatacce, na fahimci cewa tunanina zai kawo
mini ko dai gazawa ko nasara, ya danganta da wace ra'ayi
ce ta fi ƙarfi a rayuwata. Kuma zan yi ƙoƙarin tuna cewa
kana miƙa hannun taimakonka kuma kana shirya hanya don
.nasarata

Idan bala'o'i da rashin sa'a suka same ni, zan tattara
karfina in karfafa kudurina na shawo kansu. Zan kasance
mai gaskiya da gaskiya a cikin mu'amalata da kowa, kuma
zan yada tunanin kauna da kyawawan fata. Sannan Allah zai
.tallafa mini da ikonsa da hikimarsa

Cututtukan Ruhaniya da kuma maganinsu
Jagora Paramhansa Yogananda

Ka yi kokarin tunanin gungun mutane masu kama da
:mutane wadanda ba su da daidaito da rashin jituwa
Daya mai karamin kai girman wake da kuma babban jiki
!girman rakumi

Wani kuma yana da hannu mai karfi kamar hannun
!Samson ko Hercules da kuma jiki kamar jikin dwarf
Kuma na uku yana da kan babban giwa da kuma jikin
!beraye masu ban tsoro

Shin wannan yanayin ba zai zama abin mamaki da ban
mamaki a gare ku ba, ko kuma abin bakin ciki da nadama,
idan kwatsam kuka ga taron wadannan halittu masu ban
?mamaki da rikitarwa

Yanzu ka yi tunanin wani rukunin mutane wadanda suke
da tsari da kamanni na yau da kullun, amma ba su da
.daidaito a tunani kuma suna da nakasa a fannin tunani
Kamar yadda tufafi ke boye raunuka, raunuka, da
sauran nakasu a jiki, haka nan jiki mai karfi, lafiyayye da
kuma kyakkyawar fuska mai haske ke boye cututtuka masu
.tsanani da nakasu a haihuwa

Idan za ka haɗu da taron jama'a na yau da kullun
wadanda aka bambanta su da kyawun kamanninsu da
lafiyarsu, kuma idan ka sami damar shiga jikin tunaninsu da
hangen nesa na ruhaniya, abin mamaki zai zama abin
mamaki, kuma za ka iya jin bakin ciki mai yawa game da
.abin da za ka gano

:Za ku iya lura da jikinsu na kwakwalwa kamar haka
Hankali yana wakiltar kai, ji da motsin rai da jiki, da
kuma nufin hannuwa da kafafu waɗanda duk ba su da kyau,
.marasa lafiya, da kuma nakasassu

Za ku ga cewa wasu suna da karamin kai mai hikima
mara ci gaba, wanda aka dora a kan jiki mai laushi wanda ya
.kumbura da buri na son kai da sha'awa mai ban sha'awa
Haka kuma za ku ga cewa wasu mutane suna da jiki
wanda ba shi da ji da kuzari, duk da cewa suna da hannu
.mai karfi da aiki

Wasu na iya samun babban kwakwalwa mai kirkire-
kirkire, amma tausayinsu da karfin motsin zuciyarsu sun
ragu kuma sun yi rauni. Akwai kuma wani nau'in mutanen da
ke da yanayin jiki da na hankali na yau da kullun, amma
waɗanda karfin zuciyarsu da kame kansu ko dai suna da
.rauni ko kuma sun gurgunta

Kuma jerin abubuwan lura suna ci gaba kuma a ranar

!Mayu za ku rayu tsawon rai

Irin waɗannan karkatattun tunani marasa adadi a cikin
jikin tunani waɗanda ba su da ci gaba a wasu fannoni kuma
sun fi girma a wasu, hakika suna nan - kodayake a boye - a
cikin mutane. Suna haifar musu da ciwon tunani kuma suna
hana su nuna baiwa da iyawarsu kamar yadda ya kamata a
.nuna su

Magance wasu cututtukan tabin hankali a nan na iya
taimakawa wajen gano musabbabin dukkan matsalolin ɗan
adam, ta yadda akalla duk waɗanda ke fama da su za su san
su, ko da ba su san kansu ba, ta yadda za su iya fahimtar
yanayin waɗannan lahani, alamunsu, da kuma shigarsu cikin
ruhi cikin shiru, ta yadda za su iya tunkarar halakar zaman
.lafiya da farin ciki da ke addabarsu

bakin ciki na ruhaniya

Wannan cuta ta yaɗu a tsakanin waɗanda ba su da aikin
tunani da jiki a karkashin hujjar cewa suna cikin mawuyacin
hali a cikin al'amuran ruhaniya. Waɗannan mutanen da ke

fama da wannan cuta suna yin sakaci da manyan ayyuka da
kananan ayyuka na rayuwa a karkashin sunan bauta wa
Allah, don haka suna buɗe kansu ga Shaidan, wanda zai iya
cutar da su sosai. Suna fama da rashin bege da rashin
godiya ga duk wani abu mai amfani ko kyau da ke kewaye
da su. Wannan cuta ce mai yaɗuwa, kuma duk waɗanda ke
da burin ruhaniya dole ne su yi taka tsantsan da ita kuma su
'yantar da kansu daga gare ta ta hanyar ci gaba da kiyaye
kuzarinsu da kuma kariyar jikinsu ta hanyar tunani mai kyau,
.kyakkyawan fata, da aiki mai kyau, mai amfani
rashin narkewar abinci a ruhaniya

Wannan yana faruwa ne sakamakon rashin daidaituwa
(guzzling), wato, shan kwayoyi masu yawa da aka riga aka yi
wa magani a karkashin sunaye masu sheki, kuma aka
gabatar da su a cikin nau'in littattafan ruhaniya na bogi da
darussa daga "likitocin ruhaniya" waɗanda suka kware a
.fannin sihiri da sihiri

Wannan cuta ba wai kawai tana kashe yunwar ruhaniya
ta sanin gaskiya ba, har ma tana lalata ikon bambance
tsakanin nagarta da mugunta, amfani da cutarwa

Wanda yake ci gaba da cin ra'ayoyin tauhidi kuma yana
cin duk abin da ya faɗa hannunsa, ba wai kawai zai ci abinci
mai yawa ba, har ma zai ci ra'ayoyi masu guba tare da
waɗanda ke da amfani, yana jawo wa kansa rashin narkewar
.abinci a hankali, don haka mutuwar ruhaniya a hankali

Yin nazari mai yawa da ci gaba da nazari kan ra'ayoyi
daban-daban na ruhaniya da falsafa, ba tare da fahimta ko
koƙarin narkar da su da kuma bincika su ta hanyar gogewa
ta mutum don tabbatar da ingancinsu ba, a karshe yana
haifar da shakku, rashin kulawa, da rashin amincewa ga
.dukkar ka'idodi da dokoki na ruhaniya

Sha'awa da sha'awa

Waɗanda ke fama da wannan cuta suna rayuwa a
banza, rayuwa mara ma'ana saboda suna da kuɗi da lokaci

da yawa, kuma saboda ba su da manufa da fahimtar rayuwa
.yadda ya kamata

Wadannan mutane sha'awarsu ce ke motsa su; suna yin
duk abin da ya zo musu a rai kuma suna faranta musu rai.

Suna cika rayuwarsu da littattafai masu rahusa, marasa
amfani, fina-finai masu ban sha'awa, da nishadi marasa
amfani. Ba sa fahimtar cewa suna fama da wannan cuta mai
hadari har sai sun fuskanci babban girgiza ko raunin jijiya -
.wato, bayan an gama lalacewar
sanyin hankali

Wannan yanayin yana da wani suna: yanke kauna
Mutum ba ya taba sanin lokacin da zai buge kuma yana
fama da alamunsa masu ban tausayi, kamar rashin bege,
rashin hakuri, damuwa, da rashin hakuri Mafi muni kuma,
sau da yawa yana tsawaitawa, kuma wadanda abin ya shafa
sau da yawa suna sake dawowa cikin sauki, koda kuwa sun
.yi imanin sun warke cikin sauri
Ciwon kwakwalwa

Wannan rashin lafiya yana faruwa ne ta hanyar damuwa
ta yau da kullun game da duniya. Wadanda ke fama da ita
galibi suna sakaci da amfani da makamin karfinsu don haka
suna mika wuya ga tsoronsu na yau da kullun maimakon
fuskantar su da karfin hali da kawar da su a lokacin
.kuruciyarsu

rashin haɗin kai na tunani

Wadanda wannan cuta ta shafa suna zama masu bin
diddigin farin ciki. Suna imani da cewa farin ciki yana cikin
tara dukiya, samun suna, ko mallakar lafiya ko iko, suna
sadaukar da komai—lafiya, kyakkyawan suna, kwanciyar
hankali, girmamawa, da mutunci—a kan bagadin burinsu
mai zafi. Sun makara, sun fahimci cewa rayuwa mai daidaito
ce kawai, wacce ke girmama dokokin yanayi da ka'idodin
Allah, kuma tana daidaita ayyuka da natsuwa, za ta iya kawo
.farin ciki na gaske da kuma cika manufar rayuwa mai daraja

Wadanda ke fama da rashin lafiyar alakar da ba ta da

kyau suna shagaltuwa da tunanin sha'awa mara iyaka,
wanda ke haifar da ra'ayi mara kyau game da rayuwa.

Misali, wani ɗan kasuwa ya sami babban nasara kuma ya
tara dukiya, amma kafin ya ji daɗin dukiyarsa, ya sami rauni
a cikin juyayi saboda damuwa da tsoro mai yawa, kuma ya
.mutu cikin bakin ciki

Wasu kuma sun yi imanin cewa komai ya halatta domin
cimma burin. Saboda wannan rudanin, sun rasa ainihin
manufarsu kuma ba sa iya cimma ko da karamin gamsuwa,
koda kuwa suna da waɗannan abubuwan da suke fata,
domin yanayin ɗan adam yana da faɗi kuma yana da fuskoki
da yawa kuma yana buƙatar daidaiton ci gaba a kowane
.mataki

Mannewa ta ruhaniya makaho

Wannan tsattsauran ra'ayi na wasu imani ya samo asali
ne daga manne wa takamaiman ra'ayoyi da ra'ayoyi ba tare
da yin tambaya ko bincika su ba, don haka yana haifar da
fushi da kiyayya ga duk wani ra'ayi na ruhaniya mai kyau ko
tunani mai buɗewa da 'yanci. Wannan kebewa yana haifar
da tawaye ga dokokin Allah, waɗanda ke bayyana a cikin
ingancin tunani, jin daɗin duniya, lafiyar hankali da ta jiki, da
.kauna da girmamawa ga mutane na kowane asali

Koyar da ka'idodin ruhaniya

Saboda cututtukan jiki suna da sauƙin gani, masu zafi,
kuma marasa daɗi, suna karfafa mu mu yi tsayayya da su
sosai, suna sa mu yi koƙarin shawo kansu ta hanyoyi daban-
daban na magani, daga motsa jiki da abinci mai kyau zuwa
magunguna da magunguna daban-daban. Duk da haka,
cututtukan tunani, duk da cewa su ne tushen dukkan ciwo da
tsoro na ɗan adam, ba a hana su ko magance su da
gaggawa ba, kuma ana barin su su haifar da barna da lalata
.a rayuwarmu

Malamai, malaman ilimin motsa jiki, masu wa'azi, masu gyara, likitoci, da 'yan majalisa za su iya ci gaba da ci gaba idan suka fara koyo, suna farawa da kansu, sannan su koya wa wasu hanyoyin da suka dace don haɓaka ɗabi'ar ɗan adam cikin daidaito da jituwa, daidai da dokokin rayuwa da ka'idodin rayuwa mai lafiya Wannan shine ingantaccen ilimi da al'adun ɗan adam da mutane a ko'ina cikin duniya ke .bukata

Cibiyoyin ilimi suna ganin ba zai yiwu a koyar da muhimman abubuwa na ruhaniya a makarantun gwamnati ba saboda ruɗani da ake gani tsakanin waɗannan ka'idodi da kuma koyarwar addinai daban-daban. Duk da haka, idan waɗannan cibiyoyi suka mai da hankali kan ka'idodin zaman lafiya, kauna, hidima, bangaskiya, buɗe zuciya, da kuma karɓar wasu—waɗanda suka kasance masu karfi a ruhaniya —kuma suka kirkiro hanyoyin aiki don dasa waɗannan ka'idodi a cikin kasa mai albarka ta tunanin yara da rayukansu, za a iya samun mafita mai ma'ana kuma mai karɓuwa ga wannan wahalar da aka yi zato da kuma wadda aka yi zato. Babban kuskure ne a yi watsi da wannan batu .kawai saboda matsalolin da ake fuskanta da shi Yawancin waɗanda suka kammala karatun jami'a suna barin jami'a da kawunansu masu nauyi da kumbura daga abubuwan da ke cikin littattafai har da wuya su iya tafiya a kan hanyoyin rayuwa, domin karfin zuciyarsu da kamun kansu sun kusa gurgunta saboda sakaci da rashin amfani da su. Saboda haka, za ka gan su suna yin abin da ba shi da kyau da kuma lalacewa, suna gaggawa cikin rashin daidaiton aure, suna amfani da jima'i ba daidai ba, suna bin kuɗi, kuma suna faɗuwa a ayyukansu saboda ba su koyi yadda ake amfani da wuka mai kaifi na basirarsu da aka inganta a fannin ilimi ba. Sakamakon haka, suna yanke kansu suna .cutar da kansu

Abin mamaki, matasa da yawa suna jin daɗin yin ayyukan da ke kawo musu lahani da wahala. Wasu suna

amfani da sata da sauran munanan ayyuka, har ma da laifuka, ba tare da wani katangewa ko hana su ba. Waɗanda suka kasa hana yaɗuwar munanan ayyuka a cikin al'umma suna karfafa halayen wasu marasa kyau. Kowane mutum mai lamiri da imani na gaske ya kamata ya zama kyakkyawan misali ga wasu dangane da gaskiya, gaskiya, mutunci, da girmama kai. Makarantu, kwalejoji, jami'o'i, da cibiyoyin zamantakewa ba sa samar da isassun hanyoyin kimiyya don rage laifuka ta hanyar magance tushen abubuwan da ke haifar da su, waɗanda galibi ake samu a .cikin tunani

Ya kamata a kuma kafa makarantu na musamman domin koyar da fasahar rayuwa mai farin ciki da nasara, don .haɓaka damar mutum da kuma haɓaka iyawarsa Irin waɗannan makarantu za su kasance kamar lambuna da wuraren shakatawa inda hankalin matasa ke girma da bunkasa. Dole ne a zaɓi masu ilimi a hankali kuma a tabbatar da cewa suna da haɗin gwiwar iyaye da al'umma. Waɗannan makarantu za su taimaka wajen tsara mutane yadda ya kamata. Dole ne a tuna cewa abincin ruhaniya na mutum a farkon matakinsa yana kayyade lafiyarsa da ikonsa na girma daga baya Hanyoyin horar da hankali da na jiki da ake amfani da su a makarantun zamani babu shakka suna da amfani, amma ba su da tushe na ruhaniya Idan ba tare da haɓaka dabi'a mai kyau ba, ci gaba ba zai cika ba Dole ne a koyar da ilimin ci gaban jiki, tunani, da ruhaniya ga matasa waɗanda hankalinsu har yanzu yana da taushi da sassauka kuma waɗanda ba a taɓa amfani da .ikonsu ta wasu hanyoyi ba tukuna Bayan cikakken horo, d'aliban waɗannan makarantu ya kamata su yi gwaje-gwaje masu zurfi akai-akai, kuma takaddun shaidar da aka samu za su kasance lafiya mai kyau, suna mai kyau, inganci, wadata ta duniya da ta .ruhaniya, farin ciki, nasara, da kuma amincewa da kai

Za a tantance sakamakon jarrabawar karshe a karshen
wannan tafiya ta duniya bisa ga jimillar nasarorin tunani da
na ruhaniya da takaddun shaida da aka samu a lokacin
.kananan gwaje-gwajen a tsawon rayuwa
Wadanda suka yi fice a wannan jarrabawa ta karshe,
mafi girma za su sami takardar shaidar wadatar kai da kuma
.lamiri mai 'yanci, tsarkakakke, da farin ciki
Kuma albarkatu an rubuta su har abada a shafin rai
Ba za a yi amfani da wannan kyautar da ba kasafai ake
samunta ba ta hanyar kwari
Kuma hannun farayi ba zai kai gare shi ba
Ko kuma lokaci zai goge shi
Zai yi aiki a matsayin fasfo
Domin zama memba na girmamawa a cikin Righteous
Group

Ina farin ciki yake?
**Allah, cikin rahamarsa mai girma, ya bamu farin
ciki da wahayinsa**
Kuma yana bamu rayuwa ta gaske
Hikima ta gaskiya
Kuma farin ciki na gaske
**Fahimtar gaskiya tana zuwa ne ta hanyar dukkan
abubuwan da suka faru a rayuwarmu daban-daban**
**Amma daukakar Allah tana bayyana ne kawai a
cikin kwanciyar hankali ta ruhaniya da rai ke fuskanta
da kuma kokarin da hankali ke yi na daidaita da Shi. A
can, muna tsaye fuska da fuska da gaskiya a waje,
rudu suna da karfi sosai, kuma kadan ne za su iya
tserewa daga tasirin muhallin waje. Duniya ta ci gaba
da rikitarwa marasa iyaka da gwaje-gwaje marasa
adadi. Muryar Allah tana bayan bayyanar rayuwa,
tana kira gare mu koyaushe kuma tana yi mana
magana daga furanni, nassosi, lamirinmu, da kuma**

duk kyawawan abubuwan da ke sa rayuwa ta cancanci rayuwa.

Da zarar mun mai da hankali kan abubuwan waje, haka nan za mu iya samun d'aukaka ta ciki; kuma da zarar mun juya zuwa ciki, da karancin wahalhalun waje da muke fuskanta. Daidaito ce ta dindindin. Amma yawancin mutane ba su fahimci wannan gaskiyar ba saboda tasirin abota ta duniya, al'ummar da suke rayuwa a ciki, da halaye marasa kyau. Al'umma tana sa mutum ya nutse cikin al'amuran waje, yana hana shi yin tunani game da gaskiya mai zurfi.

Har ma wurare na ruhaniya wasu suna ziyartar su ba tare da sha'awar gaske ta amfana daga yanayinsu mai albarka ba, don haka ba sa samun wani abin lura daga waɗannan ziyarar.

Duk wanda yake son ganin Allah zai same shi a ko'ina. Halayen ɗan adam suna da barna, masu cin nama, kuma masu cin nama; suna lalatawa, suna lalatawa, kuma suna lalatawa. Lokaci ya yi da ɗan adam zai koyi yadda ake farin ciki da gamsuwa da abin da ke da shi. Bai kamata mu so wani abu fiye da abin da ya zo mana ba. Allah mai karimci ne; Ya san abin da muke bukata kuma yana ba da shi a kan lokaci. Wannan ba yana nufin ya kamata mu dogara ga Allah ba tare da yin wani kokari ba. Ba ko kaɗan ba yana nufin ya kamata mu yi iya kokarinmu mu bar sauran ga Allah, wanda ba zai taɓa hana mu abin da muke bukata da abin da muka cancanta ba.

Hanya mafi kyau ta samun farin ciki har abada ita ce jin kasancewar Allah Babban burinmu ya kamata ya zama sanin Allah da kuma kudurin kasancewa tare da shi. Allah ya kamata ya zama na farko a cikin tunaninmu da ji, kuma ya kamata mu yi la'akari da shi ginshiki mafi karfi da karfi a rayuwarmu.

(Don haka ku yi riko da igiyar Allah, ku nemi mafaka a gare shi)

Domin shi ne ginshiki idan duk sauran ginshikai suka gaza ka

Na fahimci cewa manufar rayuwa ita ce sanin Allah. Akwai wadanda ba za su yarda cewa neman Allah shine babban burin rayuwa ba. Amma babu wanda zai iya musanta cewa manufar rayuwa ita ce samun farin ciki. Kuma ina cewa da cikakken kwarin gwiwa da tabbacin cewa Allah shine babban farin ciki. Shi ne babban farin ciki. Shi ne cikakken kauna ta duniya. Shi ne farin ciki na har abada wanda ba ya barin rayukan wadanda suka yi daidai da Shi. Don haka me ya sa ba za mu yi kokari mu sami cikakkiyar farin ciki ba? Babu wanda zai iya ba mu. Dole ne mu ci gaba da noma da kuma kula da shi a cikin kanmu. Karfin yanayi yana kokari ba tare da gajiya ba don bai wa mutane jin dadin duniya, amma irin wadannan jin dadi na dan lokaci a karshe suna haifar da nadama, daci, da nadama. Har ma mutumin da ya fi sa'a, wanda ya yi kama da yana da komai, har yanzu ba zai iya zama mai farin ciki da gaske ba. Ba za su dade da gamsuwa da abubuwan duniya ba saboda wadannan abubuwan ba sa kashe kishirwarsu ta gaske ko kuma su gamsar da yunwar ruhaniyarsu.

Dukiya tana ba da kwanciyar hankali na karya da gamsuwa mai jinkiri. Duniya gaba daya tana cikin rudani da rudani, wadanda sha'awar son kai da kwadayi ke haifarwa. Babu wani abu da ke haifar da yaƙi.

Jarumi na gaske a yakin rayuwa shine wanda ya ci nasara a kansa kuma ya shawo kan sha'awarsa Kudɪ, shahara, sha'awa, da duk abin da ya saba wa wannan ka'ida suna cutar da zaman lafiyarmu da farin cikinmu. Idan mutane suka koyi koyaushe su yi tunani

game da ainihin dabi'un rayuwa, za su sami farin cikin da suke nema, amma sun kauce daga manufarsu kuma guguwar sha'awar duniya ta d'auke su. Na gano cewa babu wata jarabawa da za ta iya karkatar da ni daga hanyar da na zaɓa kuma na bi don kaina.

Zan iya jan hankalin dubbai da ikon da Allah ya ba ni, amma wannan hanyar za ta yi mini illa. Koma dai mene ne, ba na son jan hankalin dubbai da kuma jan hankalin su. Ina so ne kawai in ga almajirai masu gaskiya da suka dage cikin Allah. Waɗanda suke kaunar Allah za su ji daɗin waɗannan ra'ayoyin, kuma waɗanda himmarsu ta ci gaba za su ji albarkar Allah da kasancewarsa ta hanyar waɗannan koyarwar.

Ba zai yiwu mutum ya yaudari Allah ba, domin yana nan a koyaushe, yana sanin abin da ke cikin tunaninsa da abin da yake so. Lokacin da suka yi watsi da duniya suka kuma yi marmarin jituwa ta ruhaniya, Allah zai zo gare su. Lokacin da wannan sha'awar ta yi tushe a cikin zuciyar wanda ke nemanta, Allah ya zo ga wannan zuciyar ya cika ta da alheri da albarka. Abu d'aya tilo da ya cancanci rayuwa a kai shi ne a kasance cikin jituwa da Allah da kuma samun yardarsa. Wannan jituwa dole ne ta zama alkawari na har abada da alkawari mara karyawa (waɗanda suka kiyaye alkawarin Allah kuma ba sa karya ta)

Kowa yana son arziki fiye da wasu Ko da sun same shi, ba sa gamsuwa, suna gano cewa wani yana da wadata. Mutane suna rayuwa cikin ruɗani na wahalar da kansu, waɗanda sha'awarsu ke motsa su. Dole ne mu gamsu da abin da muke da shi. Dukiya ba ta kawo farin ciki ba; maimakon haka, sau da yawa suna kara damuwa, damuwa, da tsoro.

Hanya zuwa ga Allah ita ce hanya mafi sauƙi kuma mafi sauƙi, duk da haka kaɗan ne ke tafiya a cikinta

duk da yawan al'adu da ka'idodi na addini. Ya fi kyau mu juya zukanmu ga Allah mu roke Shi abin da ya fi kyau kuma mafi dorewa a gare mu. A gaskiya, Allah yana jiran mu domin yana son ya nisantar da mu daga mugunta da hadari. Yana son mu tare da Shi a cikin zukanmu da tunaninmu domin kayan duniya masu arha ba za su iya biyan buƙatar ɗan adam ba ko kuma su cike gurbin ruhaniya da muke ji a cikin zuciyarmu. Allah koyaushe yana magana da mu, amma kaɗan ne ke jin muryarsa. Wannan muryar mai natsuwa sau da yawa tana nutsar da ita da hayaniya da sha'awa bayyanannu. Amma lokacin da tunani ya kwanta kuma sha'awa ta natsu, muna jin muryar Allah a sarari, duk da cewa shiru ne kuma ta suma. Hakika, Allah yana yin komai don taimaka wa ɗan adam, yana buɗe kofofi da kuma haskaka hanyoyi domin mu ga inda ya kamata mu taka, kada mu yi tuntube ko zamewa. Amma yawancin mutane ba su fahimci wannan gaskiyar ba.

Ba na son mutane su yi tunanin za su iya samun ilimi kawai ta hanyar sauraron wasu ko karanta littattafai. Dole ne su yi amfani da abin da suka karanta da abin da suka ji. Zuwa wuraren ibada ya fi zama a gida da sauraron hirar banza. Amma ko da a wuraren ibada, dole ne mutum ya ji kasancewar Allah a cikin zuciyarsa kuma ya san yadda zai dandana ta. Fuskantar motsin rai da nazari mai ma'ana ba za su iya ba mu ilimin da rayukanmu ke sha'awar samu ba.

Idan muka miƙa kanmu ga Allah muka yi bankwana da sha'awar son kai, kuma lokacin da muka tabbata cewa Allah yana tare da mu koyaushe, yana zaune a cikin rayukanmu kuma yana yi mana wahayi da tunani da ji nagari da daraja, za mu sami farin ciki da 'yanci, kuma za mu shaida fitowar hikima a sararin samaniyar rai

Ka yi tunani! Shekaru da dama daga yanzu, wanzuwarmu za ta zama mafarki, kuma duk abin da muke yi yanzu zai zama wani bangare na wannan mafarkin Ko da manyan siffofi na ɗan adam za su zama kawai siffofi na sanin ɗan adam. Amma waɗannan manyan siffofi sun cimma burinsu na karshe saboda sun kai matsayi mafi girma kuma suna raye a cikin ruhu, suna da cikakken sani da sanin duk abin da ke faruwa, domin suna da haɗin kai a cikin sanin Allah Duk wanda ya yi kokarin daidaita su ta hanyar tunaninsu da koyarwarsu, ba makawa zai ji kasancewarsu, ya sami albarkarsu, kuma ya san cewa suna cikin haɗin kai da su.

Rayuwa babban mafarki ce Duk da haka, idan ka kalli jikinka yanzu ka gan shi yana da haske da rayuwa, za ka gamsu da gaskiyar wannan mafarkin. Kana tunanin dole ne ka sami wannan ko wancan don ka yi farin ciki. Amma komai yawan buri da ka cika, ba za ka sami farin ciki ta hanyar su ba. Yawan samun mutum, yawan sha'awa. Dole ne a tace sha'awa, kuma a saukaka rayuwa idan mutum yana son rayuwa cikin jin daɗi, kwanciyar hankali, da gamsuwa ta ciki.

Littattafai sun ce mutumin da sha'awarsa ke gudana a ciki koyausha (zuwa ga ransa) mutum ne mai babban kwanciyar hankali a ciki. A cikin wannan, suna kama da teku, wanda ba ya canzawa ko raguwa, amma yana cike da ruwa wanda ke gudana a cikinta ba tare da bata lokaci ba. Amma mutumin da ya kirkiro ramukan sha'awa a cikin tafki na kwanciyar hankalinsa kuma ya bar ruwa mai mahimmanci ya zube ya bace bai san komai game da kwanciyar hankali na ruhaniya da farin ciki na ciki ba.

Muna buƙatar jagora daga waɗanda suka san Allah, waɗanda ke da ikon yin magana da Shi kuma suna jin kasancewarsa cikin sani Annabawa sun roke

mu mu nemi Allah cikin kwanciyar hankali, a cikin kafaici na rai inda ruhu mai aminci da farin ciki na ruhaniya mafi girma suke. Malaman Indiya masu haske kuma suna goyon bayan wadannan ra'ayoyin kuma suna jaddada mahimmancin zurfafa tunani don fahimtar Allahntaka a cikin zurfin rai.

Duk abin da ke wanzuwa girgiza ce kamar rakuman ruwa wanda tunanin Allah ke jagoranta. Wannan girgizar mai hankali ita ce Ruhu Mai Tsarki, ko kuma Ruhu mai aminci, wanda mutum zai iya sadarwa da shi ta hanyar addu'a da bimbini.

A cikin nutsuwar ranka da kuma cikin zuciyarka mai hankali, soyayyar da ke tsakaninka da Allah Mai lko Duk da Mara iyaka ba ta da iyaka. Amma yana da wuya a sami Allah idan muka fara neman kuɗi. Dole ne mu sanya Allah ya zama muhimmin ɓangare na rayuwarmu, sannan za mu sami duk abin da muke bukata a wannan rayuwar. Duk wanda ya sanya Allah ya zama wurin zama na dindindin a cikin zuciyarsa, Allah zai ba shi rabo mai yawa na albarkar duniya da sama, ya kuma buɗe musu manyan sararin samaniya inda ranakun hikima ke haskakawa, yana haskaka hanyoyinsu da kuma kawar da duhun da ke kewaye da su. Allah shi ne mai kauna har abada, kuma babu farin ciki ga ɗan adam sai lokacin da suke kaunar Allah kamar yadda suke kauna - akalla - kaunatatunsu mafi kauna, domin ba tare da Allah ba, da ba mu san ainihin kauna ba, kuma ba za mu ɗandana zakinta ba.

Dole ne mu koyi amfani da nufinmu da kuma mai da hankalinmu ga neman Allah da dukkan zukatanmu Ayyukan ɗan adam sha'awa ne ke jagoranta, kuma wadannan halaye koyaushe suna tilasta mana mu yi abin da ba ma so mu yi. Hakika, mutum makiyinsa ne, ba shi da masaniya game da shi. Bai san yadda zai

zauna a natse ba, kuma bai kebe lokaci ga Allah ba, duk da haka yana son farin ciki da tabbacin shiga Aljanna ba tare da bata lokaci ba. Ba za a iya samun gogewa mai tsarki ta hanyar karanta littattafai, sauraron wa'azi, ko yin ayyukan alheri ba. Babu shakka wadannan duk suna da amfani, amma ba su isa ba. Isa ga Allah yana buƙatar mai da hankali sosai da tunani mai zurfi.

Dole ne mu fara neman yardar Allah. Ba za mu iya faranta wa kowa rai ba, domin hakan ba zai yiwu ba. Ina kokarin kada in bata wa kowa rai. Ina yin abin da zan iya, kuma shi ne abin da zan iya yi. Manufara ɗaya tilo ita ce in faranta wa Allah rai. Ina amfani da hannuwana don yin addu'a a gabansa cikin tawali'u, kafafuna don nemansa a ko'ina, da kuma tunanina don tunaninsa da kuma yin tunani game da al'ajibainsa. Dole ne Allah ya kasance a matsayi na farko a cikin zukanmu domin mu iya dandana Shi a matsayin zaman lafiya, kauna, fahimta, kirki, tausayi, da hikima. Wannan, ba wani abu ba, shine abin da na zo don shaida muku kuma in yi muku magana game da shi.

Baya ga tunani, ya kamata mutum ya kasance mai kyakkyawar alaƙa da mutane, bai kamata mu bi mutane ba, sai dai mu bi Allah. Idan ka sami fa'ida a cikin wadannan tunanin, ka ɗauke shi a matsayin albarka daga Allah, domin duk yabo naSa ne, ka raba su da wasu domin su sami abin da ka samu a cikinsu (Kuma game da falalar Ubangijinka, ka yi magana a kai) Kuma kada ka manta da taimaka wa wani kowace rana gwargwadon iyawarka. Muddin ina da kuɗi a aljihuna, ba zan daina bayarwa ba, domin tushena mai karewa kuma mai gudana koyaushe shine Allah.

A karshe, dole ne mu san Allah kamar yadda manyan mutane suka sani. Wannan yana yiwuwa ta hanyar tunani da kokarin kanmu.

Wata rana, ina tafiya a wajen gidan ibada, ina tunanin babban malamina, Sri Yuktiswar, wanda ya rasu shekaru da yawa kafin na ji wani babban sha'awa a gare shi kuma ina bakin ciki cewa bai kasance tare da ni don jin dadin kyawun da yanayin gidan ibada ba. Nan da nan, ya bayyana a gare ni daga sama ya ce, "Kana tsammanin kai kadai ne ke jin dadin wannan kyakkyawan wuri? Ina jin dadinsa kamar kai!"

Mai neman hadin kai da Allah dole ne ya yi kokari ta hanyar yin bimbini da kaunarsa a kullum, da kuma fadada wannan kaunar ga kowa. Wannan ita ce hanya daya tilo ta kawar da rikici Hadin kai na ruhaniya yana da mahimmanci Ba tare da ainihin ruhaniya ba, babu farin ciki na mutum daya ko na duniya.

Farin ciki yana fitowa ne daga jin kusanci da Allah Dan Adam ya daure kansa a bayan sandunan jahilci, kuma lokaci ya yi da za a 'yanta kansa daga wannan gidan yari mai wulakanci. Dole ne a juya hankali zuwa ga Allah koyaushe, komai yanayin, sannan za ku ji dadin kwanciyar hankali da farin ciki mai girma.

Wadanda ke sha'awar Allah kuma suka sadaukar da rayuwarsu gaSa, suna karfafa junansu da kuma wayar da kan junansu, kuma suna tunawa da Allah a koyaushe, su ne masu farin ciki a wannan duniya kuma masu cin nasara a cikin ni'imar Lahira.

Salam alaikum barka da warhaka

Labulen zai tashi ya share ya tafi

Kowannenmu an halicce shi cikin siffar Allah Mun fito ne

daga Ruhunsa na Allah, kuma ainihinsa yana zaune a

cikinmu cikin dukkan tsarkinsa, ɗaukakarsa, da kuma ni'ima mafi girma. Wannan gado mai tsarki sansanin soja ne da ba za a iya kwacewa ba. Domin mutum ya la'anci kansa a matsayin mai zunubi, yana bin hanyoyin zunubi, yana ɗaya daga cikin manyan zunubai. Domin ta yin hakan, suna la'antar kansu ga rashin taimako, yanke kauna, da rashin iya tashi da hawa. Gaskiya ne cewa mutum zai iya aikata ayyuka da suka saba wa dokokin halitta da na Allah, amma dole ne su canza hanya nan take su juya zuwa ga hanya madaidaiciya. A cikin tsattsarkar dabi'arsu, mutum haikali ne .mai tsarki, kuma Ruhun Allah yana zaune a cikinsu Dole ne mu riƙa tunawa cewa Allah yana ƙaunarmu ba tare da wani sharaɗi ba. Amma tunda ya ba mu cikakken zaɓi na kusantarsa ko kuma mu juya baya gare shi, yana jira .mu bayyana sha'awarmu ga ƙaunarsa kafin ya zo gare mu Na taɓa jin muryarsa tana raɗawa yayin bimbini: “Kana cewa ba na tare da kai, amma ba ka duba ciki ba, ban taɓa barin ka ko da na ɗan lokaci ba. Shiga haikalin rai kuma za ka gan ni domin koyaushe ina nan, in karɓe ka in gaishe ka ”.da gaisuwar ƙaunar Allah Gaskiya mai zurfi tana da mahimmanci a kan hanyar ruhaniya. A cikin tsarki da gaskiya, alfijir na rai yana .bayyana

Hikimar ɗan adam ba komai ba ce idan aka kwatanta ta da Allah. Hanya ɗaya tilo da za mu iya kusantarsa ita ce ta .hanyar ba shi irin wannan ƙaunar da yake ba mu Kowa zai sami ceto daga ƙarshe, amma waɗanda suka faɗi a hanya za su faɗa cikin ramin rashin kulawa Rashin nuna damuwa yana hana mu fahimtar mahimmancin neman Allah a yanzu, a wannan lokacin Duniyar mu mai girma, tana shawagi a sararin samaniya, da kuma asalin ɗan adam ɗinmu, ba a ba mu mu yi shekaru kaɗan a nan ba sannan mu ɓace cikin komai. Maimakon haka, an yi mana nufin mu

yi tunani sosai mu fahimci asirin rayuwa. Rayuwa ba tare da fahimtar manufar rayuwa ba wauta ce, wauta ce, kuma bata lokaci. Sirrin rayuwa ya kewaye mu a kowane gefe, kuma .Allah ya ba mu hankali don nemo mafita

A cikin neman soyayya mai dorewa da nake yi, na fahimci cewa Allah yana kaunata ta kowace hanya da ake iya tunani, Yana kaunata a matsayin uwa, uba, da aboki Na nemi wannan aboki na har abada fiye da dukkan ,abokai

Kuma game da wannan babban masoyin da nake gani yanzu yana haskakawa a kowace irin fuska da fuska mai kauna Wannan abokin Allah bai taɓa bani kunya ba, kuma bai taɓa bani kunya ba

Allah ne ke bayan duk abin da ke wanzuwa. Ya kamata mu girmama iyayenmu mu kuma yi musu alheri, amma dole ne mu kaunaci Allah da dukkan zukanmu da rayukanmu. Dole ne mu fahimci muhimmancin muhimmiyar alaƙa da Shi, .ba tare da bata lokaci ba

Idan muka yi barci, ba mu san ko za mu farka ko a'a ba. Muna barin wannan duniya ɗaya bayan ɗaya. Amma wannan tunanin bai kamata ya haifar da damuwa ba. Idan muka mutu, ana kiranmu da a sake haifarmu a duniya, mu fara .sabuwar rayuwa daga inda muka tsaya a cikin wannan

Ina ganin rayuwa a matsayin samuwar rakuman ruwa da wargajewa a saman teku. Rakuman ɗan adam suna tashi daga saman teku na allahntaka a lokacin haihuwarsa, kuma a lokacin mutuwa, suna hutawa a cikin zuciyar Allah. Na fahimci wannan gaskiyar kuma na san cewa ba zan taɓa mutuwa da gaske ba, duk da mutuwar jiki. Ko ina hutawa a cikin teku na ruhun allahntaka ko ina farkawa a cikin jiki na zahiri, ina ɗaya da teku na sararin samaniya. Ba za a iya samun babban farin ciki a duniya ba. A lokaci guda kuma, ba mu da buƙatar guduwa cikin daji don neman manufa. Za mu iya samun Allah a cikin wannan daji na rayuwar yau da kullun—a cikin zurfin kogon shiru

Mutane na iya yin kurakurai da yawa, amma an kera su cikin siffar ruhun allahntaka Allah ya halicci wannan duniyar mafarki ta jin daɗin duniya don manufa ɗaya kawai: domin ɗan adam ya fahimci cewa kawai wasan kwaikwayo ne na sararin samaniya, ya bar ruɗani, ya kuma kaunaci Allah shi kaɗai. Wannan ita ce gaskiya, kuma ba za ta iya zama akasin haka ba. Me ya sa Allah ya halicce mu mu kaunaci 'yan uwanmu kawai don mu ga sun rabu da mu ɗaya bayan ɗaya? Waɗannan abubuwan suna faruwa ne don mu fahimci cewa Allah ne yake kaunarmu da gaske, fiye da duk .waɗanda muke kauna

Rayuwa jerin hotuna ne masu motsi, amma wannan gaskiyar tana da wuyar fahimta domin rudu suna kama da na gaske kuma gaskiya suna kama da rudu. Duniya tana bacewa daga saninmu kowace dare yayin da muke barci, watakila don mu fahimci cewa sararin samaniya na zahiri ba .na gaske ba ne

Wannan darasin barci bai zo don ya tsoratar da mu ba, sai dai don ya sa mu yi sha'awar gaskiyar Allah. Babu abin da zai gamsar da rai sai Allah da kaunarsa. Ruhun Allah gaskiya ce marar misaltuwa. Babu wani abu kamar ba gaskiya ba ne, kuma abin da yake na gaskiya ba zai iya zama ba gaskiya ba. Masu hikima sun fahimci wannan .gaskiya mai haske

Shekaru da yawa na rayuwarmu sun shude, kuma shekaru, makonni, kwanaki, da sa'o'i ne kawai suka rage. Me yasa muke batar da lokaci akan abubuwan da ba su da amfani? Ya kamata mu yi sha'awar mu haɗu da Allah dare da rana, kuma mu kasance da gaskiya a cikin wannan sha'awar kafin lokacin da aka kayyade na rayuwa ya kare kuma mu bar wannan duniyar ba tare da yin wani abu mai .mahimmanci ba

A daidai lokacin, na ga babban hasken Allah yana lulluɓe dukkan halittu. Abin farin ciki mai girma! Wannan !abin mamaki ne

Ya Allahna, ina gode maka kuma ina yi maka sujada
saboda waɗannan ni'imomin da yawa na jin kasancewarka
Albarka ga kowa ta wannan hanyar, domin mu fahimci
cewa Kai ne gaskiya ta karshe a duniya kuma Kai ne babban
.burinmu, wanda babu wani buri da ya wuce haka

Dole ne mu kaunace Shi kuma mu yi masa magana a
kowane dakika na rayuwarmu—a wurin aiki da kuma a
hutawa, a cikin motsi da natsuwa—da addu'a mai zurfi da
kuma sha'awar da ke konewa. Sannan za mu ga labulen
mafarki yana tashi ya bace. Allah yana tare da mu a kowane
lokaci na rayuwarmu. Waɗanda suka yi tunani kuma suka
daidaita da Shi suna ganin Shi a cikin kyawun furanni, da
kuma kyawawan rayuka, da kuma kyawawan motsin rai, da
kuma kyawawan mafarkai. A karshe, zai fito daga bayan
:mayafin da ke da kauri ya ce wa duk mai neman gaskiya

Mun daɗe muna rabuwa saboda ina so ka ba ni"
kaunarka da son rai, na halicce ka cikin kamannina, kuma na
jira har sai ka yi amfani da 'yancinka ka ba ni kaunarka da
".yardar kanka

Dole ne mu roki Allah ya ba mu kyautar kaunarsa ta har
abada, amma wa zai iya samun wannan Allah mai kauna ba
tare da kokari ba? Idan ka yi kokari kashi 25 cikin 100 na
kokarin, sauran ya rage ga Allah da jagoran ruhaniyarka, ban
roki komai a gare ni ba, domin duk yabo na Allah ne, tushen
dukkan alheri da alheri. Allah ya raka ka, saninsa ya kasance
tare da kai, kuma ka ga yalwar kasancewarsa a cikinka da
.kewaye da kai

Allah ba ya amsa mana nan take domin muna jinkirin
nuna yadda muke sonSa. Bai kamata mu ji tsoron
kusantarSa ba, sai dai mu ɗauke Shi namu, kaunataccenmu,
mu kuma neme Shi ba tare da bata lokaci ba da tunaninmu,
ayyukanmu, zukanmu, da tunaninmu, kuma za mu same
Shi mafi girman mafaka ta tsaro da zaman lafiya a wannan
.rayuwa

Ya Ubangiji, ina ba ka wannan tarin kyawawan rayuka,
domin su kawata haikalin kasancewarka. Ka raka wadannan
rayuka, wadanda su ne iyalinka da kaunatatunka. Muna
rera sunanka mai albarka. Ka wargaza duhun jahilci da
haskenka mai tsarki. Ka kore duhun daga zukatanmu da
hasken kasancewarka mai haske, mara iyaka. Mu naka ne,
duk abin da muke ciki. Ka bayyana mana kanka, Ya
Ubangijin Girma da Falala. Ka albarkaci kowannenmu. Ka
karɓi radadɗen tunaninmu na sha'awa da bugun zuciyarmu
na kauna. Gare ka muna ba da dukkan kauna, girmamawa,
da bege, domin kai ne Masoyinmu kuma duk abin da muke
.da shi a cikin wannan duniyar
Albarkace mu da alherinka Ka rushe ganuwar sha'awa
da ta raba mu da Kai Ka zama Sarki mai tsarki da ke kan
dukkun burinmu Ka haskaka darajarka a cikin fadin duniya
Ka albarkace mu duka Ka cika mu da kamshin kasancewarka
Ka kuma sa mu kara fahimtar cewa koyaushe kana tare da
mu, Kana tare da mu yanzu, Kuma Za Ka kasance tare da
mu har abada
Muna gode maka saboda alheri da kaunar da ka yi wa
mabiyanka masu himma wadanda ke sha'awar kusancinka
kuma suna jiran kasancewarka. Muna fatan da'irar
almajiranka za ta karu domin mu yi bikin kasancewarka mai
.albarka da kuma farin ciki da kusancinka
Allah ya albarkace mu domin mu buɗe zukatanmu ga
junanmu mu kuma tsarkake niyyarmu, domin mu cancanci
kariya da kulawarku Bayyana kanku, a ciki da waje Ku haɗa
mu duka, kuma a cikin hasken wannan haɗin kai, bari mu
.gane wanzuwarku ta musamman
Da gaskiyar zukatanmu da haɗin kai da kuma sha'awar
rayukanmu masu jituwa, muna yin sujada a gabanka, muna
neman taimakonka, shiriyarka, da kuma sanin kasancewarka
.a cikin rayukanmu akai-akai

Bari wutar soyayya ta har abada ta yi haske a cikin
zukatanmu, kuma mu ji kusancinka gare mu yanzu da har
!abada, Ya Ubangijinmu, Ya Masoyinmu

Babban sha'awa da kwayoyin tunani

Girman Allah Mai Girma Shi ne ainihin gaskiya
kuma ana iya samunsa a wannan rayuwar A cikin
zukatan mutane akwai addu'o'i da roko da yawa: don
kudi, shahara, lafiya—addu'o'i iri-iri Amma addu'ar da
ya kamata ta zama ta farko a kowace zuciya ita ce jin
kasancewar Allah Yayin da muke tafiya cikin hanyoyin
rayuwa cikin shiru da tabbaci, dole ne mu fahimci
cewa Allah shine babban burin da zai iya gamsar da
mu kuma ya cika mana burinmu, domin a wurin Allah
ne amsar kowace sha'awar zuciya take.

Idan ba za ka iya cika buri ta hanyar kokarinka ba,
sai ka koma ga Allah cikin addu'a. Don haka, kowace
addu'a da ka yi tana bayyana wani boyayyen sha'awa
a cikinka. Amma idan ka sami Allah, dukkan buri za su
shufe, kuma dukkan buri za su cika.

Sha'awar duniya ta samo asali ne daga rashin
fahimta game da manufar rayuwa Wannan duniya ba
gidanmu na gaskiya ba ne Littattafai suna gaya mana
cewa mu na Allah ne, an hali cewa mu cikin siffarsa,
kuma nufinsa shine mu koma ga asalin Allah Abin da
ɗan adam ya kasa fahimta shi ne cewa sai dai idan ya
koma ga tushensa na allahntaka, za a tilasta masa ya
yi gwagwarmaya don cika sha'awa marasa adadi Ka yi
tunanin hakan! Gaskiya ne cewa mutane ba za su iya
taimakawa ba sai dai su sami sha'awa, kuma babu
laifi a samun su Duk da haka, yawancin sha'awar ɗan
adam suna hana cika burin karshe na komawa ga
Allah. Don haka, suna cutar da farin cikin ɗan adam.
Sai dai idan ɗan adam yana son Allah kuma ya same
shi, zai ci gaba da konewa da sha'awar duk abin da

yake tunanin zai kawo masa farin ciki. Amma cika duk sha'awa nan take yana zuwa ga wadanda suka sami Allah.

Akwai nau'ikan sha'awa guda biyu: wadanda ke taimaka mana mu sami Allah, da kuma wadanda ke hana mu nemansa. Misali, idan wani ya yi maka laifi, za ka iya jin sha'awar d'aukar fansa. Duk da haka, idan ka shawo kan wannan sha'awar ta hanyar amfani da mafi girman iko na kauna, za ka yi amfani da kayan aikin da zai taimaka maka ka sami Allah. Ya kamata a cika dukkan sha'awa ta hanya mai kyau, domin idan aka cika su ta hanyar duniya, sha'awa za ta karu, tare da matsaloli da wahala. Idan muka koyi bayar da duk sha'awarmu ga Allah, zai yi aiki don cika kyawawan sha'awarmu da kuma kawar da wadanda ke cutar da mu da kuma wadanda ke lalata mu. Babu wata kariya mafi girma fiye da lamiri mai tsabta, kuma babu wata kariya mafi kyau daga bugun rayuwa fiye da mallakar sha'awa mai daraja da d'aukaka.

Idan muka fahimci cewa cikakken siffar Allah yana zaune a cikinmu, dukkan burinmu suna cika a cikin wannan sani mai tsarki, wanda ya fi dukkan taskokin duniya da wadata, ba za ka girgiza ba ko da an ba ka duniya gaba d'aya. Babu yabo da zai sa girman kai a cikinka, kuma ba zai zarge ka ba, domin za ka dandani farin cikin Allah a cikin kanka, kuma wannan zai zama mafi muhimmanci a rayuwarka.

Ya kamata mu fara neman jagorancin Allah a kokarinmu na cimma burinmu na halal, kuma wannan ita ce hanya mafi kyau ta samun amsoshin duk addu'o'inmu. Amma dole ne a kawar da addu'a daga addu'a. Dole ne tsohuwar hanyar addu'a ta canza, kuma dole ne mu juya ga Allah da cikakken aminci da imani mara misaltuwa cewa yana jin mu kuma zai biya bukatunmu. Allah ba ya son mu bar nufinmu - ko da

lokacin da muka yi addu'a gare shi - domin wannan nufin shine mafi tamani da muka samu daga hannunsa mai kyau, wani hakki mai tsarki da ya nufa a gare mu tun lokacin da aka halicce mu.

A dabi'ance, dole ne mutum ya bambanta tsakanin addu'o'i masu ma'ana da marasa ma'ana da kuma sha'awa. Ka tuna cewa sha'awa iko ce; idan ka manne wa sha'awa—ko mai kyau ne ko mara kyau, mai amfani ko mai cutarwa—ka kuma zauna a kanta dare da rana, daga karshe zai faru. Saboda haka, ya kamata mutum ya yi taka tsantsan kuma ya guji rike sha'awa masu cutarwa, domin za su cika kuma za su kawo musu babbar illa da bakin ciki mara misaltuwa.

Bayan lokaci, za ku ga cewa duk da cewa sha'awarku ta cika, zuciyarku ta kasance fanko, kuma za ku fuskanci tawaye na ciki. Ka yi tunanin tsarin narkewar abinci yana da rauni, duk da haka kuna sha'awar abinci mai soyayye. Tabbas, za ku ji zafi duk lokacin da kuka ci su, duk da jin daɗin da kuke ji yayin da kuke jin daɗi. Don haka, za ku ji kamar kun yi kuskure. Hikima tana umurta ta amfani da hankali don bambance tsakanin sha'awa mai kyau da mara kyau, kuma da zarar an cimma wannan, bai kamata a cika waɗannan sha'awa marasa kyau ba. Mutane suna da ikon fahimta na ciki kuma ya kamata su yi amfani da shi koyausha, suna jagorantar rayuwarsu bisa ga umarnin lamiri, wanda shine muryar Allah.

Sha'awar da ba a cika ba ta daɗe a cikin zuciya. Menene illar da ke tattare da rike su a can? Ga amsar:

Kowace sha'awa tana kunshe da takamaiman karfi: ko dai nagari ko mugunta, ko duka biyun Lokacin da mutum ya mutu - Allah Ya yi masa rahama - waɗannan karfi ba sa mutuwa duk da rubewar jiki da rubewa. Maimakon haka, suna raka rai duk inda ya je a cikin nau'in kwayoyin ruhaniya masu karfi. Lokacin

da aka sake haihuwar mutum a cikin sabon jiki, wadannan kwayoyin ko allunan sihiri suna bayyana a matsayin halayen dabi'a. Don haka, mutumin da ya mutu yana maye yana kawo sha'awar barasa lokacin da aka sake haifa, kuma wannan sha'awar ta ci gaba har sai sun shawo kan sha'awar barasa. Wannan ya shafi wasu abubuwa kuma.

Ko da kananan yara suna nuna halaye da aka samu daga rayuwar da ta gabata Wasu yara suna fama da tsananin fushi Wasu kuma suna da mummunan fushi Tabbas, Allah bai hali ce su ta wannan hanyar ba sha'awar da ba a cika ba daga rayuwar da ta gabata ta tsara wadannan halaye na tunani, kuma saboda su, rai yana kama da wani abu mai ban mamaki, duk da cewa an hali ce shi cikin siffar Allah tsantsa. Idan siffar Allah ta lalace a cikin mutum a wannan rayuwar, ko ta hanyar fushi, tsoro, ko sha'awa, kuma ba a shawo kan wadannan halaye yanzu ba, to za a sake haifar su da su (ko kuma za a sake haifar su da su), suna daukar nauyin wadannan halaye masu ban tausayi har sai sun shawo kansu a cikin wannan ko kuma nan gaba. Babu hanyar tsira daga gare su har sai an shawo kansu.

Saboda haka, ya fi kyau a cika dukkan bukatu yanzu ko a shawo kansu

Hanya mafi kyau ta kawar da irin wadannan sha'awa har abada ita ce ta hanyar jin daɗin Allah mafi girma In ba haka ba, wadannan sha'awar da aka danne da kuma sha'awar da ba a cika ba za su mamaye rai kuma su azabtar da shi.

Dole ne mutum ya fahimci, ta hanyar fahimta da hikima, cewa Allah kadai ne ke iya bayar da farin ciki mai tsarki da dorewa

A mafi yawan lokuta, sha'awa tana boye a cikin rashin sani. Za ka iya tunanin sun bace, amma ba su

bace ba; wannan ɗaya ne daga cikin sirrin rayuwa, wanda shi kansa babban asiri ne.

Amma asirin yana bacewa lokacin da muka yi nazarin rayuwa muka yi tunani game da ma'anarta. Idan za ka zauna shiru na ɗan lokaci kowace rana ka binciki kanka, za ka ga kana da sha'awa da yawa da ba a cika ba. Waɗannan sha'awa suna kama da kwayoyin cuta masu kisa da mutum ke ɗauke da su duk inda ya je, a wannan rayuwa da kuma a nan gaba.

Hanya mafi kyau ita ce a gano - ta hanyar zaɓi mai kyau - sha'awar da ke cutarwa a wannan rayuwar kuma a mai da hankali kan cimma kyawawan sha'awarka. Idan ka ji sha'awar kashe kanka ko yin wani abu mara kyau, dole ne ka kore wannan sha'awar yanzu. Ka gamsu da kanka, a cikin tunani da aiki, cewa kana da walikiyar allahntaka a cikin ranka, kuma ka tuna cewa an haliƙƙe ka cikin siffar Mai Iko Dukka, don haka kana da ikon wuce yanayin jiki da halaye na jiki.

Kada ka shagaltu da jin daɗi kuma ka nisanta kanka daga sha'awa, kuma za ka yi nasara a yaƙin rayuwa. Idan kana fama da ciwo mai tsanani, ka yi iya koƙarinka don ka nisanta kanka daga sanin jiki. Ta hanyar fahimta, za ka iya shawo kan hankula. Fahimtar hikima ita ce wutar da ke kone sha'awa mai cutarwa da sha'awa mai lalata, tana mai da su toka.

Al'ada ce ta gama gari ga mutane su adana tsofaffin abubuwa, da suka tsufa, da kuma waɗanda ba su da amfani a wani kusurwar gida, sannan su tsaftace gidan lokaci zuwa lokaci. Hakazalika, a kusurwar zuciyarka akwai sha'awa da yawa da ke haifar da lahani a boye, wanda zai iya haifar maka da babbar matsala wata rana idan ba ka magance su yadda ya kamata ba.

Binciken kai yana da matukar muhimmanci a kan hanyar ruhaniya. Kuna iya zama masu kiyayya, masu fushi, ko masu saurin fushi. Idan haka ne, waɗannan halaye da aka adana a cikin tunanin ku sakamakon ayyukanku na baya ne. Don share tunanin ku daga wannan kayan daki da suka tsufa, dole ne ku fara da ayyuka masu kyau, masu ginawa da kuma gina kauna ga wasu. Yawan kaunar mutane, yawan kaunar su za su kara kaunar ku, kuma za ku ji kaunarsu. Amma idan kun sukar su, har ma da kanku, za su ji wannan sukar kuma su mayar muku da ita a hankali!

A ce tsohon makiyi ya mutu, amma har yanzu kana rike da kiyayya da kiyayya a gare shi. Za ka sha wahala sakamakon wannan dacin rai, kuma illolinsa za su bayyana a jikinka da tunaninka. Ya fi kyau ka yafe masa saboda Allah, domin ta yin haka, za ka 'yantar da kanka daga mugun sha'awar daukar fansa da ke lalata kwanciyar hankalinka da kuma wargaza natsuwarka. Tattara kiyayya a kan kiyayya, ko mayar da martani ga kiyayya da kiyayya, ba wai kawai yana kara kiyayya ga makiyinka a gare ka ba, har ma yana lalata jikinka da motsin zuciyarka sakamakon haka. Don haka ka yafe da kyakkyawar gafara.

Lokaci zuwa lokaci, dole ne mutum ya bar komai a baya don ya kadaita da kansa, domin ya yi tunani kan manufar rayuwa. Yawancin mutane suna cikin mawuyacin hali na al'adu da salon rayuwa. A zahiri, ba su taɓa rayuwa ta kansu ba, sai dai rayuwar duniya. Menene suka cimma, kuma a ina suka kare?

Saboda haka, yana da kyau mutum ya rika cire kansa daga damuwa da "ayyukan da ke kansa" a kullum domin ya kwantar da hankalinsa ya kuma yi kokarin fahimtar ainihin manufarsa da kuma tantance burin da yake son cimmawa.

Ka tuna cewa babbar shaidar da za ka iya samu ita ce ta lamirinka: muryar da ba ta kuskure ba kuma marar kuskure ta ranka Abin da lamirinka ke gaya maka shi ne wanene kai da gaske, ba tare da ado ko boye sirri ba

Ka yi tunanin ikon Yesu Kiristi wanda ya ce, "Ya Uba, ka yi musu gafara, gama ba su san yadda za su yi abin da ba su sani ba"

Kuma ka yi tunanin babban Annabin da ya ce: "Ba zan gaya maka abin da ke daga darajar mutum ba?" Suka ce: "Eh, ya Manzon Allah" Ya ce: "Ka yi hakuri da wanda ba shi da ilimi a gare ka, ka ba wanda ya hana ka, ka ci gaba da dangantaka da wanda ya yanke zumunci da kai, kuma ka yafe wa wanda ya zalunce ka"

Sauraron muryar lamirinka mai haske zai kawo haske ga hanyarka da albarka ga rayuwarka. Idan ka ji wani babban sha'awa a zuciyarka na cika wata buri, yi amfani da basirarka ka tambayi kanka: "Shin sha'awa ce mai kyau ko mara kyau da nake neman cikawa?"

Abubuwa da yawa suna kara rura wutar sha'awar dan adam Idan wani ya ga sabuwar mota mai kira, yana son mallakar irinta. Idan ya ga sabuwar mota mai salo, yana son mallakar irinta. Sabuwar salon sutura ya zama ruwan dare, kuma mutane suna sha'awar siye da sanya irin wannan salon!

Daga ina sha'awa take fitowa? Na shafe sa'o'i ina tunani a kan wannan. Za ka iya rarraba dukkan sha'awarka? Na sami damar daidaita su duka kuma na kiyaye nagartattun abubuwa kawai. Kuma lokacin da na sami zumunci na Allah, na gano cewa duk kyawawan sha'awata sun cika a lokaci guda. Yau kana sha'awar wani abu, gobe kuma ranka yana sha'awar wani abu daban. Zuciyarka, wadda ta fito daga Allah

Madaukaki, ba za ta iya gamsuwa da kayan duniya ba, kuma ba za ta taɓa kasancewa ba, domin, abokina kaunatacce, ka rasa taska mafi daraja da daraja ta ranka, wanda shi kaɗai yake da ikon biyan bukatarka da kuma cika burinka. Wannan taska da ta ɓace Allah ne.

Gaskiya ne cewa akwai wasu kyawawan sha'awa ko kuma waɗanda suka zama dole, kuma ya kamata ka yi aiki don cika su. Amma yayin da kake kokarin cika kananan sha'awarka, kar ka manta da farko ka cika babban sha'awarka ga Allah. Yancin cewa dole ne a fara cika kananan sha'awa da ayyuka mafarki ne da yaudara. Har yanzu ina tunawa a farkon tafiyar ruhaniya ta cewa ni mai jinkiri ne kuma ban yi bimbini akai-akai ba, duk da cewa na ci gaba da gaya wa kaina cewa zan samar da lokaci don hakan. Shekara guda ta wuce haka kafin na fahimci cewa ban cika abin da na yi wa kaina alkawari ba, nan da nan na yi alkawarin cewa abu na farko da zan yi da safe shi ne wankewa sannan in yi bimbini a kan Allah. Ayyuka na yau da kullun suna da yawa a wannan lokacin, kuma ba shi da sauki in tsere musu, ko da na ɗan lokaci kaɗan. Saboda haka, na yanke shawarar yin ayyukan ruhaniya na farko. Don haka, na koyi babban darasi: aikina ga Allah ne ya fara, kuma sai kawai in kula da wasu ayyuka marasa mahimmanci.

Me yasa Allah zai buɗe kofofin har abada ga ɗan adam idan ɗan adam ya fifita wasu ayyuka da la'akari fiye da Allah? Allah ya sanya fikafikan ruhaniya a cikinmu kuma yana tsammanin mu tashi sama a cikin sararin ruhu. Waɗannan fikafikan su ne sha'awar ruhaniyarmu, tunaninmu masu girma, da kuma sha'awarmu ta gaske ga tushenmu na allahntaka.

Bari mu fara neman Allah. Ba shi da kyau a ba da muhimmanci ga ayyukan duniya, domin Azrael zai iya

kiran rai a kowane lokaci, sannan duk ayyuka, alkawura, damuwa, da wajibai za su kare kuma su kare har abada. Don haka me yasa za a manne wa rayuwa sosai?

Mutum yana tunanin cewa yana jin dadin tsaro da kwanciyar hankali, sannan kwatsam ya rasa wanda yake kauna, ko ya rasa lafiyarsa ko aikinsa, kuma tsaro da kwanciyar hankali sun lalace!

Yaya kaunar da nake yi wa mahaifiyata ta yi girma! Na yi tunanin za ta kasance tare da ni koyaushe, amma ba zato ba tsammani na gano cewa ta bar ni tun ina karama! Bai kamata mu ji tsoron mutuwa ba, sai dai mu kasance a shirye don hakan.

Rayuwa ba kamar yadda take ba ce Kada ku dogara da ita, domin tana da sarkakiya, yaudara, kuma cike da takaici da fata da suka lalace Ba za a iya samun kamala a nan ba. Ba na son in ba ku hoton rayuwa mara gaskiya ba. Wannan duniya ba aljanna ba ce. Dakin gwaje-gwaje ne na allahntaka inda Allah yake gwada rayuka don ganin ko za su shawo kan mugayen sha'awa da nagarta, ya kuma sanya Shi—wato, Ya sanya Allah—babbar sha'awarsu, domin su koma mulkinsa.

Rayuwa tana cike da nau'ikan bala'i da barkwanci, bala'o'i da farin ciki. Babban tsari ne, mai canzawa koyaushe, kuma mai cike da siffofi marasa adadi. Babu abubuwa biyu da suka yi kama da juna. Rayuwar kowane mutum ta musamman ce. Kowane mutum yana da siffofi daban-daban, tunani daban-daban, da sha'awa daban-daban. Idan an yi mana gwaji iri ɗaya kowace rana, da mun gaji da gajiya. Ko da Aljanna, idan koyaushe iri ɗaya ce, za mu rasa sha'awarta. Muna son bambancin ra'ayi da bambancin ra'ayi. Ra'ayin gargajiya na Aljanna ba daidai ba ne. Idan da gaske yana da wahala, tsarkaka da tsarkakan bayin

Allah za su yi addu'a su koma Duniya don su nishadantar da kansu! Aljanna tana sabunta koyaushe ta hanya mafi dadi, yayin da Duniya sau da yawa ana sabunta ta koyaushe, amma ta hanya mai wahala da rashin dadi.

Duk da haka, duk da cewa rayuwa tana da wahala da wahala, yawancin mutane sun saba da ita, suna ganin babu wata hanyar rayuwa. Ba za su iya kwatanta wannan rayuwar da rayuwar ruhaniya ba, sun kasa fahimtar girman azaba da gajiyyar da ke boye a cikin wannan duniyar.

A gaskiya, rayuwa ba gaskiya ba ce. Kawai nishadi ce, babu wani abu kuma. Kamar yadda ake sake fitar da tsoffin fina-finai akai-akai, haka nan ma tsofaffin abubuwan da suka faru suna maimaita kansu a siffofi daban-daban. Duk da ci gaba mara iyaka na rayuwa, ana sake maimaita jigogi iri daya da aka gabatar a cikin fina-finan da suka gabata. Hakika, tarihi yana maimaita kansa, kuma mutane kayan tarihi ne kawai a cikin gidajen tarihi na lokaci.

Don barin rayuwa ta bayyana abubuwan mamaki, a karbe su da farin ciki, a yi adalci, da kuma rabuwa, ba tare da motsin rai ya shafe su ba, kamar dai kallon fim. Dariya mai dadi magani ne mai kyau ga dukkan cututtukan dan adam.

Dole ne ka kusanci rayuwa da sauki da kwanciyar hankali. Wannan shine abin da na koya daga malamina. A farkon horon ruhaniya na a cikin gidan ibadarsa, na yi aikina da fuska mai bakin ciki, ban taɓa yin murmushi ba. Wata rana malamina ya lura da wannan sai ya ce, "Insha Allah, komai lafiya! Kana wurin jana'iza? Ba ka san cewa neman Allah yana nufin boye damuwa da boye dukkan bakin ciki ba? Kada ka dauki rayuwa da muhimmanci haka"

Ya koya mini cewa wajibi ne mutum ya daukaka tunaninsa sama da duk wani abu mai dauke da hankali da matsaloli na duniya domin ya sami cikakken 'yanci a wurin Allah.

Dole ne mutum ya kiyaye daidaito a cikin farin ciki da bakin ciki, riba da asara, nasara da gazawa domin fuskantar kalubalen rayuwa da karfin hali da kwarin gwiwa.

Kiyaye zaman lafiya a cikin zuciya duk da duk abubuwan da suka faru shine hanya mafi kyau ta shawo kan sha'awar yaudara. Wannan shine abin da na koya daga manyan mutane waɗanda rikice-rikicen lokaci bai shafe su ba, amma sun kasance masu tsayin daka kuma ba sa canzawa har zuwa karshe. Har ma annabawa, lokacin da aka azabtar da su, ba su rasa saninsu mai tsarki ba, kuma ba su bar kowa ya sace kaunar Allah daga gare su ba. Farin ciki na ruhaniya shi kansa kariya ce mai albarka kuma mafi girman sansanin soja a cikin dukkan gwaji da wahala, ku tuna da ni'imomin da Allah ya yi muku. Ranku haikalin Allah ne mai tsarki. Ba za ku bari duhun jahilci ya kazantar da wannan wuri mai tsarki ba. Abin mamaki ne a kasance cikin yanayin wayewar ruhaniya, girmamawa, mutunci, aminci, da kwanciyar hankali! Kada ku ji tsoron komai kuma kada ku fi kowa. Ku ba wa kowa kaunarku. Ku ji kaunar Allah kuma ku ga kasancewarsa a cikin dukkan mutane, kuma ku bar sha'awarku ta kasance kasancewarsa a cikin zuciyarku. Wannan ita ce hanyar rayuwa cikin kwanciyar hankali da natsuwa a cikin wannan duniyar. Amma yana da wuya a dandana wannan gamsuwar kai matukar iska mai karfi ta sha'awa tana busawa ta cikin sararin samaniyar zuciya kuma tana girgiza bishiyoyinta da karfi.

Ana tsara sha'awa ta hanyar muhallin mutum. An haife su ne daga fahimtarmu ta ji kuma iyakokin waɗannan fahimta suna iyakance su. Halartar bikin karkara yana cika sha'awar wani abin farin ciki, amma bayan ziyaratar wani baje kolin duniya da kuma ganin duk wasu nunin daban-daban, karamin bikin ya rasa kyawunsa da jan hankalinsa. Don haka, dole ne mu fara jin daɗin zumunci da Allah domin mu iya kwatanta wannan farin cikin da karancin jin daɗin duniya. Sannan, sha'awa za ta kasance ta yanayi mafi girma . Sha'awa ba ta da iyaka; da zarar an cika sha'awa ɗaya, sai wani ya maye gurbinsa. Amma lokacin da ka sami Allah, duk sha'awarka za ta cika "Ku fara neman mulkin Allah da adalcinsa, za a ba ku duk waɗannan abubuwa (Kuma abin da ke wurin Allah ya fi kyau kuma ya fi ɗorewa)" Don haka me zai hana ku fara neman ciki wannan babban sha'awa kuma ku sami mafi kyau da ɗorewa daga hannun Allah mai karimci?

Idan Allah ya amsa addu'ar mai neman ya san Shi, duk sauran bukatunsa za su cika nan take har abada

Wasu mutane suna tunanin ba su da wani buri!

Na lura da abin da ke faruwa sau da yawa idan mutane suka je kasuwa. Ba za su iya samun takamaiman sha'awar siya ba, amma ba zato ba tsammani wani abu ya kama musu ido kuma suka yi tunanin, "Ee, dole ne in saya!"

Ko da ba su saya nan take ba, yana ci gaba da kasancewa cikin tunaninsu dare da rana har sai sun yi, ko da kuwa dole ne su aro kuɗi. Suna jin daɗinsa na ɗan lokaci, amma a hankali sha'awarsa tana shuɗewa kuma farin cikin mallakarsa yana raguwa, don haka suna son wani abu daban, da sauransu.

Wani lokaci mukan haɗu da wani wanda yake cewa: "Ah, da ace ina da irin wannan kuɗi (ko mota ta

musamman ko wurin ninkaya ko ko)" kuma da zarar an cika wannan burin, sai wani sabon sha'awa ya taso.

Sha'awar ɗan adam ba ta cika ba ce, saboda haka ba ta iya cimma cikakkiyar farin ciki ga masu ita ba

Duniya za ta yi kokarin raba hankalinka daga tuna cewa sha'awar da ta dace kawai ita ce neman Allah Amma dole ne ka tunatar da kanka wannan kowace rana Idan mutum ya yanke shawarar daina shan taba, ya daina cin abinci mai yawa, ya daina karya, ko ya daina yaudara, dole ne ya kasance mai kuduri a cikin shawararsa kuma kada ya yi kasa a gwiwa

Mummunan yanayi yana rage sha'awa kuma yana raunana niyya, yana kirkirar sha'awar karya a cikin mutum Yana ɗaukar mafi kyawun daga gare su kuma yana ba su mafi munin. Waɗanda ke zaune tare da barayi suna ganin ita ce kawai hanyar rayuwa. Amma hulɗa da mutanen kirki yana jagorantar hankali zuwa ga manyan abubuwa, don haka sha'awar karya ba za ta sake jarabtar mutum ba. Komai a wannan rayuwar yana iya canzawa da canzawa. Amma yan lokutan tunani mai zurfi ko nazari da tunani kan batutuwa na ruhaniya masu tsarki za su zama tushen wahayi, yana ɗaukar mai neman gaskiya a kan tekun yaudara da ruɗani zuwa gaɓar allahntaka inda "babu gajiya da za ta taba su a ciki, kuma ba za a kore su daga ciki ba."

(An shirya mafi girman hutu ga waɗanda suka yi aiki tukuru, kuma wanda bai yi kasa a gwiwa ba wajen neman gaskiya ya ci nasara)

Jin daɗi na gaske yana cikin sha'awar Allah da kuma ci gaba da tunaninsa. Da juriya, lokaci yana zuwa da wannan tunanin zai zama mai karfi da rashin tabbas har babu wata matsala ta jiki, ta hankali, ko ta motsin rai da za ta iya karkatar da saninka daga Allah. Shin ba abin mamaki ba ne a rayu da sanin

Allah, a yi tunaninsa da kuma jin sa a kowane lokaci, a kuma zauna a cikin mafakar kasancewarsa wadda ba za a iya kusantar ta ba, inda mutuwa ko wani abu ba za ta iya sace kwanciyar hankalinka ba? (Wadanda suka yi imani kuma zukatansu suka sami natsuwa cikin ambaton Allah. Hakika, cikin ambaton Allah zukata ke samun natsuwa)

Idan ka zama mara kariya daga dukkan sha'awa, za ka ji daɗin kasancewa har abada

Hakika rayuwa abin mamaki ce, domin komai yana iya canzawa. Saboda haka, bai kamata mutum ya sanya jirgin farin ciki a kan yashi mai canzawa na wannan rayuwa ba. Lokacinmu zai shude, kuma abin da muke gani yanzu zai shude wata rana. Canji abu ne mai karbuwa matuƙar ba ka bar shi ya cutar da kai ba. Kuma idan ya cutar da kai, rudanin ciki da kake fuskanta sako ne a gare ka da kada ka sha'awar sha'awa. Lokacin da kake cikin aminci cikin ruhun Allah, kana jin daɗin komai ba tare da alaƙa ko dogaro ba. Saboda haka, ƙoƙarin saninsa yana da matuƙar muhimmanci ga waɗanda suka damu; in ba haka ba, rayuwa za ta zama babban abin takaici, mai murkushe bege ta hanya mai muni.

Lokacin da na dawo Indiya a shekarar 1935, na yi fatan ziyartar wuraren da na fi so tun ina ƙarami, amma da na isa, na ga komai ya canza. An sake tsara yanayin rayuwa ta wata hanya daban. Babban takaici da mamaki sun faru ne lokacin da na ziyarci tsohon gidana a Aykapur, inda nake wasa da kallon tsuntsaye. Itace ɗaya ce kawai ta rage daga cikin duk abin da na tuna. Rayuwa kenan! Abubuwan da na saba da su kuma masu daraja suna zamewa daga ganinmu ɗaya bayan ɗaya. Na shirya don bayar da komai don ganin gidanmu kamar yadda yake a lokacin ƙuruciyata. Duk da haka, Allah ya cika mini burina,

domin daga baya na ga gidan a cikin wahayi, inda muka yi iyo a cikin tafkin, sannan na hau sama, na kwanta a kan gado, na ci mangwaro, kamar yadda na yi shekaru da yawa da suka gabata.

Dole ne a bincika kuma a bincika sha'awa sosai, a tsara ta da kyau, kuma a kiyaye nagartattun abubuwa kawai, kuma kada ma waɗannan kyawawan sha'awa su hana mafi mahimmancin sha'awar Allah.

Wannan sha'awar dole ne ta ci gaba da rayuwa kuma ta kone, kuma ba za a bar ta ta shuɗe ko ta mutu ba. Mutum yana cikin babban ruɗani lokacin da ya roki Allah ya cika masa burinsa na duniya amma bai roke shi ya bayyana masa kansa ba. Ka yi tunanin yaro wanda koyaushe yake buƙatar iyayensa su biya masa buƙatunsa, in ba haka ba ba ya tambaya game da su ko tunaninsu. Wannan rashin godiya ne da kin kyautatawarsu, kuma a cikin hakan akwai darasi ga waɗanda ke tunani.

Idan aka yi amfani da wannan littafin rai, za a raka mutum da ilimin ruhaniya da aka samu a lokacin zamansa na duniya. Saboda haka, dole ne Allah ya kasance a cikin zuciyar mutum koyaushe, yana kiransa koyaushe kuma ba zai taɓa mantawa da shi ba idan mutum yana da damuwa game da makomar ruhaniya ta mutum. Lokacin da muke cikin zumunci da Allah, za mu ga cewa duk buƙatu suna cika ta hanyar da ba a iya gani ba. Amma dole ne mu nemi Allah da farko. Shi mai karimci ne kuma ya ba mu komai, amma za mu same shi ne kawai lokacin da ba mu gamsu da baiwarSa ba amma muka juya ga Mai bayarwa da kansa. Za mu san Shi matuƙar muna da gaskiya a cikin nemanmu, muna da himma a cikin sha'awarmu ta kusantarSa da kuma fuskantar kasancewarsa mai albarka.

Babban cikas da mutum ke fuskanta shine kansa Idan ya yi kokarin zama a hankali yana tunani game da al'amuran ruhaniya, tunanin duniya ya taso ba zato ba tsammani, yana dauke musu hankali kuma yana hana su cimma burinsu. Dole ne su horar da kansu don sarrafa tunaninsu da jikinsu, kuma ta yin hakan, za su dauki aljanna mai daukuwa a cikin ransu A rayuwa ko mutuwa, a sama ko jahannama, wannan babban farin ciki zai raka su.

Dole ne mu yi addu'a ga Allah sosai, muna bayyana babban sha'awarmu, muna rokonsa da harshen zuciya, sha'awar rai, da kuma radawar lamiri, domin Ya ji mu ya amsa mana. Amma idan mutum ya yi addu'a da rabin zuciya kuma a lokaci guda yana tunanin wani abu - wani abu da Allah ya sani ba shine babban abin da wannan mutumin ke damuwa da shi ba - ba zai amsa ba.

Dole ne mu fara samun Allah. Lokaci ya yi yanzu. Bai kamata mu jira ba, domin rudu suna da karfi sosai. Rayuwa tana wucewa da sauri, kuma abin kunya ne mu bar wannan duniyar ba tare da sanin manufar rayuwa ba. Ya kamata mu yi tunani a duk lokacin da muke da dan lokaci na hutu. Ko da ba a amsa addu'o'inku da farko ba, kada ku yanke kauna daga rahamar Allah, amma ku ci gaba da roko. Yi addu'a da gaske kuma ku amince cewa za a amsa addu'arku.

Na shaida a rayuwata babbar shaida ta amsa addu'a ta Allah. Amma irin wannan amsa tana buƙatar ƙoƙari, domin babu wani abu mai mahimmanci da zai zo ba tare da ƙoƙari ba. Bimbini yana da mahimmanci don bayyana asirin rayuwa da shiga mulkin Allah.

Mummunan halaye da sauran abubuwan da ke dauke da hankali za su yi kokarin raunana ƙoƙarinka da kuma raunana kudurinka. Amma idan kana son

farin ciki, ka mayar da tunaninka ga Allah, kuma za ka same shi kusa da kai.

Sha'awar jin daɗin duniya tana haifar da jan hankali mai kama da maganadisu wanda ke jawo mutum zuwa wannan duniyar, rayuwa bayan rayuwa Komawa ga jiki ba lallai bane ga waɗanda suka sami sha'awarsu a wurin Allah Duk lokacin da suka so cika kowace sha'awa, suna tunaninta, kuma tana bayyana a gabansu Mahaifiyata ta bayyana gare ni bayan mutuwarda, kuma na sami kwanciyar hankali da ganinta kuma na gode wa Allah saboda alherinsa. Hakika, Shi ne Mafi Karimci kuma Mafi Jinkai. Yana cika burinmu don nuna kaunarsa da godiyarsa gare mu lokacin da muka ba shi matsayi na farko a cikin zukatanmu.

Idan mutum ya isa ga Allah, sai ya zama shugaban rayuwa da kaddara. Bai kamata mu huta ba har sai lokacin da Allah ya tabbatar da kasancewarsa a rayuwarmu, zai ba mu duk abin da muke sha'awa kuma zai gwada mu.

Jarabawa da cikas a kan hanyar ruhaniya suna da yawa kuma suna da girma, amma yayin da muke wucewa ta waɗannan gwaje-gwajen kuma muka shawo kan waɗannan cikas ɗin, dole ne mu ce: "Ya Ubangiji, Ka amsa addu'ata kuma Ka cika manyan buri na, don haka zuciyata ta zama mai wadata da kasancewarka kuma raina yana haskakawa da haskenka" Salam alaikum barka da warhaka

Al'umma tana fadafa wayar da kan jama'a

Idan ka aika wa wasu kyawawan manufofi, saninka yana
karuwa. Idan ka yi tunani game da makwabcinka, wani
ɓangare na rayuwarka yana fitowa tare da wannan tunanin.
Amma tunani kaɗai bai isa ba; dole ne mu kasance a shirye
.mu aiwatar da tunani

Aure darasi ne a kan kyautatawa mutane biyu suna
koƙarin raba rayuwa da junansu Sannan yara suna zuwa,
iyaye kuma suna raba abin da suke da shi da su. Amma
tunanin iyali kawai ba tare da wani ba (watau ni da kai ko
.mu kawai) wani nau'i ne na son kai

Lokaci zai zo da waɗanda muke kauna za su bar mu;
wannan ita ce hanyar rayuwa. Wannan yana tunatar da mu
cewa babban burin ɗan adam shine fadafa iyakokin wayar
da kan mu ta hanyar yin aiki ga wasu da kuma raba musu
.albarkar rayuwa

Al-kauna yana kawo albarka mai yawa da farin ciki mai
yawa ga mai shi, domin ta hanyar al-kauna mutum yana
kiyaye farin cikinsa. Manufara ita ce in faranta wa wasu rai,
.domin farin cikina yana samuwa ne daga farin cikinsu
Ba za mu iya jin dadin dandanon nasara ba sai mun
raba farin cikinmu da wasu. Ba wai kawai ina nufin 'yan uwa
.ba, har ma da dukkan mutane

Ya kamata mu yi tunanin wasu mu taimaka musu
gwargwadon iyawarmu. Wannan ba yana nufin talauta
kanmu ba, sai dai nuna tausayi na gaskiya da abokantaka ga
.wasu da kuma son raba su

Dole ne mu fara amfani da ka'idodin gaskiya ga kanmu

Ba za mu iya koya wa wasu son kai ba idan ba mu son kai
ba. Idan muka fara da kanmu, za mu zama misali mai kyau
.ga wasu

Na sadaukar da rayuwata ga hidima da amfanar da
wasu. Na yi tafiye-tafiye da yawa kuma na yi wa manyan
masu sauraro lacca. Amma na san cewa ina yi wa wasu
.hidima mafi kyau ta hanyar rubuce-rubucena da koyarwara
Jama'a suna zuwa don sauraron laccoci, ba lallai bane
saboda kauna ta gaske Mutane suna zuwa don wahayi da
ta'aziyya ta ruhaniya Amma ina son rayuka waɗanda ke
neman gaskiya, waɗanda ke kaunar Allah Shi ya sa na mai
da hankali, kuma na ci gaba da mai da hankali, kan wajibcin
yin bimbini a kan Allah

Duk masu neman gaskiya da dagewa a cikin neman
ruhaniya za a naɗa su da nasara idan suka ci gaba da ci
gaba da sha'awa da himma

Dole ne mu kaunaci Allah da dukkan zukatanmu,
hankalinmu, rayukanmu, da karfinmu, kuma mu kaunaci
makwabcinmu kamar kanmu

Me ake nufi da kaunar Allah da dukkan zuciyar mutum,

?hankalinsa, ransa, da karfinsa

Zuciya tana nufin ji, hankali yana nufin maida hankali,

rai yana nufin jituwa mai zurfi ta ruhaniya a cikin bimbini,

kuma karfi yana nufin mayar da dukkan karfinmu zuwa ga
Allah

Wannan yana nufin kaunar Allah da dukkan motsin
zuciyar mutum, tare da mayar da hankali kan bimbini, ta
hanyar mayar da kuzari ko ikon rayuwa daga abu zuwa ruhi,
da kuma ta hanyar mayar da hankali daga jiki zuwa ga Allah
Ba zai yiwu a kaunaci Allah ba tare da tunani ba, domin
ta hanyar tunani ne kawai za mu iya fahimtar yanayin
ruhaniyarmu a matsayin rai wanda ke da alaƙa da Allah har
.abada da Allah wanda ya halicce shi cikin siffarsa
Dole ne mu gina kursiyi a cikinmu don kaunar Allah mai
girma. Babu wani abu mafi muhimmanci a rayuwa. Babu
wani buri mafi girma kamar kaunarsa, yin magana game da
shi, da kuma wayar da kan mutane su san shi. Ba na son
.wani abu daga mutane

Abin farin ciki ne in raba abin da na fuskanta a ruhaniya
ga waƙanda suke nemansa da gaske. Babu abin da ya fi
faranta mini rai fiye da yin magana da su game da Allah da
.taimaka musu su fuskanci kasancewarsa
Abin mamaki ne a kaunaci Allah da kuma kaunar
bayinsa. Lokacin da muka same shi, muna jin kaunarsa a
cikin kowa. Babu wani iko da ya fi karfin kauna a sararin
.samaniya

Ina ganin Ubangiji Mafi Girma yana zaune a kan sammai
da tekuna, kuma a kan kursiyin sanina, ina ganinsa yana nan
a cikina da kuma cikin rayukan kowa, kuma ina rungumarsa
a cikin dukkan siffofi da bayyanarsa marasa iyaka a cikin
.halitta

Da ba don son kai ba, da duniya ta zama aljanna

Da duniya za ta daina mugun son kai, da mun ga

aljanna a wannan duniyar

Tushen yaƙi yana cikin zuciyar mugun son kai. Mutane
na farko sun fara amfani da sandunan dutse, waƙanda daga
baya suka rikide suka zama baka da kibau, don kare son
kansu daga son kai na wasu. Daga baya, an kirkiro bindigogi

da bindigogi, sannan aka kirkiro bindigogin inji, daga baya kuma aka kirkiro bama-bamai da iskar gas mai guba - duk don kare son kai na wani rukuni na mutane daga son kai na .wani

Karfin barna na ɗan adam ya girma kuma ya bunkasa fiye da karfinsa mai ginawa. Wannan mummunan tafasa—kuraren son kai—daga karshe zai fashe. Amma abin baƙin ciki, rayuka da yawa za su mutu kafin ɗan adam ya farka ya fahimci cewa son kai na kasa ba shi da illa fiye da son kai na mutum. Kasa ta kunshi kananan kungiyoyi, kuma waɗannan kungiyoyin sun kunshi mutane daban-daban; dole ne mutum .ya fara da kansa

Sakamakon wannan son kai mai bankyama, yake-yake sun farke, daidaiton tattalin arziki ya lalace, sannan koma bayan tattalin arziki sannan baƙin ciki ya mamaye Iyakoki tsakanin kasashe ba a gyara su ba, kuma gwamnatocin duniya suna fuskantar sauyi akai-akai Son kai wanda ke neman farin ciki ba tare da la'akari da haƙƙoki da farin cikin wasu ba, ko kuma wanda ke taka haƙƙoki da muradun wasu don amfanin kansa, yana haifar da talauci, rashin jin daɗi, da wahala Arzikin kai ta hanyar cin zarafin wasu babban kuskure ne Kwaminisanci, wanda a zahiri yake yi wa jama'a alƙawarin wadata da wadata, ba zai yi nasara ba kuma wata rana zai ruguje saboda ya dogara ne akan tilastawa da kuma danne 'yancin kai (Lura: Wannan laccar ta kasance ta Master Paramhansa a shekarar 1937, kuma wannan karshe ya tabbata!)

Manyan mutane suna goyon bayan kyautatawa bisa ga sha'awar ruhaniya ta gaske don bayarwa

Idan mutum ya mai da hankali kawai kan hannayensa da kafafunsa kuma ya yi sakaci da kansa, kwakwalwa ba za ta yi aiki don jagorantar kwarewar motsa jiki ba Dole ne a daidaita dukkan ayyukan jiki Haka kuma, tunani (masu yanke shawara) a cikin kasashe da al'ummomi dole ne su yi

aiki tare da hannuwa da kafafu (ma'aikata), domin idan
sha'awa ta ci karo, tsari zai lalace, hargitsi zai mamaye,
.kuma wahala za ta haifar

Akwai malamai guda biyu a duniya. Wanda ya dauki
Allah a matsayin jagora kuma mai ba shi shawara ba shi da
abin tsoro. Wanda ya dauki Shaidan a matsayin shugaba
.kuma mai shiryarwa zai sha wahala sosai
Kalma mafi mahimmanci ga yawancin mutane a wannan
rayuwar ita ce "ni" Wadanda ke da halin ruhaniya da
sha'awa suna tunanin wasu kamar yadda suke tunanin
kansu Wadanda ke tunanin kansu kawai suna jawo wa kansu
kiyayya da fushin wadanda ke kewaye da su. Amma
wadanda ke la'akari da ji da sha'awar wasu suna ganin wasu
.suna tunanin su kuma suna la'akari da yadda suke ji
Idan akwai mutane dari a cikin gari, kuma kowannensu
yana kokarin daukar wasu, to kowannensu zai sami makiya
casa'in da tara. Amma idan kowannensu ya yi kokarin
taimaka wa sauran, to kowannensu zai sami abokai casa'in
.da tara

Na rayu haka kuma ban rasa komai ba ta hanyar
bayarwa ga wasu. A gaskiya ma, duk abin da na bayar ya
dawo mini da alherin Allah. Yanzu ba na son komai domin
abin da nake da shi a cikin zuciyata ya fi girma kuma ya fi
tamani fiye da duk abin da duniya za ta iya bayarwa. Abin da
mutum yake nema da gaske shine farin ciki, kuma da zarar
an sami farin ciki, bukarar yanayin da ke haifar da shi ya
.bace

Ba ni da asusun banki domin garantin da nake da shi a
wannan duniyar shine kyawawan ra'ayoyin da mutane ke da
su game da ni. Ban yarda da wani garantin duniya ba.
Gaskiyar dukiya tana cikin rayuwa a cikin zukatan 'yan'uwa
.da abokan mutum

Idan muka kasance masu son kai, za mu yi farin ciki.
Kuma idan muka rungumi wannan hanyar, sauran mutanen
da ke kewaye da mu za su fuskanci tasirin halayenmu kuma

su yi kokarin yin koyi da mu. Dole ne mu kawar da son kai,
.wanda shine tushen dukkan muguntar mutum da ta kasa

Waliyin da aka daga sama

Daga littafin "Falsafancin Indiya a Rayuwar Yogi"

**"Jiya da daddare na ga Yogia tana rataye kafafu
kadan a sararin sama"**

**Da wannan jumla mai ban sha'awa, abokina
Upendra Mohan Chaudhry ya fara jawabinsa**

**Ta yi murmushi cikin sha'awa ta ce, "Watakila ka
yi tunanin sunansa: ba ka nufin Bhaduri Mahasaya
wanda ke zaune a kan titin da ke kan titin da ke kan
titin da ke kan hanya ba?"**

**Upendra ya gyada kai cikin yarda, duk da cewa ya
dan ji takaici da labarin bai zo mini ta wurinsa ba.
Abokai na sun san yadda nake sha'awar waliyai, kuma
koyaushe suna farin cikin gabatar da ni ga wata
sabuwa.**

**Na ci gaba da cewa, "Gidan yogi yana kusa da
gidanmu sosai, kuma ina ziyartarsa akai-akai."**

**Kalamana sun jawo sha'awa sosai ga Upendra,
domin sha'awar ta bayyana a fuskarsa, kuma na kara
da cewa:**

**"Na gan shi yana yin ayyukan al'ajabi. Ya kware a
dabarun numfashi guda takwas ⁽¹⁾ na tsoffin yoga
kamar yadda masanin Patanjali ya rubuta ⁽²⁾. Wata
rana, Bhaduri Mahasaya ya yi Bhastrika Pranayama a
gabana da karfin ban mamaki har na ji kamar guguwa
mai karfi ta ratsa dakin! Bayan haka, ya kwantar da
wannan numfashi mai karfi kuma ya kasance ba tare
da motsi ba cikin yanayi mai kyau na wayewa ⁽³⁾
Yanayin zaman lafiya da ya biyo bayan wannan
guguwar ya kasance a sarari kuma ba za a manta da
shi ba"**

Muryar Upendra ta yi kama da rashin yarda yayin da yake cewa, "Na ji cewa waliyyi ba ya barin gidansa, shin hakan gaskiya ne?"

Na amsa: "Eh, gaskiya ne! Ya kasance a tsare a gidansa tsawon shekaru ashirin da suka gabata. Duk da haka, yana sassauta ka'idodin wannan doka mai tsauri da ya dora wa kansa a lokacin bukukuwanmu masu tsarki, kuma yana tafiya zuwa gefen hanya inda mabarata ke taruwa, domin an san Saint Bahaduri da zuciyarsa mai kirki."

Ya ce: "Amma ta yaya waliyyi zai kasance a rataye a sararin sama, yana kin dokar nauyi?"

Na amsa: "Jikin yogi yana rasa yawansa ta hanyar yin wasu motsa jiki na numfashi na pranayama, sannan zai iya tashi ko tsalle kamar kwado Har ma tsarkaka wadanda ba sa yin yoga na gargajiya suna shawagi a sararin sama yayin da suke shiga yanayi mai kyau na karin sha'awar Allah."

Son sani ya bayyana a idanun Upendra, sai ya ce, "Ina so in kara sani game da wannan mai hikima. Shin kana halartar tarukansa na yamma?"

Na ce, "Eh, sau da yawa ina ziyartarsa, kuma ina matukar mamakin saurin hikimarsa da hikimarsa mai ban mamaki Wani lokaci dariyata tana bata taron Duk da cewa waliyyin bai damu da wannan ba, almajiransa suna kallona cikin fushi!"

A kan hanyara ta dawowa gida daga makaranta a wannan rana, na tsaya a gidan Bhaduri Mahasaya na yanke shawarar ziyartarsa. Yogi yana zaune a kebe, wani almajiri yana tsaronsa a kasa. Wannan almajiri yana da matukar kulawa da baki kuma ya tambaye ni ko ina da alkawari da malaminsa. Amma malamin ya bayyana nan da nan, idanunsa suna walkiya, don haka ya cece ni daga jefar da ni a nan take. Ya ce wa almajiri:

"Bari Mukanda ya zo duk lokacin da ya ga dama. Dokar kebewa ba don jin dadi na ba ne, amma don jin dadin wasu. Mutane na duniya ba sa jin dadin gaskiyarmu, wanda ke wargaza girman kansu. Waliyyai ba wai kawai ba su da yawa ba ne, har ma suna da rikitarwa. Ko a cikin Littafi Mai Tsarki, wani lokacin muna ganin suna haifar da kunya ga wasu."

Na bi Bhaduri Mahasaya zuwa gidansa mai sauki na bene na sama, wanda ba kasafai yake barin Masters ba. Yawanci suna watsi da walkiya da kyawun duniya ta hanyar janyewa daga ra'ayin jama'a. Duniya ba kasafai take kula da su ba har sai sun kafu a cikin tarihin zamani, domin mutanen zamanin hikima ba su takaita ga waɗanda ke zaune a cikin kananan iyakokin yanzu ba.

Na ce, "Madalla, kai ne ɗan yoga na farko da na sani wanda ke zama a gidansa a kowane lokaci."

Ya amsa, "Wani lokaci Allah yana shuka waliyyansa a cikin kasa da ba a zata ba don kada mu yi tunanin za mu iya bin su bisa wata ka'ida ta musamman."

Waliyin ya zauna yana tunani, jikinsa mai karfi yana kwance a matsayin mayu Duk da cewa ya haura shekara saba'in, jikinsa bai nuna alamun tsufa ko raguwa ba daga dogon zama Mai karfi da tsayi, cikakke ne ta kowace hanya Fuskarsa tana ɗauke da siffofin mai hikima da aka bayyana a cikin nassosi a matsayin mai kaifin daraja, mai cikakken gemu, koyaushe yana zaune a tsaye, idanunsa masu natsuwa suna kallon kasancewar Allahntaka.

Na zauna tare da waliyyi ina yin bimbini, bayan awa ɗaya sai muryarsa mai taushi ta tashe ni:

"Sau da yawa kana shiga cikin yanayi na natsuwa, amma shin ka kai ga yanayin sanin Allah a zahiri?"

Waliyin yana nufin ya tunatar da ni in kaunaci Allah fiye da yin bimbini, sannan ya kara da cewa: "Kada ka rufa hanyar da karshe, kuma kada ka sanya hanyar ta zama burinka."

Ya ba ni ɗan mangoro, kuma da saurin hankalinsa, wanda na ga ya burge ni duk da cewa yana da halin son zuciya, ya ce:

"Burin mutane na haɗa kai da abinci ya fi girma fiye da burinsu na haɗuwa da Allah"

Wannan ba'a ya jawo min dariya mai karfi, kuma kallonsa ya yi laushi da kauna yayin da yake cewa, "Abin dariya ne!" Fuskarsa ta yi tsanani amma tana da murmushi mai dadɗi manyan idanunsa masu kama da lotus sun boye murmushin ciki mai tsarki, mai tsarki.

Waliyin ya nuna wasu ambulan masu kauri a kan teburi, yana cewa: "Wadannan wasikun sun zo mini daga nesa Amurka. Ina yi wa wasu al'ummomi da membobinsu ke nuna sha'awar yoga wa'azi. Suna sake gano Indiya da fahimta mafi kyau fiye da Columbus! Ina farin cikin taimaka musu, domin ilimin yoga kyauta ne, kamar hasken rana, ga duk wanda ke nemansa."

"Abin da masu hikima suka ga ya zama dole don ceton ɗan adam bai kamata a sassauta shi ba saboda Yamma. Gabas da Yamma suna da kama da juna a ruhi duk da bambancin abubuwan da suka fuskanta a waje, kuma ba su da begen ci gaba da wadata ba tare da yin ɗaya daga cikin hanyoyin ruhaniya na yoga ba."

Waliyin ya rike ni cikin natsuwa, kuma ban san cewa kalmominsa annabci ne da aka boye ba. Har yanzu, yayin da nake rubuta wadannan kalmomin, ban fahimci cikakken ma'anar alamunsa marasa

lahani cewa wata rana zan kawo koyarwar Indiya zuwa Yamma ba.

Na ce, "Kai, babban mai hikima, da ace ka rubuta littafi game da yoga don amfanin ɗan adam!"

Ya amsa, "Ina horar da ɗalibai waɗanda, tare da ɗalibansu, za su zama littattafai masu rai waɗanda ke jure wa rubewa, canje-canjen yanayi na zamani, da kuma fassarar da ba ta dace ba ta masu suka"

Mun kasance mu kaɗai tare da yogi har sai da almajiransa suka isa da yamma, lokacin da ya gabatar da ɗaya daga cikin laccocinsa marasa misaltuwa Kamar ambaliyar ruwa mai sauki, ya share tarkacen tunani da tarkacen masu sauraronsa ya kuma jagorance su zuwa ga Allah. An gabatar da misalansa masu ban mamaki cikin Bengali mara aibi.

A wannan maraicen, Bhaduri ya binciko fannoni daban-daban na falsafa game da rayuwar wata gimbiya Rajput ta zamanin da mai suna Mirabai, wacce ta yi watsi da rayuwar alfarma ta fada don neman waliyyai. Da farko, wata fitacciyar mai son zaman lafiya, Sanatna Goswami, ta ki karɓarta a matsayin almajiri saboda mace ce, amma amsarta ta sa shi durkusa lokacin da ta ce:

"Ku gaya wa malami cewa ban san wani namiji a duniya ba sai Allah. Shin ba dukkanmu mata ba ne a gabansa?"

(Akwai wata ra'ayi mai tsarki cewa Allah shine kawai ka'idar kirkire-kirkire mai kyau a sararin samaniya, kuma cewa halittarsa ba komai bane illa mummunan mafarki)

Mirabai mawakiya ce, kuma ta rubuta wakoki da yawa cike da farin ciki na ruhaniya waɗanda har yanzu ana ɗaukar su a cikin taskokin adabi na Indiya. Ina fassara ɗaya daga cikinsu zuwa Turanci

(Mahmoud Abbas Masoud ne ya fassara shi zuwa baitin Larabci):

Idan aka wanke gawar a koyaushe, za a san ta.

**Da na zama zaki a tsakiyar tekuna
Idan ya ci shukar, tabbas zai gane
Zan yi alfahari da daukar siffar akuya
Idan aka kididdige adadin rosaries, zai bayyana**

**Ina yabon Allah da manyan duwatsu
Da ace gumaka za su yi sujada
Da na yi sujada ga duwatsu da duwatsu
Da ace za a iya shan madara
Don 'yan maraki da kanana su dandana
Idan barin matar mutum yana haifar da
Nan da nan za a yi wa dubban mutane
dandakewa bisa ga zabinsu**

**Duk wannan bai isa ya bayyana shi ba
A'a, kuma ba zai taba iya daga labulen
ba**

**Allah zai bayyana bisa ga sharadi daya:
Soyayyar zuciya da sha'awa kamar wuta
Wasu dalibai sun sanya kuɗin rupee a matsayin
Bhaduri, wadanda ke kusa da shi yayin da yake zaune
a cikin salon yoga. Wannan tayin da aka saba
bayarwa a Indiya yana nuna girmamawa da godiya,
yana nuna cewa dalibin yana sanya kayansa a kafafun
malaminsa. Abokai masu kirki suna nuna kulawar
Allah da kariyar wadanda yake kauna.**

**Daya daga cikin almajiran ya kalli babban
malamin yayin da yake tafiya, yana cewa, "Hakika kai
abin birgewa ne, Malam! Ka bar dukiya da jin daɗin
kanka don neman Allah ka ba mu hikima" (Domin an
san cewa Bhaduri Mahasya ya bar dukiya mai yawa ta**

iyali a lokacin kuruciyarsa lokacin da ya yanke shawara mai karfi don bin hanyar yoga)

Waliyyin ya amsa, "Amma kana yin akasin haka!" Siffotin malamin sun nuna tsawatarwa mai laushi, sannan ya ci gaba, "Na yi watsi da 'yan kuɗi kaɗan da jin daɗi marasa iyaka, marasa mahimmanci saboda kaunar masarautar duniya wacce jin daɗinta ba shi da iyaka kuma ba shi da iyaka. To ta yaya za ka ce na hana wa kaina komai? Mutanen da ba su da hangen nesa na wannan duniyar ne suke watsi da gaske! Suna barin mulki mai tsarki wanda ba shi da irinsa, suna sha'awar jin daɗin duniya kaɗan wanda ba ya ciyarwa ko kuma yana gamsar da yunwa!"

Na yi dariya da wannan ra'ayi mai bambanci game da son rai da son rai: yayin da ɗaya ke sa waliyai talaka ya fi Croesus wadata da daraja, ɗayan kuma ya mayar da manyan attajirai na duniya zuwa talakawa marasa galihu waɗanda ba su san abin da suke fama da shi ba daga wulakancin talauci.

Malamin ya kammala jawabinsa da karfafa imani mai karfi, yana cewa: "Tsarin Allah yana kula da al'amuranmu kuma yana tsara makomarmu da hikimar da ta fi abin da kamfanonin inshora ke bayarwa. Duniya cike take da mutane masu damuwa waɗanda suka dogara ga hanyoyin kariya na waje. Tunaninsu mai raɗaɗi kamar tabo ne a goshinsu. Wanda ya ba mu iska da madara tun lokacin da aka haife mu, ya san yadda zai samar wa masu bauta masa duk abin da suke bukata a rayuwarsu."

Na ci gaba da ziyartar waliyyina bayan kammala zaman karatu, kuma da sha'awa mai shiru wadda ta taimaka mini na fahimci kasancewar allahntaka Wata rana waliyyi ya kaura zuwa titin Ram Mohan Roy, nesa da gidanmu da ke kan titin Gurbar, yayin da

mabiyansa masu kauna suka gina masa sabon wurin tarihi wanda aka sani da Tajendramath ⁽⁴⁾

Ko da yake abin da zan fada ba shi da wuri a cikin wannan tarihin tarihi, zan ambaci kalmomin karshe da Bhaduri Mahasya ya yi mini jim kaɗan kafin tafiyata zuwa Yamma, na je na yi masa bankwana na durkusa a gabansa cikin tawali'u, ina neman albarkar rabuwarsa. Ya ce:

"Dana, ka tafi da albarkar Allah, ka dauki daukakar tsohuwar Indiya kamar yadda garkuwar kariyarka take rubuce a goshin ka, kuma manyan mutane masu nisa za su yi maka maraba da kyau."

Tushe: Tarihin Rayuwar Yogi (Falsafancin Indiya a Rayuwar Yogi)

Bayanan kasa

(1) Wannan dabarar numfashi ana kiranta da pranayama, wanda shine ikon sarrafa karfin rayuwa ko aiki (prana) ta hanyar daidaita tsarin numfashi. Pranayama bhasrika ("bell":) yana aiki don kwantar da hankali.

(2) Patanjali shine mafi girma daga cikin tsoffin masu sharhi kan yoga

(3) A cikin wani lacca a shekarar 1928, Farfesa Jules Bois na Sorbonne ya bayyana cewa masana kimiyyar Faransa sun gudanar da gwaje-gwaje kan wayewar kai mafi girma kuma sun yarda da wanzuwarsa. Ya bayyana shi a matsayin "takwara ga tunanin da ba a sani ba a cikin ra'ayin Freud. Wannan wayewar kai mafi girma ta kunshi baiwa da halaye waɗanda ke sa mutum ya zama ɗan adam, ba kawai dabbar da ta samo asali ba." Masanin Faransa ya fayyace cewa farkawar wayewar kai mafi girma "dole ne a bambanta shi da shawara ko hypnosis. Ana gane wanzuwar wayewar kai mafi girma ta hanyar falsafa, kuma a zahiri shine mafi girman kai da Emerson ya bayyana, wanda kimiyya ta amince da shi kwanan nan" Emerson ya ce a cikin rubutunsa (The Higher Soul): "Mutum shine fuskar haikali wanda ke cikin dukkan hikima da nagarta, kuma yawanci abin da muke kira mutum: mutumin ci, sha, shuka da lissafi yana ba da hoton karya na

ainihin gaskiyarsa. Amma ruhin da yake kayan aiki da bayyanawa idan aka bar shi ya bayyana ta hanyar tunaninsa da ayyukansa, za mu tilasta mu durkusa domin za mu tsaya a gaban yanayin ruhaniya, da kuma gaban dukkan halayen allahntaka"

(4) Cikakken sunansa shine Tajnaramath Bhaduri, kuma "lissafi" a Hindi yana nufin wurin bauta, sau da yawa yana nufin wurin bauta ko gidan ibada Daga cikin tsarkakan da suka "yi iyo a sararin samaniya" akwai Saint Joseph na Cupertino, wani waliyyi na karni na 17 wanda shaidu suka rubuta abubuwan da suka faru na ban mamaki Saint Joseph ya nuna yanayin mamaki da mamaki ga duniya, wanda a zahiri shine tunawa da Allah da kuma alaƙa mai zurfi da Shi 'Yan'uwansa a cikin gidan ibada ba za su bar shi ya yi hidima a teburin jama'a ba don kada ya tashi tare da china. Hakika, waliyyin bai iya yin ayyukan duniya ba saboda rashin iyawarsa na kasancewa a kasa na dogon lokaci! Wani lokaci, kawai ganin mutum-mutumi mai albarka ya isa ya tura shi cikin jirgin sama, inda zai ga waliyyan biyu - mutumin da dutse - suna tashi sama ta cikin sammai.

Saint Teresa ta Ávila, waliyyiyar ruhaniya, ta kuma ga tsayin jiki yana damun ta. Tana da nauyin ayyuka da yawa na gudanarwa, ta yi kokarin dakatar da gwaje-gwajen tashi ba tare da nasara ba, tana rubutu game da wannan: "Matsakaicin ba su da amfani idan Allah ya so in ba haka ba" Gawar Saint Teresa, wacce aka binne a cikin coci a Alba, Spain, ta kasance ba ta lalacewa tsawon karni huɗu, kamshinta kamar na wardi, kuma an danganta ta da mu'ujizai marasa adadi.

(Wadannan mu'ujizai suna tunatar da mu abin da aka ambata a cikin Alkur'ani Mai Tsarki da kuma hadisai masu daraja na Annabci, kamar labarin Mutanen Kogo da roƙon da aka yi wa Maryamu, aminci ya tabbata a gare ta, ta girgiza busasshen itacen dabino don dabino masu nunannu su faɗo daga gare shi ba tare da lokacinsa ba, da kuma yadda Allah ya ciyar da Maryamu, bisa ga abin da aka ambata a cikin Suratul Imran (Duk lokacin da Zakariyya ya shiga wurinta a cikin harami, sai ya same ta da abincinta, sai ya ce, "Ya Maryamu, daga ina wannan yake a gare ki?" Ta ce, "Daga Allah ne") da kuma labarin Jurayj mai bauta da yaron da ya yi

magana a cikin shimfiɗar jariri, da kuma ukun da suka shiga kogon da dutsen suka kaura daga gare su da sauran mu'ujizai).

Karfin nufi da tasirin muhalli

Matsaloli da matsaloli suna tasowa ne daga rashin sanin ayyukan da suka gabata, waɗanda suka aikata a wani lokaci da wuri. Wahalar da suke sha a yanzu ta samo asali ne daga tunani da ayyukan da suka furta, waɗanda suka yi tushe a cikin kasa ta sani, suna tsiro da kuma haifar da 'ya'ya iri .ɗaya da waɗannan tunani da ayyuka

Don Allah kaɗai nake rayuwa kuma ina aiki Babu wata jarabawa ta duniya ko ruɗani da za ta ja hankalina Na duba da idon hikima da basira na kuma huda mayafin yaudara da ruɗani Kai ma dole ne ka fahimci cewa ziyararka zuwa wannan kasa ta ɗan lokaci ce. Kana nan ne don manufa ɗaya: don koyon darussa masu mahimmanci da kuma .taimaka wa duk waɗanda suka ketare hanyarka a rayuwa Kowace safiya ina rokon Allah ya gaya mini abin da yake so in yi, sannan ina ganin yana aiki ta hannuna da hankalina kuma komai yana tafiya bisa ga nufinsa

Jarabawa da wahala ba sa zuwa don karya mutum ko gurgunta nufinsa, sai dai don su sa shi ya yaba da girman Allah kuma ya girmama dokokinsa, ta hanyar da za su iya samun farin ciki na gaske Allah ba ya aika waɗannan jarabawa masu tsanani domin galibin su na ɗan adam ne.

Abin da ake buƙata daga ɗan adam shi ne ya farkar da hankalinsa daga barcinsa na rashin kulawa da kuma fitowa .daga duhun jahilci zuwa hasken ilimi

Horar da kanka don jin kwanciyar hankali, domin gwargwadon yadda kake yin hakan, gwargwadon yadda .kake jin wannan iko a rayuwarka

Akwai wani iko mafi girma wanda zai haskaka hanyarka
kuma ya ba ka lafiya, farin ciki, zaman lafiya, da nasara idan
ka juya zuwa ga wannan hasken allahntaka

A mafi yawan lokuta, hankalinmu yana yi mana
alkawarin jin daɗi na ɗan lokaci amma a karshe yana kawo
mana azaba da wahala mai tsawo. Duk da haka, gaskiya
ɗabi'a da farin ciki ba sa yin alkawarin komai, amma a
karshe suna ba mu farin ciki mai tsarki da ɗorewa. Wannan
shine dalilin da ya sa nake ɗaukar farin ciki na ciki da na
dindindin a matsayin farin ciki na gaske, kuma jin daɗin
.sha'awa na ɗan lokaci a matsayin jin daɗi kawai

Idan mutum yana da wata mummunar dabi'a da ke
damun sa kuma tana sa shi ya kwana a barci, zai iya kawar
da ita ta hanyar guje wa duk wani abu da zai iya tayar da shi
ko ya motsa shi, ba tare da mai da hankali a kai ba don
koƙarin danne shi. Wannan hanya ce ta yaki da ita kai tsaye.

Amma akwai kuma hanya mai kyau kai tsaye: ta hanyar
karkatar da tunanin mutum zuwa ga wata kyakkyawar dabi'a
da kuma yin aiki don gina ta har sai ta zama wani ɓangare
na rayuwarsa wanda za su iya dogara da shi kuma su dogara
.da shi

Mutane masu kyawawan halaye galibi su ne mafi farin
ciki. Ba sa zargin kowa da matsalolin da suka fuskanta;
maimakon haka, suna danganta su da kansu kuma suna
ɗaukar kansu a matsayin waɗanda ke da alhakin kansu.
Suna sane da cewa babu wanda ke da ikon faranta musu rai
ko ɓata musu rai sai dai idan sun bar ayyuka, kalmomi, da
tunanin wasu su yi tasiri a kansu, ko dai a hanya mai kyau
.ko mara kyau

Mutanen da ba su da taurin kai ba su da farin ciki. Ba su
da wani ji ko kaɗan, kamar duwatsu. Ya kamata mutum ya
rayu da dukkan tunaninsa, ji, da fahimta, kuma ya kasance
mai lura da duk abin da ke faruwa a kusa da shi, kamar
kwararren mai ɗaukar hoto wanda ke jiran mafi kyawun

damammaki don d'aukar hotuna mafi ban mamaki na
.kyawawan wurare

Jin daɗin ɗan adam na gaske yana cikin shirye-shiryen
mutum na koyo da kuma yin aiki yadda ya kamata da kuma
girmamawa. Yawan inganta kansa, gwargwadon yadda
mutum ke ba da gudummawa ga ci gaba da farin cikin
.waɗanda ke kewaye da shi

Kadan ne daga cikin waɗanda ke nazarin yanayinsu
kuma su yanke shawara ko suna ci gaba ko baya A
matsayinmu na ɗan adam mai baiwar fahimta, hikima, da
fahimta, babban aikinmu shine mu yi amfani da hikimarmu
da fahimtarmu daidai domin mu san ko muna ci gaba ko
baya. Idan kuma gazawa ta same mu akai-akai, bai kamata
.mu yanke kauna ko mu rasa bege ba

Rashin nasara ya kamata ya zama abin karfafa gwiwa,
ba abin hana ci gabanmu na zahiri da na ruhaniya ba, ba
.abin hana ci gabanmu na zahiri da na ruhaniya ba
Rashin nasara shine mafi kyawun lokaci kuma mafi

dacewa don shuka iri na nasara

Bai kamata mutum ya damu da asara da gazawa ba, sai
dai ya yi kokari akai-akai, komai yawan kokarin da aka yi a
baya da kuma d'aci. Kowane sabon kokari bayan gazawa ya
kamata a tsara shi da kyau kuma a ba da kwarin gwiwa ta
hanyar tunani. Bugu da kari, ya kamata a daidaita tsakanin
burin abin duniya da sha'awar ruhaniya, ba tare da barin
.ɗayan ya mamaye ɗayan ba

Babu wani mutum mai ruhaniya da zai iya yin komai ba
tare da nasarar abin duniya ba. Kuma babu wani mutum da
ke damuwa da abin duniya da zai iya hana shi tunani game
da Allah da kuma keɓe lokacin da ake buƙata don yin tunani,
.hidima, da ayyukan ruhaniya

Rashin nasarar da ba ta daɗe ba tukuna bai koyi
darussan rayuwa ba, kuma mai son kai yana azabtar da
kansa ta hanyar rasa daidaiton tunani saboda rashin kula da
.rayuwar duniya

Idan mutum ya sadaukar da dukkan aikinsa da
ayyukansa ga yi wa wasu hidima kuma ya cim ma su da
kyakkyawan tunani, to lallai ya cancanci a yi masa la'akari
.da shi da godiya

Bai kamata mu zama masu ra'ayin ɗaya ba; maimakon
haka, ya kamata mu daidaita ayyukanmu mu kuma ba da
fifiko ga ayyukanmu da ayyukanmu bisa ga mahimmancinsu.
Wajibi shine abin da mutum ke yi da farin ciki, ba don neman
abin duniya ba. Ya kamata aikin ruhaniya da ɗabi'a su zama
.farko a rayuwa

Kowanne ɗan adam yana da karfin da ba a taɓa amfani
da shi ba. Suna da dukkan karfin da ake bukata. Hankali
kansa iko ne mafi girma, kuma dole ne a 'yantar da shi daga
.ɗabi'u da ra'ayoyi na da da na wucin gadi

Mugayen tunani na iya kai mutum ga yanayi mai
cutarwa inda zai iya bayyana kansa yadda yake so. Duk da
haka, mutum zai iya canza tunaninsa da saninsa ta hanyar
karfin hali, kuma sakamakon haka, muhallinsa. Idan mutum
ya ci gaba da kasancewa a cikin yanayi mai cutarwa na
tsawon lokaci, wannan muhallin zai fara rinjayarsa ba tare da
saninsa ba. A tsawon lokaci, daga karshe zai rasa 'yancinsa
na zaɓar muhalli mai lafiya da kyau kuma ya zama karkashin
.mummunan tasirin wannan muhalli mai cutarwa

Tasirin duniyoyi da taurari a rayuwar ɗan adam ya samo
asali ne daga hulɗar jan hankali da kin yarda tsakanin
duniyoyi da jikin ɗan adam. Waɗanda ke da karfin nufi suna
tare da Allah kuma ba sa jiran duniyoyi da taurari su ba su
ni'imarsu. Maimakon haka, suna ci gaba da tafiyarsu kamar
tauraro mai hudawa, ba tare da wani tasiri ba sai tauraro
mai jagora na Allah, wanda shine Rana ta Rana kuma
.Ubangijin Doka da rayuka

**Wasiku zuwa ga malami Paramahansa daga
almajiransa**

A cikin Mujallar Al'adun Cikin Gida Juzu'i na 14

Wasikun da marubutan su suka aiko daga kasashe
:daban-daban, daga cikinsu mun ciro waɗannan

Ina so in sanar da ku hakan ta hanyar karatuna mai zurfi
game da koyarwar ku

Na sami wayewar ruhaniya

Wanda nake nema koyausha

Koyarwarka ta buɗe min kofofin farin ciki

* **

Ina yin ayyukan ruhaniya na yau da kullun

Na ga cewa tunanin da ba shi da kyau yana raguwa a
hankali

Tsoron ya bace

Ina jin daɗin kowace lokaci ta rayuwata

Na gode da taimakon ku

* **

Ina samun albarka da yawa

Daga koyarwar ruhaniyarku

Ina matukar jiran karanta ra'ayoyinku

Ina yin iya koƙarina don amfani da shi a rayuwata

Koyarwarka tana da kyau kuma tana da amfani

* **

Ina samunsa a cikin falsafar ku mai ban mamaki

Abin da ke motsa sha'awa da wahayi

Godiya ta ta musamman ga duk abin da ka ba ni

Daga taimako da jin dadin tunani

* **

Ina da matukar jin dadin samun sa duk mako

A kan sabon darasi daga koyarwarku

Ina samun jin dadi da wayewa a cikin kowane darasi

* **

Na gode daga kasan zuciyata

Don taimaka min fahimtar abin da ke cikin zuciyata

Kuma don in sanar da ni game da ikon boye a cikina

Kuma don Allah a nuna min hasken da ke cikina

Ta hanyar koyarwar da na samu daga gare ku

* **

Har yanzu ina tuna ziyarar da na kai maka

Tana rayuwa cikin tunanina tsawon shekaru huɗu

Har yanzu ina tuna cikakken imaninka ga Allah

Kuma kaunarka ga ɗan adam

Ya taimaka min na san kaina

Lokacin da na yi tunanin ni kaɗai ne

Ba ni da abokai kuma babu wanda ke tausaya min

Ya ba ni kwarin gwiwa da kuma karfafa min gwiwa

Ya zaburar da ni in kasance mai karfin hali wajen

fuskantar yanayin rayuwa

* **

Na tsawon shekaru arba'in
Na yi karatun fannoni daban-daban na ilimi da fasaha
Amma ban sami komai daga duk wannan karatun ba
A kan wani abu makamancin abin da na koya daga
koyarwarka

* **

Ina amfana sosai daga karanta koyarwarka
Idan yawan jama'a ya fi yawa
Suna nazarin ra'ayoyinku kuma suna aiwatar da su
Duniyar da muke rayuwa a ciki za ta kasance
Ya fi kyau fiye da yadda yake

* **

Ina so in gode maka daga kasan zuciyata
Domin albarkar da ta shigo rayuwata
Tun lokacin da na fara karanta koyarwarka da hankali da
kuma kulawa
Na gode, kuma Allah ya albarkaci kokarinka mai ban
mamaki
Kuma aikinka ya sadaukar da kai ga hidimar dan adam

* **

Tunda na roke ka ka yi mini addu'a don samun nasarata
Yanayina ya inganta sosai

Godiya ta ta musamman da fatan za ku ci gaba da
addu'a

* **

Lokacin da na karɓi sakonka na karshe
Har yanzu ina yawo a cikin dajin duhu na shakka
Kuma bai iya ganin hanyar fita daga wannan dajin ba
Amma godiya ga Allah, da kuma addu'o'inku na
musamman
Hanya ta kara bayyana kuma bangaskiyata ga Allah ta
karu

Halina ya inganta ta kowace hanya
Kuma don Allah koyaushe ku tuna da ni a cikin
addu'o'inku da aka amsa

* **

Koyarwarka ta taimaka min sosai
Kuma na sami fa'idodi masu yawa daga gare shi
Kuma an tabbatar min da hakan da hujjoji masu
gamsarwa
Ingancin tabbacin ruhaniya da tunani mai kyau
Godiya ta cika min zuciya
Saboda lafiya, farin ciki, da kwanciyar hankali da nake ji
Ina jin cewa ina samun ci gaba a kowace rana a cikin
tunani

* **

Ba don koyarwarka mai ban mamaki da ban sha'awa ba

Rayuwata a wannan matakin duniya za ta kasance mai
matuƙar iyaka

Ina so in gode muku da kulawarku ta musamman
Wanda ta bani a cikin shekaru uku da suka gabata

* **

Na gode da mujallar Al'adun Ruhaniya
A cikinsa nake samun albarka da abinci ga rai kowace
rana

Ina godiya ga Allah da ya gabatar da ni gare ku da kuma
koyarwarku

* **

Ina so in gode muku da wasikunku na wata-wata
Na ga sakon karshe yana cike da wahayi
Don haka sai na karanta shi ga daliban da ke cikin ajin
adabi

Sun mayar da martani mai kyau ga abubuwan da ke ciki
Lokaci ne mai daɗi ga dukkanmu
Na yi matuƙar farin ciki da ra'ayoyin da kuka saka a
cikin wasikar

Har na so in raba shi da dalibana sosai
Wannan sakon ya haifar da tunani mai zurfi
Da kuma zurfafa bincike cikin sirrin rai
Ina jin zai taimaka min wajen magance matsaloli
Kuma mu'amala da abubuwan da suka faru a rayuwa
cikin hikima da kuma kyakkyawan fata

* **

Koyarwarka ba ta da tamani

Ba na son rasa ko da darussa ɗaya daga cikin
darussanku